

51,53	Diogo Mestre	95	S23	SL Benfica	1		Lisboa-AL	13-06
52,00	Diogo Mestre	95	S23	SL Benfica	4el	C Eur. Sel.	Vaasa-FIN	23-06
52,00	Diogo Mestre	95	S23	SL Benfica	6el	CE s'23	Bydgoszcz-POL	14-07
52,20	Diogo Mestre	95	S23	SL Benfica	2		Guarda	07-07
52,28	Diogo Mestre	95	S23	SL Benfica	1	CN s'23	Pombal	02-07
52,52	Diogo Mestre	95	S23	SL Benfica	2	M V Tavares	Faro	13-05
52,65	Edgar Remédios	94		GA Fátima	3		Ávila-ESP	15-07
52,70	Diogo Mestre	95		SL Benfica	7		Salamanca-ESP	03-06
53,01	Diogo Mestre	95	S23	SL Benfica	1	C Portugal	Vagos	11-06
53,03	Diogo Mestre	95	S23	SL Benfica	1	M. Lisboa	Lisboa-I	01-05
53,06	André Sá	95	S23	SL Benfica	2		Lisboa-AL	13-06
53,15	Ricardo Lima	85		SC Braga	1ex		Marinha Grande	04-06
53,16	Edgar Remédios	94		GA Fátima	1B		Salamanca-ESP	03-06
53,26	Ricardo Lima	85		SC Braga	1	CN Cl-ap	Guimarães	28-05
53,29	Edgar Remédios	94		GA Fátima	3	M V Tavares	Faro	13-05
53,34	Ricardo Lima	85		SC Braga	1	CN I Div.	Leiria	23-07
53,37	Edgar Remédios	94		GA Fátima	1	CN Cl-ap	Fátima	28-05
53,51	André Sá	95	S23	SL Benfica	1		Lisboa-I	25-06
53,51	Manuel Dias	99	JN	Sporting CP	6el	CE Jun.	Grosseto-ITA	21-07
53,72	Manuel Dias	99	JN	Sporting CP	2	CN s'23	Pombal	02-07
53,85	Edgar Remédios	94		GA Fátima	3		Guarda	07-07
53,90	André Sá	95	S23	SL Benfica	3B		Salamanca-ESP	03-06
53,93	André Sá	95	S23	SL Benfica	1		Lisboa-I	16-07
54,00	Tiago Horta	94		Sporting CP	2		Lisboa-I	16-07
54,14	Edgar Remédios	94		GA Fátima	1		Abrantes	21-05
54,17	Edgar Remédios	94		GA Fátima	2	C Portugal	Vagos	11-06
54,30	Edgar Remédios	94		GA Fátima	1	CN II Div.	Leiria	23-07
54,43	Bruno Gualberto	88		J Vidigalense	2	CN I Div.	Leiria	23-07
54,49	Daniel Chagas	99	JN	Sporting CP	3		Lisboa-I	16-07
54,62	André Sá	95	S23	SL Benfica	2	M. Lisboa	Lisboa-I	01-05
54,65	Daniel Chagas	99	JN	Sporting CP	3	CN I Div.	Leiria	23-07
54,77	Marco Ribeiro	97	S23	ACR Srª Desterro	4	CN I Div.	Leiria	23-07
54,81	Marco Ribeiro	97	S23	ACR Srª Desterro	3		Lisboa-AL	13-06
54,85	Manuel Dias	99	JN	Sporting CP	2		Lisboa-I	25-06
54,88	André Sá	95	S23	SL Benfica	4	M V Tavares	Faro	13-05
54,89	André Lima	91		CA Seia	5	CN I Div.	Leiria	23-07
54,99	Marco Ribeiro	97	S23	ACR Srª Desterro	3	CN s'23	Pombal	02-07
55,00	Ricardo Lima	85		SC Braga	3	C Portugal	Vagos	11-06

(até 55,00)

(38 marcas / 10 atletas)

55,09	Adam Ferreira	96	S23	C Bf Faro	1		Braga	05-07
55,40	Romeu Gomes	98	JN	Campismo SJM	1		Vagos	16-07
55,74	Marco Câmara	00	JV	J Ilha Verde	1	CN Jun.	Marinha Grande	09-07
55,85	Tomás Baptista	92		Esc. Movimento	1		P. Varzim	24-05
56,10	Paulo Soares	00	JV	GCA Donas	2	CN Jun.	Marinha Grande	09-07
56,26	Paulo Neto	97	S23	A Jard. Serra	1	CN Cl-ap	Ribeira Brava	28-05
56,42	André Gomes	98	JN	AC P Varzim	4	CN Jun.	Marinha Grande	09-07
56,58	Sérgio Silva	96	S23	J Ilha Verde	7	C Portugal	Vagos	11-06
56,89	Sandro Gonçalves	99	JN	CD Póvoa	4	CN Jun.	Marinha Grande	09-07

57,18	Diogo Oliveira	97	S23	CA Seia	1s	CN Cl-ap	Fátima	28-05
(20)								
57,65	Pedro Jorge Silva	99	JN	Maia AC	3		P. Varzim	24-05
57,69	Daniel Antunes	99	JN	AC Vermoil	6	CN Jun.	Marinha Grande	09-07
58,08	Samuel Remédio	92		SL Benfica	7	CN I Div.	Leiria	23-07
58,10	Cristian Rosa	95	S23	CN Rio Maior	2s	CN Cl-ap	Fátima	28-05
58,37	João Teixeira	98	JN	20 Km Almeirim	1		Fátima	07-05
58,69	Edjoy Almeida	97	S23	GD Cavadas	1		Almada	10-06
58,71	Diogo Guerra	99	JN	SL Benfica	4		P. Varzim	24-05
58,77	Joaquim Moreira	93		CD Póvoa	3		P. Varzim	08-04
58,83	Henrique Eugénic	99	JN	Greca	6	CN II Div.	Leiria	23-07
58,88	Xavier Teixeira	01	JV	CN Rio Maior	4	CN III Div.	Leiria	23-07
(30)								

Atletas estrangeiros:

49,52	Jordin Andrade C	92		Sporting CP	2B		Lucerna-SUI	11-07
50,13	Lucirio Garrido VI	88		SL Benfica	1el		Barcelona-ESP	22-07
56,46	Gracelino Barbos	85		ACR Srª Desterro	1	CM Def Int	Bangkok-TAI	17-05
57,67	Ulisses Tavares C	92		ADR Ág. Pena	4	CN II div.	Leiria	23-07
58,42	Sandro Baessa C	99	JN	CF Oliv. Douro	1s		Maia	14-06
58,65	Endryl Rodrigues	00	JV	SL Benfica	4		Lisboa-I	16-07