

**SUB 14 FEMININOS**

1º	Constança Mendes	CTD Sintra	AT Setubal
2º	Inês Martins	CTD Sintra	AT Setubal
3º	Helena Duican	CDC Casal Marco	AT Setubal
3º	Ana Oliveira	CNT Interior	AT Castelo Branco

**SUB 14 MASCULINOS**

1º	Marco Palma	CTD Sintra	AT Setubal
2º	Ricardo Tomaz	CTD Sintra	AT Setubal
3º			
3º			

**SUB 17 FEMININOS**

1º	Beatriz Alves	Clube Marcial Zen Kwon	AT Lisboa
2º	Mara Francisco	CDC Casal Marco	AT Setubal
3º	Carolina Costa	AT Costa Verde	AT Porto
3º	Sara Sampaio	GD Independente	AT Setubal

**SUB 17 MASCULINOS**

1º	Gonçalo Oliveira	CDC Casal Marco	AT Setubal
2º	Miguel Graça	CTD Sintra	AT Setubal
3º	Rafael Ramos	CDC Casal Marco	AT Setubal
3º	Pedro Cabeçana	CDC Casal Marco	AT Setubal



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TAEKWONDO  
FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TAEKWONDO  
Abílio Carlos Fernandes Costa  
**PRESIDENTE**  
FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TAEKWONDO

**SUB 30 FEMININOS**

1º	Joana Lourenço	CTD Sintra	AT Setubal
2º	Catarina Pacheco	AT Costa Verde	AT Porto
3º	Marta Costa	CTD Sintra	AT Setubal
3º	Andreia Casimiro	CDC Casal Marco	AT Setubal

**SUB 30 MASCULINOS**

1º	Tiago Pinto	AT Costa Verde	AT Porto
2º	Gonçalo Nunes	AT Costa Verde	AT Porto
3º	João Peneda	CTD Sintra	AT Setubal
3º	Bruno Fidalgo	CTD Sintra	AT Setubal

**SUB 40 FEMININOS**

1º	Vanda Hilário	CT Nazaré	AT Leiria
2º			
3º			
3º			

**SUB 40 MASCULINOS**

1º	Tiago Francisco	CDC Casal Marco	AT Setubal
2º			
3º			
3º			



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TAEKWONDO  
  
 Abílio Carlos Fernandes Costa  
**PRESIDENTE**

**SUB 50 FEMININOS**

1º	Katia Carvalho	CDC Casal Marco	AT Setubal
2º	Armanda Hilário	CT Nazaré	AT Leiria
3º			
3º			

**SUB 50 MASCULINOS**

1º	Sergio Ramos	CTD Sintra	AT Setubal
2º	Pedro Tomaz	CTD Sintra	AT Setubal
3º	Nuno Luis	Ateneu Artistico Vilafranquense	AT Lisboa
3º	Fernando Leite	Clube Jovens D'Ouro	AT Guarda

**SUB 60 MASCULINOS**

1º	Helder Carvalho	CDC Casal Marco	AT Setubal
2º			
3º			
3º			

**SUB 60 FEMININOS**

1º	Ana Constantino	CT Nazaré	AT Leiria
2º	Maria Eduarda Carvalho	CTD Sintra	AT Setubal
3º	Amélia Esperança	CT Nazaré	AT Leiria
3º			



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TAEKWONDO  
  
 Abílio Carlos Fernandes Costa  
**PRESIDENTE**

**SUB 65 MASCULINOS**

1º	José Gradil	CT Nazaré	AT Leiria
2º	Carlos Pires	CT Nazaré	AT Leiria
3º			
3º			

**OVER 65 FEMININOS**

1º	Eduarda Ferraz	CDC Casal Marco	AT Setubal
2º			
3º			
3º			

**OVER 65 MASCULINOS**

1º	Armando Hilário	CT Nazaré	AT Leiria
2º			
3º			
3º			



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TAEKWONDO  
  
 FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TAEKWONDO  
 Abílio Carlos Fernandes Costa  
**PRESIDENTE**  
 \* \* \* \* \*

**PARES SUB 14**

<b>1º</b>	Constança Mendes Marco Palma	CTD Sintra	AT Setubal
<b>2º</b>			
<b>3º</b>			
<b>3º</b>			

**PARES SUB 17**

<b>1º</b>	Carolina Costa Pedro Sousa	AT Costa Verde	AT Porto
<b>2º</b>	Mara Francisco Rafael Ramos	CDC Casal Marco	AT Setubal
<b>3º</b>	Sara Pinto Pedro Cabeçana	CDC Casal Marco	AT Setubal
<b>3º</b>			



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TAEKWONDO  
  
 Abilio Carlos Fernandes Costa  
**PRESIDENTE**

**PARES SUB 30**

<b>1º</b>	Ana Pacheco Gonçalo Nunes	AT Costa Verde	AT Porto
<b>2º</b>	Marta Costa João Peneda	CTS Sintra	AT Setubal
<b>3º</b>	Cristiana Peixe Bruno Fidalgo	CTD Sintra	AT Setubal
<b>3º</b>	Irina Felix Tomás Fonseca	CTD Sintra	AT Setubal

**PARES + 30**

<b>1º</b>	Katia Carvalho Helder Carvalho	CDC Casal Marco	AT Setubal
<b>2º</b>	Armanda Hilário Sergio Ramos	Seleção Nacional	
<b>3º</b>	Ana Constantino Jose Gradil	CT Nazaré	AT Leiria
<b>3º</b>			



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TAEKWONDO  
  
 Abílio Carlos Fernandes Costa  
**PRESIDENTE**

**TRIOS SUB17 MASCULINOS**

	Rafael Ramos		
<b>1º</b>	Gonçalo Oliveira	CDC Casal Marco	AT Setubal
	Leandro Costa		
	Pedro Cabeçana		
<b>2º</b>	João Martins	CDC Casal Marco	AT Setubal
	Flavio Lopes		
<b>3º</b>			
<b>3º</b>			

**TRIOS SUB 30 FEMININOS**

	Ana Martins		
<b>1º</b>	Andreia	CDC Casal Marco	AT Setubal
	Joana Freire Casimiro		
<b>2º</b>			
<b>3º</b>			
<b>3º</b>			



  
 Abílio Carlos Fernandes Costa  
**PRESIDENTE**

## EQUIPAS FEMININAS POOMSAE DANS

1º	Clube Desportivo Cultural Casal do Marco	AT Setubal
2º	Clube Taekwondo de Sintra	AT Setubal
3º	Associação Taekwondo Costa Verde	AT Setubal

## EQUIPAS MASCULINAS POOMSAE DANS

1º	Clube Desportivo Cultural Casal do Marco	AT Setubal
2º	Clube Taekwondo de Sintra	AT Setubal
3º	Associação Taekwondo Costa Verde	AT Setubal



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TAEKWONDO  
Abílio Carlos Fernandes Costa  
**PRESIDENTE**