



DESCRIPTIVO TURMA

ESCOLA Secundária de Penafiel

ANO 10 TURMA B DATA 31-10-2024

PROFESSOR Marco António Figueira Correia

	COP	IMC (kg/m ²)	MG (%)	P. Cintura (cm)	VO ₂ max, ml/kg/min (perc. ou min)	Abdominais (rep)	Flexões de Braços (rep)	Imp. Horizontal (cm)	Imp. Vertical (cm)	Agi. 4x10 m (s)	Vel 20 m (s)	Vel 40 m (s)	Flex. Membros Inf. - esq/dir (cm)	Flex. Ombros - esq/dir (S/N)
ALEXANDRE MENDES SOBRAL					51,8 (65) 43,6 / 58,8	34 24 / 71	14 16 / 27	210,0 165,4 / 224,4		11,54 11,20 / 10,20		5,38 6,49 / 5,77	14/14 20,3 / 31,9	1/1 1/1
ALEXANDRE PERA AGUIAR					64,1 (100) 43,6 / 58,8	75 24 / 71	35 16 / 27	229,0 165,4 / 224,4		10,14 11,20 / 10,20		5,21 6,49 / 5,77	31/30 20,3 / 31,9	1/1 1/1
BEATRIZ MARIA SILVARES					44,3 (44) 39 / 45,8	32 18 / 62	12 7 / 17	130,0 123 / 179		12,50 12,70 / 11,40		6,48 7,49 / 6,58	33/29 30,5 / 35,3	1/1 1/1
BERNARDO LOURENÇO OSÓRIO					56,1 (74) 42,5 / 57,1	37 24 / 71	10 14 / 24	185,0 151,5 / 213,3		10,87 11,70 / 10,60		5,79 6,76 / 5,97	30/30 20,3 / 30,4	2/1 1/1
CARLOS DINIS OLIVEIRA					61,3 (92) 43,6 / 58,8	41 24 / 71	16 16 / 27	183,0 165,4 / 224,4		11,54 11,20 / 10,20		5,66 6,49 / 5,77	34/34 20,3 / 31,9	1/1 1/1
CRISTIANA FILIPA TABORDA					41,5 (36) 39 / 45,8	10 18 / 62	8 7 / 17	122,0 123 / 179		12,18 12,70 / 11,40		6,85 7,49 / 6,58	36/32 30,5 / 35,3	1/1 1/1
DIOGO EMANUEL BARBOSA						22 24 / 71	8 16 / 27			16,42 11,20 / 10,20		6,85 6,49 / 5,77		
EDUARDO AUGUSTO MEIRELES					57 (80) 43,6 / 58,8	36 24 / 71	34 16 / 27	240,0 165,4 / 224,4		10,23 11,20 / 10,20		5,31 6,49 / 5,77	33/28 20,3 / 31,9	1/1 1/1
FILIFE BERNARDO COELHO					62 (94) 43,6 / 58,8	43 24 / 71	19 16 / 27	180,0 165,4 / 224,4		10,93 11,20 / 10,20		5,89 6,49 / 5,77	18/19 20,3 / 31,9	1/1 1/1

PROGRAMA:



PROMOTORES:



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO





DESCRIPTIVO TURMA

ESCOLA Secundária de Penafiel

ANO 10 TURMA B DATA 31-10-2024

PROFESSOR Marco António Figueira Correia

	COP	IMC (kg/m ²)	MG (%)	P. Cintura (cm)	VO ₂ max, ml/kg/min (perc. ou min)	Abdominais (rep)	Flexões de Braços (rep)	Imp. Horizontal (cm)	Imp. Vertical (cm)	Agi. 4x10 m (s)	Vel 20 m (s)	Vel 40 m (s)	Flex. Membros Inf. - esq/dir (cm)	Flex. Ombros - esq/dir (S/N)
HÉLDER SALVADOR SILVA					56,1 (74) 42,5 / 57,1	44 24 / 71	18 14 / 24	200,0 151,5 / 213,3		10,87 11,70 / 10,60		5,84 6,76 / 5,97	38/36 20,3 / 30,4	1/1 1/1
INÊS RODRIGUES FERREIRA					47,9 (54) 39 / 45,8	43 18 / 62	15 7 / 17	120,0 123 / 179		11,59 12,70 / 11,40		6,32 7,49 / 6,58	35/35 30,5 / 35,3	1/1 1/1
JOÃO REIS SILVA					44,1 (40) 42,5 / 57,1	36 24 / 71	20 14 / 24	183,0 151,5 / 213,3		11,41 11,70 / 10,60		6,08 6,76 / 5,97	17/24 20,3 / 30,4	1/1 1/1
JOÃO PEDRO BARBOSA					64,1 (100) 43,6 / 58,8	23 24 / 71	20 16 / 27	241,0 165,4 / 224,4					35/36 20,3 / 31,9	1/1 1/1
JOÃO ROCHA JOÃO					51,4 (64) 43,6 / 58,8	48 24 / 71	24 16 / 27	175,0 165,4 / 224,4		12,75 11,20 / 10,20		6,10 6,49 / 5,77	20/19 20,3 / 31,9	
LETÍCIA DINIS COSTA					40,1 (32) 39 / 45,8	25 18 / 62	7 7 / 17	120,0 123 / 179		12,71 12,70 / 11,40		6,09 7,49 / 6,58	26/26 30,5 / 35,3	1/1 1/1
LETICIA RODRIGUES GOMES					45 (46) 39 / 45,8	23 18 / 62	5 7 / 17	190,0 123 / 179		11,89 12,70 / 11,40		6,02 7,49 / 6,58	14/15 30,5 / 35,3	1/1 1/1
MAFALDA MARIA CRUZ					43,3 (38) 39,4 / 46,5	30 18 / 59	3 7 / 16	160,0 121,8 / 179,6		12,66 12,70 / 11,40		6,72 7,52 / 6,61	36/35 25,4 / 34,6	1/1 1/1
MARGARIDA PINTO GOMES					56 (77) 39 / 45,8	20 18 / 62	7 7 / 17	166,0 123 / 179		11,30 12,70 / 11,40		6,27 7,49 / 6,58	30/31 30,5 / 35,3	1/1 1/1

PROGRAMA:



PROMOTORES:



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO





DESCRIPTIVO TURMA

ESCOLA Secundária de Penafiel

ANO 10 TURMA B DATA 31-10-2024

PROFESSOR Marco António Figueira Correia

	COP	IMC (kg/m ²)	MG (%)	P. Cintura (cm)	VO ₂ max, ml/kg/min (perc. ou min)	Abdominais (rep)	Flexões de Braços (rep)	Imp. Horizontal (cm)	Imp. Vertical (cm)	Agil. 4x10 m (s)	Vel 20 m (s)	Vel 40 m (s)	Flex. Membros Inf. - esq/dir (cm)	Flex. Ombros - esq/dir (S/N)
MARIA LEONOR CORREIA					40,5 (30) 39,4 / 46,5		6 7 / 16	166,0 121,8 / 179,6		14,98 12,70 / 11,40		7,95 7,52 / 6,61	22/26 25,4 / 34,6	1/1 1/1
MATILDE RODRIGUES FERREIRA					48,6 (56) 39 / 45,8	21 18 / 62	28 7 / 17			11,23 12,70 / 11,40		6,09 7,49 / 6,58	30/29 30,5 / 35,3	1/1 1/1
MIGUEL MELO VIEIRA					58,5 (84) 43,6 / 58,8	33 24 / 71	18 16 / 27	205,0 165,4 / 224,4		10,38 11,20 / 10,20		5,52 6,49 / 5,77	29/24 20,3 / 31,9	2/1 1/1
MIRIAM COELHO MAIO					55,3 (72) 39,4 / 46,5	40 18 / 59	24 7 / 16	190,0 121,8 / 179,6		11,19 12,70 / 11,40		6,13 7,52 / 6,61	30/30 25,4 / 34,6	1/1 1/1
RITA ROCHA VIEIRA					39,4 (30) 39 / 45,8	30 18 / 62	17 7 / 17	170,0 123 / 179		12,66 12,70 / 11,40		7,95 7,49 / 6,58	22/22 30,5 / 35,3	1/1 1/1
RODRIGO ALEXANDRE SILVA					54,6 (73) 43,6 / 58,8	41 24 / 71	20 16 / 27	200,0 165,4 / 224,4		10,85 11,20 / 10,20		5,14 6,49 / 5,77	36/35 20,3 / 31,9	1/1 1/1
TIAGO AGOSTINHO LEAL					55,6 (76) 43,6 / 58,8	70 24 / 71	24 16 / 27	210,0 165,4 / 224,4		10,90 11,20 / 10,20		5,44 6,49 / 5,77	20/21 20,3 / 31,9	1/1 1/1
TOMÁS BARBOSA NETO					52,1 (66) 43,6 / 58,8	41 24 / 71	17 16 / 27	174,0 165,4 / 224,4		11,89 11,20 / 10,20		5,52 6,49 / 5,77	20/20 20,3 / 31,9	1/1 1/1
TOMAS NUNES MARINHEIRO					45,8 (48) 43,6 / 58,8	28 24 / 71	25 16 / 27	210,0 165,4 / 224,4		11,89 11,20 / 10,20		6,09 6,49 / 5,77	19/19 20,3 / 31,9	1/1 1/1

PROGRAMA:



PROMOTORES:



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO





DESCRIPTIVO TURMA

ESCOLA Secundária de Penafiel

ANO 10 TURMA B DATA 31-10-2024

PROFESSOR Marco António Figueira Correia

	COP	IMC (kg/m ²)	MG (%)	P. Cintura (cm)	VO ₂ max, ml/kg/min (perc. ou min)	Abdominais (rep)	Flexões de Braços (rep)	Imp. Horizontal (cm)	Imp. Vertical (cm)	Agi. 4x10 m (s)	Vel 20 m (s)	Vel 40 m (s)	Flex. Membros Inf. - esq/dir (cm)	Flex. Ombros - esq/dir (S/N)
VIVIANE MOREIRA MAGALHÃES														
TOTAIS		0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	26 (100%)	23 (89%)	21 (81%)	22 (90%)	0 (0%)	18 (73%)	0 (0%)	23 (93%)	12 (55%)	23 (92%)
		0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	3 (11%)	6 (19%)	3 (10%)	0 (0%)	8 (27%)	0 (0%)	3 (7%)	14 (45%)	2 (8%)
		0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	8 (24%)	1 (4%)	5 (16%)	5 (17%)	0 (0%)	4 (13%)	0 (0%)	17 (40%)	5 (16%)	0 (0%)

Legendas:
(👉) Sinalização Específica / (👈) Sinalização Primária.