

- Praticante desde 1976
- Profissional desde 1984
- Mestre Nacional desde 1981
- Mestre FIDE desde 1985
- Mestre Internacional desde 1989 (Congresso de Porto Rico)
- Campeão Nacional de Rápidas 4 vezes
- Campeão Nacional de Semi Rápidas 2 vezes
- Campeão Nacional de Equipas da 1ª Divisão 7 vezes por 4 Distritos diferentes)
 - Illiabum Aveiro 1987/1988
 - Boavista (4 vezes) 1993,1994,1995,1997
 - Telecom Lisboa
 - Grupo Xadrez da Guarda

- Jogador da Selecção Nacional desde 1984.
- Campeão da Estremadura Espanhola (pelo São Francisco de Badajoz 1995)
- Campeão Galego Pelo Desportivo de La Corunha 1992
- Campeão Galego Pela Escuela Internacional de Ajedrez Kasparov / Marcote 2006, 2007 e 2008
- Vencedor de Vários torneios abertos e fechados (mais de 100) Espanha, Canárias 2 vezes, Corunha, Cambados, Navalmoral, Punta Umbria 2 vezes , Aljaraque , Cartaya, França Toulon.
- Melhor Português nos torneios Categoria 7 da FIDE (Válidos para Norma de GM):
 - Cascais 1986
 - Vila Real de Santo António 1999

- La Rochelle 2000 - Campeão do Euro Bank
- 2º Memorial Capablanca 2004
- 1º Lugar Open Internacional Mondariz 2004
- 2º Memorial Capablanca 2005
- 1º Lugar Open Internacional Sanxenxo 2006
- Medalha de Ouro em Hammamet Tunísia no 3º Tabuleiro da Selecção Nacional A com 8,5 em 9 em partidas Clássicas no Open De La Fraternité que contou com a participação das selecções da França, Egipto, Tunísia, Marrocos, Palestina, Algéria, Líbano e mais 6 países africanos organizado pela Federação Tunisina de Xadrez.
- 1º Lugar II Festival Ruy Lopez 2007 Categoria 6 da FIDE Média entre 2375 e 2399

- Países onde já joguei xadrez: Portugal, Espanha, França, Áustria 1995, Bélgica 1984, Holanda 1982, Itália 1996, Jugoslávia Novi Sad 1990, Israel Haifa 1989, Croácia Pula 1997, Angola 1985, 1989, Brasil 1989, Emiratos Árabes 1986, Filipinas Manila 1992, Grécia Salónica, Cuba, Turquia, Geórgia 1999, Estados Unidos 1983, Hungria, 1986, Tunísia Hammamet 2006.

- Score de 50 % ou mais em partidas lentas contra Grandes Mestres com mais de 2500 ELO FIDE

Nome	País	Elo
Arencibia, Walter	Cuba	2530
Bagirov, Vladimir	URSS	2500
Campora, Daniel	Argentina	2515
Cheparinov, Ivan	Bulgária	2516
Conquest, Stuart	Inglaterra	2505
Cramling, Pia	Suécia	2525
Damljanovic, Branko	Jugoslávia	2595
De Firmian, Nick	USA	2540
De La Riva, Oscar	Andorra	2502
Elvest, Jaan	URSS	2640
Fedorowich, Jonh	USA	2535
Gallagher, Joseph	Inglaterra	2514
Gaprindashvili, Nona	Geórgia	2501
Georgiev, Vladimir	Bulgária	2532
Giorgadze, Giorgi	Geórgia	2605
Gonzalez, Jose	México	2520
Greenfeld, Alon	Israel	2510
Grivas, Efstratios	Grécia	2512
Hamdouchi, Hichem	Marrocos	2569
Hector, Jonny	Suécia	2540
Hernandez, Gilberto	México	2534
Illescas, Miguel	Espanha	2620
Janev, Evgeni	Bulgária	2506
Jaracz, Pawel	República Checa	2546
Jobava, Baadur	Geórgia	2530
Korneev, Oleg	Rússia	2605
Kurajica, Bojan	Jugoslávia	2535
Kveinys, Aloyzas	URSS	2541
Lopez Lopez, Joze	Espanha	2540
Makarichev, Serguey	URSS	2534
Mecking, Henrique	Brasil	2575
Mikhailchishin, Adrian	URSS	2510
Movziszian, Karen	Geórgia	2516
Neverov, Valeriy	Rússia	2522
Olafsson, Helgi	Islândia	2535
Olivier, Renet	França	2513
Pushkov, Nicolai	Rússia	2510
Rivas, Manuel	Espanha	2512
Rizouk, Aimen	Tunísia	2501
Romero, Alponso	Espanha	2530
Rustemov, Alexander	Rússia	2635
Sadler, Mateew	Inglaterra	2635
Sveshnikov, Evgeny	URSS	2555
Taymanov, Marc	URSS	2550
Ubilava, Elizbar	Geórgia	2540
Ubilava, Elizbar	Geórgia	2540
Vescovi, Giovanni	Brasil	2510
Vladimirov, Evgeny	URSS	2565
Wedberg, Tom	Suécia	2515
Yakovich, Yuri	Russia	2580