

## OS MELHORES DO ANO 2024 JUVENIS FEMININOS [SUB-18]

Marcas de 1 de Janeiro a 31 de Dezembro de 2024

[Versão 31 de Agosto de 2024 \_Marcas obtidas e divulgadas em Comunicados Oficiais de Resultados] - jcosta@fpattelismo.pt - 968 614 790

José Costa

### 100 metros

CEJ: 12,15 / RN: 11,65

Marisa Vaz Carvalho/SLB/Lisboa (U)/19.06.2016

| MARCA | V    | ATLETA                 | ESC | ANO  | CLUBE    | AR         | COMPETIÇÃO                        | LOCAL            | DATA  | INFORM   |
|-------|------|------------------------|-----|------|----------|------------|-----------------------------------|------------------|-------|----------|
| 11,83 | 1,3  | Carolina Ventura       | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub18         | Beja             | 06.07 | 1 F t    |
| 12,02 | 1,3  | Margarida Oliveira     | S18 | 2008 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub18         | Beja             | 06.07 | 2        |
| 12,02 | 1,3  | Tatiana Almeida        | S18 | 2007 | SLB      | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub18         | Beja             | 06.07 | 3 F      |
| 12,17 | -0,1 | Miriam Pinho           | S18 | 2007 | SLB      | Lisboa     | Campeonato Distrital Sub 18       | Leiria           | 29.06 | Extra    |
| 12,22 | 1,6  | Katerina Quinn - GBR   | S18 | 2008 | JV       | Leiria     | Campeonato Nacional Sub-20        | Viana do Castelo | 27.07 | 1 EI 3 t |
| 12,31 | 1,3  | Juliana Hinderyckx-BEL | S18 | 2007 | CASJ     | Leiria     | Campeonato Nacional Sub18         | Beja             | 06.07 | 4 F      |
| 12,34 | 1,3  | Laura Agostinho        | S16 | 2009 | SCA      | Santarém   | Campeonato Nacional Sub18         | Beja             | 06.07 | 5 t      |
| 12,38 | 1,9  | Madalena Sampaio       | S18 | 2008 | AFS      | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub-20        | Viana do Castelo | 27.07 | 3 EI 2 t |
| 12,42 | 1,3  | Clara Cruz             | S18 | 2007 | MAC      | Porto      | Campeonato Nacional Sub18         | Beja             | 06.07 | 7        |
| 12,42 | 1,7  | Shelsea Oliveira       | S16 | 2010 | SLB      | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18         | Lisboa (AL)      | 11.05 | 1 EI 1 t |
| 12,49 | 0,5  | Mariana Costa          | S18 | 2008 | GRECAS   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18       | Vagos            | 08.06 | 1 F      |
| 12,54 | 0,7  | Iara Vacondeus         | S18 | 2008 | GDIB     | Setúbal    | Meeting da Inclusão               | Lisboa (AL)      | 26.05 | Extra    |
| 12,63 | 0,4  | Joana Miguel           | S18 | 2008 | CBSEIXAL | Setúbal    | Campeonato Regional de Juniores   | Seixal           | 04.07 | 2        |
| 12,65 | 1,5  | Maria Carvalho         | S16 | 2009 | SLB      | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18         | Lisboa (AL)      | 11.05 | 4 F t    |
| 12,66 | 0,8  | Inês Pedro             | S18 | 2008 | AMONT    | Braga      | I Noite Atlética                  | Braga            | 29.05 | 1 EI 2 t |
| 12,66 | 1,7  | Lara Simões            | S16 | 2010 | CPPEA    | Setúbal    | Noites no CMACS                   | Seixal           | 20.06 | 1 S 1 t  |
| 12,70 | 1,7  | Eulália Borges         | S18 | 2008 | GRQL     | Setúbal    | Campeonato Regional de Absolutos  | Almada           | 08.06 | 2 F t    |
| 12,73 | -1,9 | Maria do Carmo Lúcio   | S18 | 2008 | AFS      | Lisboa     | Campeonato Nacional 2ª Divisão    | Viseu            | 13.07 | 7 t      |
| 12,76 | 0,0  | Laura Moreira          | S18 | 2007 | VTSC     | Braga      | Campeonato do Norte Sub 18        | Lousada          | 29.06 | 1 EI 5   |
| 12,83 | 1,9  | Bárbara Ferraz         | S18 | 2008 | CFOD     | Porto      | Campeonato Absoluto do Norte      | Braga            | 14.06 | 7 EI 1 t |
| 12,86 | -0,4 | Isabel Serras          | S16 | 2009 | CAB      | Braga      | Campeonato do Norte Sub 18        | Lousada          | 29.06 | 1 EI 6 t |
| 12,86 | 2,0  | Jéssica Fedoriv        | S18 | 2008 | CASJ     | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18        | Faro             | 29.06 | 2 S 3    |
| 12,87 | -0,9 | Catarina Évora Pinto   | S16 | 2010 | ESCMOV   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18        | Lousada          | 29.06 | 1 EI 2 t |
| 12,87 | 0,5  | Neide Bernardo - ANG   | S18 | 2008 | CAOB-A   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18       | Vagos            | 08.06 | 2 F      |
| 12,88 | 0,5  | Mariana Ferreira       | S16 | 2009 | CAOB-A   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18       | Vagos            | 08.06 | 3 F t    |
| 12,89 | 1,5  | Lara Ludovice          | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18         | Lisboa (AL)      | 11.05 | 5 F t    |
| 12,91 | -1,3 | Ema Martins            | S16 | 2010 | SLB      | Lisboa     | Encontro Lisboa - Madrid          | Lisboa (AL)      | 01.06 | 2 S 2 t  |
| 12,93 | 0,3  | Clara Bastos           | S16 | 2009 | CBSEIXAL | Setúbal    | Provas Extra                      | Lisboa (AL)      | 21.04 | 3 S 1    |
| 12,93 | 0,5  | Sofia Santos           | S18 | 2007 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18       | Leiria           | 29.06 | 2 F      |
| 12,94 | 1,5  | Adriana Simões         | S16 | 2010 | SLB      | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18         | Lisboa (AL)      | 11.05 | 6 F t    |
| 12,94 | 1,7  | Daniela Gorgueira      | S16 | 2010 | SLA      | Setúbal    | Noites no CMACS                   | Seixal           | 20.06 | 2 t      |
| 12,95 | -0,6 | Cristina Neves         | S18 | 2007 | CSM      | Madeira    | Campeonato Regional de Absolutos  | Ribeira Brava    | 08.06 | 1 F tt   |
| 12,97 | 0,3  | Leonor Néri            | S16 | 2009 | ACFR     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18        | Lousada          | 29.06 | 1 EI 1 t |
| 12,98 | 1,7  | Aminata Baldé - GBS    | S16 | 2009 | SCL      | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18         | Lisboa (AL)      | 11.05 | 2 EI 4 t |
| 12,98 | 1,7  | Edmircia Seco          | S16 | 2010 | AFS      | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18         | Lisboa (AL)      | 11.05 | 1 EI 4 t |
| 12,99 | 0,3  | Anamar Jorge           | S16 | 2009 | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato AASM de Juniores       | Ponta Delgada    | 29.06 | 1 t      |
| 13,01 | 0,9  | Beatriz Barbosa        | S16 | 2010 | SLB      | Lisboa     | Provas Extra                      | Lisboa (AL)      | 21.04 | 1 S 3    |
| 13,02 | 1,4  | Leonor Saraiva         | S18 | 2007 | GRE-AA   | Coimbra    | Campeonato Distrital Absoluto     | Coimbra          | 22.06 | 2 EI 2 t |
| 13,03 | -1,3 | Maria Leonor Pedrosa   | S18 | 2008 | CAP      | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18        | Lousada          | 29.06 | 1 EI 4 t |
| 13,04 | 1,4  | Rita Ferreira          | S18 | 2007 | ACDRSQ   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18       | Leiria           | 29.06 | Extra    |
| 13,04 | 2,0  | Soraia Lourenço        | S18 | 2007 | CDQ      | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18        | Faro             | 29.06 | 3 EI 3   |
| 13,07 | 1,9  | Beatriz Ferrari - BRA  | S18 | 2008 | SCP      | Lisboa     | Meeting da Inclusão               | Lisboa (AL)      | 26.05 | 5 S 3 t  |
| 13,07 | 0,3  | Margarida Godinho      | S16 | 2010 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18       | Leiria           | 29.06 | 1 EI 3 t |
| 13,08 | 0,5  | Beatriz Alves          | S18 | 2008 | ACB-L    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18       | Leiria           | 29.06 | 3 F      |
| 13,08 | 0,2  | Matilde Gomes          | S18 | 2007 | CAM-VC   | V. Castelo | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Lousada          | 01.06 | 19 t     |
| 13,08 | -1,3 | Matilde Morujão        | S16 | 2010 | CAP      | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18        | Lousada          | 29.06 | 2 EI 4 t |
| 13,09 | -0,9 | Leonor Freitas         | S16 | 2009 | ESCMOV   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18        | Lousada          | 29.06 | 2 EI 2 t |
| 13,09 | 1,7  | Maria Leonor Mendes    | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18         | Lisboa (AL)      | 11.05 | 3 EI 4 t |
| 13,10 | 1,7  | Filipa Carvalho        | S16 | 2009 | SLA      | Setúbal    | Noites no CMACS                   | Seixal           | 20.06 | 3 S 1 t  |
| 13,10 | 1,3  | Lara Nunes             | S16 | 2010 | SCP      | Lisboa     | Provas Extra                      | Lisboa (AL)      | 21.04 | 1 S 5    |
| 13,13 | 1,7  | Carlota Calado         | S16 | 2010 | VFC      | Setúbal    | Campeonato Regional Sub18         | Lisboa (AL)      | 11.05 | Extra    |
| 13,13 | 1,6  | Mafalda Andrade        | S18 | 2008 | CAP      | Porto      | Campeonato Absoluto do Norte      | Braga            | 14.06 | 1 EI 3 t |

|       |      |                        |     |      |        |            |                                     |               |       |          |
|-------|------|------------------------|-----|------|--------|------------|-------------------------------------|---------------|-------|----------|
| 13,14 | -1,8 | Lara Simões            | S16 | 2010 | JV     | Leiria     | Encontro Lisboa - Madrid            | Lisboa (AL)   | 01.06 | Extra    |
| 13,15 | -1,8 | Diana Miranda          | S16 | 2010 | CPPEA  | Setúbal    | Encontro Lisboa - Madrid            | Lisboa (AL)   | 01.06 | Extra    |
| 13,16 | 1,2  | Catarina Seabra        | S18 | 2008 | GRE-AA | Coimbra    | Campeonato Distrital Absoluto       | Coimbra       | 22.06 | 2 EI 1 t |
| 13,16 | -0,8 | Marta Feliciano        | S18 | 2008 | JV     | Leiria     | 1ª Noite do Lis                     | Leiria        | 05.06 | 3 S 1 t  |
| 13,16 | 1,7  | Sara Camolas           | S18 | 2007 | PFC    | Setúbal    | Campeonato Regional de Absolutos    | Almada        | 08.06 | 4 F t    |
| 13,17 | 0,0  | Eugénia Correia        | S16 | 2010 | BFC    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada       | 29.06 | 2 EI 5 t |
| 13,17 | 1,9  | Mariana Miranda        | S18 | 2007 | SCP    | Lisboa     | Meeting da Inclusão                 | Lisboa (AL)   | 26.05 | 6 S 3 t  |
| 13,19 | 0,7  | Débora Martins         | S18 | 2008 | CSM    | Madeira    | Torneio de Preparação               | Ribeira Brava | 22.05 | 3 S 2 t  |
| 13,19 | -1,4 | Natacha Candé          | S18 | 2007 | JIV-SM | S. Miguel  | Provas de Preparação                | Ponta Delgada | 23.03 | 1 t      |
| 13,19 | -0,1 | Rita Moreira           | S18 | 2008 | CAP    | Porto      | I Noite Quente                      | Lousada       | 22.05 | 6 S 1 t  |
| 13,23 | 0,7  | Francisca Cortinhas    | S18 | 2007 | CSM    | Madeira    | Torneio de Preparação               | Ribeira Brava | 22.05 | 4 S 2 t  |
| 13,24 | 0,1  | Diana Bento            | S16 | 2009 | AAC    | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18         | Coimbra       | 08.06 | 3 t      |
| 13,24 | 1,2  | Matilde Nascimento     | S18 | 2008 | CAP    | Porto      | Campeonato Absoluto do Norte        | Braga         | 14.06 | 3 EI 3 t |
| 13,26 | 1,7  | Luna Dias              | S18 | 2007 | AACC   | Setúbal    | Campeonato Regional de Absolutos    | Almada        | 08.06 | 6 F t    |
| 13,28 | 1,7  | Matilde Mateus         | S18 | 2007 | SCP    | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18           | Lisboa (AL)   | 11.05 | 5 EI 4   |
| 13,29 | -1,9 | Beatriz Ferraz         | S18 | 2008 | CFOD   | Porto      | Provas Extra                        | Lousada       | 13.04 | 6 S 1 t  |
| 13,29 | 1,7  | Beatriz Maia           | S18 | 2008 | VFC    | Setúbal    | Athletics Youth Meeting SLB         | Lisboa (AL)   | 03.07 | Extra    |
| 13,29 | -0,1 | Leonor Ascenso         | S18 | 2008 | JV     | Leiria     | 1ª Noite do Lis                     | Leiria        | 05.06 | 1 S 2 t  |
| 13,30 | 0,9  | Catarina Matos         | S16 | 2009 | GDE    | Madeira    | Torneio de Preparação               | Ribeira Brava | 22.05 | 1 S 1 t  |
| 13,31 | 0,9  | Matilde Marujo         | S16 | 2010 | GDE    | Madeira    | Torneio de Preparação               | Ribeira Brava | 22.05 | 2 S 1 t  |
| 13,32 | 0,3  | Angéline Pedro - FRA   | S16 | 2009 | CAP    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada       | 29.06 | 2 EI 1 t |
| 13,32 | 1,6  | Maria Luís Silva       | S18 | 2007 | GRECAS | Aveiro     | Meeting Renato Silva                | Vagos         | 12.05 | 4 EI 1 t |
| 13,32 | 1,7  | Sofia Oliveira         | S16 | 2009 | SLB    | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18           | Lisboa (AL)   | 11.05 | 2 EI 1 t |
| 13,33 | -2,4 | Nadine Fortes          | S16 | 2009 | AABV   | Algarve    | Campeonato Nacional Escolar         | Lagoa         | 24.05 | 1 EI 2 t |
| 13,34 | 0,5  | Daniela Venda          | S16 | 2009 | ACB-L  | Leiria     | Campeonato Distrital S 18           | Leiria        | 29.06 | 4 F t    |
| 13,36 | 1,3  | Carolina Veríssimo     | S16 | 2010 | ACRM   | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)   | 21.04 | 2 S 5    |
| 13,37 | 1,5  | Isabela Lima           | S18 | 2008 | MAC    | Porto      | I Noite Atlético                    | Braga         | 29.05 | 1 EI 2 t |
| 13,37 | -1,1 | Márcia Afonso          | S18 | 2007 | GRQL   | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis         | Almada        | 29.06 | 5 F      |
| 13,37 | 0,4  | Melcias Correia - GBS  | S18 | 2007 | GRQL   | Setúbal    | Campeonato Regional Sub-20          | Seixal        | 04.07 | 5 t      |
| 13,38 | 0,9  | Agusneli Barreto - VNZ | S16 | 2009 | GDE    | Madeira    | Torneio de Preparação               | Ribeira Brava | 22.05 | 3 S 1 t  |
| 13,39 | 0,9  | Rita Pio               | S16 | 2010 | SLB    | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)   | 21.04 | 2 S 3    |
| 13,42 | 0,2  | Rita Torres            | S18 | 2007 | CSJSC  | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub--18        | Vagos         | 08.06 | 3 EI 1   |
| 13,43 | -1,5 | Diana Vatula           | S18 | 2007 | CAMG   | Leiria     | Campeonato Distrital de Absolutos   | Pombal        | 08.06 | 3 F t    |
| 13,45 | 0,9  | Laura Perez            | S18 | 2007 | AJS    | Madeira    | Torneio de Preparação               | Ribeira Brava | 22.05 | 4 S 1    |
| 13,46 | -2,2 | Alicia Batista - ANG   | S18 | 2007 | LAVRA  | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada       | 29.06 | 2 EI 3   |
| 13,47 | 1,7  | Carolina Lima          | S16 | 2010 | AFS    | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18           | Lisboa (AL)   | 11.05 | 6 EI 4   |
| 13,47 | 0,4  | Rafaela Chantre        | S18 | 2008 | GRQL   | Setúbal    | Campeonato Regional de Juniores     | Seixal        | 04.07 | 7        |
| 13,47 | 0,9  | Sofia Almeida          | S16 | 2010 | SLB    | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)   | 21.04 | 3 S 3    |
| 13,48 | 0,9  | Nadira Sanches - CPV   | S16 | 2010 | SLB    | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)   | 21.04 | 4 S 3    |
| 13,51 | 0,0  | Clara Franco           | S16 | 2010 | THA    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18         | Rio Maior     | 08.06 | 2 F t    |
| 13,52 | 0,3  | Mariana Moura          | S18 | 2007 | JIV-SM | S. Miguel  | Campeonato AASM de Juniores         | Ponta Delgada | 29.06 | 2        |
| 13,52 | 1,9  | Marina Intchala - CPV  | S18 | 2008 | JOMA   | Lisboa     | Meeting da Inclusão                 | Lisboa (AL)   | 26.05 | 7 S 3 t  |
| 13,52 | 2,0  | Matilde Gonçalves      | S18 | 2007 | CRCDL  | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro          | 29.06 | 4 EI 3   |
| 13,54 | 2,0  | Maria Inácio           | S18 | 2008 | COP    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro          | 29.06 | 5 EL 3   |
| 13,55 | 2,0  | Emily Lopes - BRA      | S18 | 2007 | CRCDL  | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro          | 29.06 | 6 EI 3   |
| 13,57 | 0,0  | Inês Saldanha          | S18 | 2008 | THA    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18         | Rio Maior     | 08.06 | 3 F      |
| 13,57 | 0,2  | Isabel Lobo            | S18 | 2008 | GDD    | Évora      | 26º Campeonato do Alentejo de Pista | Beja          | 11.05 | 2 F t    |
| 13,58 | 0,4  | Emmy Gomes             | S16 | 2009 | AFIS   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos         | 08.06 | 2 EI 2 t |
| 13,58 | 1,2  | Filipa Silva           | S18 | 2008 | SCE    | Aveiro     | Meeting Renato Silva                | Vagos         | 12.05 | 6 EI 3 t |
| 13,59 | 1,9  | Inês Gomes             | S16 | 2010 | SCP    | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)   | 21.04 | 1 S 2    |
| 13,60 | 1,3  | Margarida Pacheco      | S16 | 2010 | AMAC   | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)   | 21.04 | 3 S 5    |
| 13,65 | 0,5  | Luana Alexandre        | S16 | 2009 | CPRAB  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria        | 29.06 | 5 F t    |
| 13,67 | 0,3  | Miriam Simões          | S16 | 2009 | SLB    | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)   | 21.04 | 4 S 1    |
| 13,67 | -1,3 | Sara Fernandes         | S18 | 2007 | AJS    | Madeira    | Provas Extra                        | Lousada       | 01.06 | 4 S 2 t  |
| 13,68 | 1,7  | Nadira Sanches         | S16 | 2010 | SLB    | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18           | Lisboa (AL)   | 11.05 | 7 EI 4 t |
| 13,69 | 0,2  | Maria Madeira          | S18 | 2008 | CVS    | Portalegre | 26º Campeonato do Alentejo de Pista | Beja          | 11.05 | 3 F t    |
| 13,69 | -3,4 | Sofia Ribeiro          | S16 | 2010 | SCP    | Lisboa     | Campeonato Regional Juvenis         | Almada        | 29.06 | Extra    |
| 13,71 | 0,3  | Catarina Birne         | S16 | 2009 | CFB    | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)   | 21.04 | 5 S 1    |
| 13,72 | 0,8  | Mafalda Cancelo        | S18 | 2007 | CDCNAV | Porto      | Campeonato Absoluto do Norte        | Braga         | 14.06 | 1 EI 4 t |
| 13,74 | 1,7  | Margarida Alfredo      | S16 | 2010 | UAP    | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18           | Lisboa (AL)   | 11.05 | 3 EI 1 t |
| 13,75 | 1,9  | Geovana Sousa          | S16 | 2009 | SCP    | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)   | 21.04 | 2 S 2    |
| 13,77 | 1,3  | Inês Fernandes         | S18 | 2007 | SCE    | Aveiro     | Campeonato Distrital Absoluto       | Vagos         | 15.06 | 2 FB t   |
| 13,78 | 0,5  | Francisca Reis         | S16 | 2010 | JV     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria        | 29.06 | 6 F t    |
| 13,78 | 0,0  | Inês Custódio          | S16 | 2009 | JDAL   | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18         | Rio Maior     | 08.06 | 4 F t    |
| 13,79 | 1,7  | Teresa Alves           | S18 | 2008 | CFB    | Lisboa     | Athletics Youth Meeting SLB         | Lisboa (AL)   | 03.07 | 5 EI 2 t |
| 13,81 | -3,4 | Joana Wever            | S16 | 2010 | SCP    | Lisboa     | Campeonato Regional Juvenis         | Almada        | 29.06 | Extra    |
| 13,82 | 1,7  | Carolina Franco        | S16 | 2010 | AAM    | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18           | Lisboa (AL)   | 11.05 | 8 EI 4 t |
| 13,85 | 2,0  | Lenor Gonzalez         | S18 | 2008 | CRAL   | Lisboa     | Meeting Vítor Tavares               | Faro          | 27.04 | 5 F t    |
| 13,87 | 1,9  | Filipa Roussado        | S16 | 2009 | SCP    | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)   | 21.04 | 3 S 2    |

|       |      |                         |     |      |        |            |                                     |                 |       |          |
|-------|------|-------------------------|-----|------|--------|------------|-------------------------------------|-----------------|-------|----------|
| 13,87 | 0,5  | Soraia Branco           | S16 | 2009 | ACDRA  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | 7 F tt   |
| 13,88 | -1,8 | Angelina Volkmar - GER  | s18 | 2008 | CRDS   | Algarve    | Campeonato Regional Sub 20          | Faro            | 08.06 | 5 EI 1 t |
| 13,88 | 1,4  | Beatriz Lopes           | S16 | 2009 | CAT    | Terreira   | Campeonato Regional Sub 18          | Ponta Delgada   | 22.06 | 3 EI 2 t |
| 13,88 | -0,8 | Maria Sousa             | S16 | 2010 | DCE    | Viseu      | Torneio Neves dos Santos            | Viseu           | 01.05 | 2 t      |
| 13,88 | 0,7  | Nicolle Ghirlanda - SUI | S16 | 2009 | CASJ   | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro            | 29.06 | 1 EI 2 t |
| 13,89 | -0,9 | Joana Solé              | S18 | 2007 | CYCL   | V. Castelo | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 4 EI 2   |
| 13,89 | 0,5  | Leonor Pinto            | S18 | 2008 | CFOD   | Porto      | Provas Extra                        | Lousada         | 13.04 | 3 S 2 t  |
| 13,90 | -1,9 | Ana Ferreira            | S18 | 2008 | CDP    | Porto      | Meeting António Ferreira            | Porto (Ramalde) | 01.05 | 3 EI 1   |
| 13,90 | 2,0  | Beatriz Svidruk         | S16 | 2009 | COP    | Algarve    | Campeonato Regional Suub 18         | Faro            | 29.06 | 7 EI 3 t |
| 13,90 | 0,3  | Maria Frazão            | S16 | 2009 | SCP    | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)     | 21.04 | 6 S 1    |
| 13,91 | 0,4  | Ana Almeida             | S16 | 2009 | ACDCVC | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos           | 08.06 | 4 EL 2 t |
| 13,91 | -1,8 | Bianca Dérgio           | S16 | 2010 | AFS    | Lisboa     | Encontro Lisboa - Madrid            | Lisboa (AL)     | 01.06 | 4 S 4 t  |
| 13,91 | 1,0  | Carolina Pacheco        | S18 | 2007 | ADECT  | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro            | 29.06 | 1 EI 1   |
| 13,92 | 0,8  | Lara Almeida            | S16 | 2010 | CPA-S  | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | Extra    |
| 13,94 | 1,8  | Carla Cunha             | S18 | 2008 | AMCRS  | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 20         | Coimbra         | 20.07 | 3 t      |
| 13,95 | 1,7  | Catarina Marta          | S16 | 2010 | SCP    | Lisboa     | Noites no CMACS                     | Seixal          | 20.06 | Extra    |
| 13,98 | 0,6  | Bruna Xavier            | S18 | 2008 | CASJ   | Algarve    | Noite Quente do Algarve             | Faro            | 10.07 | 4 t      |
| 13,98 | 0,4  | Mariana Marques         | S16 | 2010 | SCBM   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos           | 08.06 | 5 EI 2 t |
| 13,99 | 0,1  | Inês Andrade            | S16 | 2010 | OFC    | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18         | Coimbra         | 08.06 | 4 t      |
| 14,02 | 1,6  | Cândida Piedade         | S18 | 2008 | SLA    | Setúbal    | Campeonato Regional de Absolutos    | Almada          | 08.06 | 4 EI 2 t |
| 14,02 | -0,2 | Maria Gomes             | S16 | 2009 | JV     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | 2 EI 2 t |
| 14,03 | -1,3 | Matilde Soares          | S18 | 2007 | CAMG   | Leiria     | Campeonato Distrital de Absolutos   | Pombal          | 08.06 | 2 EI 2 t |
| 14,03 | 1,2  | Tatiana Couto           | S16 | 2009 | CDSC   | S. Miguel  | Torneio de Abertura de Verão        | Ponta Delgada   | 02.03 | 2 t      |
| 14,04 | 1,2  | Catarina Sousa          | S18 | 2008 | SCE    | Aveiro     | Meeting Renato Silva                | Vagos           | 12.05 | 7 EI 3 t |
| 14,04 | -0,4 | Maria João Pacheco      | S16 | 2009 | MAC    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 3 EI 6 t |
| 14,05 | 1,9  | Sara Gonçalves          | S16 | 2010 | SCP    | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)     | 21.04 | 4 S 2    |
| 14,06 | 0,7  | Patrícia Lino           | S16 | 2010 | SPF    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro            | 29.06 | 2 EI 2 t |
| 14,09 | 0,5  | Alicia Pereira          | S16 | 2010 | LLFC   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos           | 08.06 | 8 F t    |
| 14,10 | 0,3  | Teresa Gonçalves        | S16 | 2009 | SCP    | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)     | 21.04 | 7 S 1    |
| 14,13 | -1,8 | Nicole Liendo           | S16 | 2009 | SCP    | Lisboa     | Encontro Lisboa - Madrid            | Lisboa (AL)     | 01.06 | 5 S 4 t  |
| 14,14 | 0,3  | Carina Marques          | S16 | 2010 | GAF    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18         | Rio Maior       | 08.06 | 3 EI 1   |
| 14,14 | 0,2  | Joana Xu - CHN          | S18 | 2007 | ARAC   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos           | 08.06 | 4 EI 1   |
| 14,14 | 0,3  | Rafaela Freitas         | S18 | 2008 | PLF    | Braga      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 4 EI 1   |
| 14,15 | 0,5  | Simone Morim            | S18 | 2007 | ACFR   | Porto      | Provas Extra                        | Lousada         | 13.04 | 5 S 2 t  |
| 14,18 | 0,2  | Alice Pita              | S18 | 2007 | GDCRM  | Évora      | 26º Campeonato do Alentejo de Pista | Beja            | 11.05 | 5 F t    |
| 14,18 | 1,4  | Maria Leonor Santos     | S18 | 2007 | ACDRSQ | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | Extra    |
| 14,20 | 1,7  | Irish Lobo              | S16 | 2010 | NDJL   | Setúbal    | Noites no CMACS                     | Seixal          | 20.06 | 5 S 1 t  |
| 14,20 | -1,3 | Raissa Baptista - ANG   | S16 | 2009 | LAVRA  | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 4 EI 4 t |
| 14,21 | -1,3 | Isaura Correia          | S18 | 2008 | ACDRA  | Leiria     | Campeonato Distrital de Absolutos   | Pombal          | 08.06 | 3 EI 2 t |
| 14,21 | 0,1  | Patrícia Silva          | S16 | 2009 | GS     | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18         | Coimbra         | 08.06 | 5 t      |
| 14,21 | 1,0  | Sofia Correia           | S16 | 2009 | AABV   | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro            | 29.06 | 2 EI 1 t |
| 14,23 | 1,6  | Raquel Moura            | S18 | 2008 | MAC    | Porto      | Provas Extra                        | Lousada         | 13.04 | 2 S 4 t  |
| 14,24 | 0,4  | Ana Cruz                | S18 | 2007 | GRQL   | Setúbal    | Campeonato Regional de Juniores     | Seixal          | 04.07 | 8 t      |
| 14,24 | 0,1  | Bruna Ruela             | S18 | 2007 | PLF    | Braga      | Meeting António Ferreira            | Porto (Ramalde) | 01.05 | Extra    |
| 14,24 | 0,9  | Rita Joaquim            | S16 | 2009 | SCP    | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)     | 21.04 | 5 S 3    |
| 14,25 | 0,8  | Carolina Salvado        | S16 | 2009 | CPA-S  | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | Extra    |
| 14,25 | -2,9 | Madalena Aurélio        | S18 | 2008 | SLA    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis         | Almada          | 29.06 | 5 EI 4   |
| 14,25 | -2,9 | Matilde Filipe          | S18 | 2008 | AFDDM  | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis         | Almada          | 29.06 | 6 EI 4   |
| 14,27 | -0,1 | Ana Santos              | S16 | 2009 | GAC-L  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | 8 EI 1 t |
| 14,27 | 0,9  | Petra Duque             | S16 | 2010 | SLB    | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)     | 21.04 | 6 S 3    |
| 14,28 | -0,2 | Constança Coelho        | S16 | 2010 | CANAZ  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | 3 EI 2 t |
| 14,29 | 0,0  | Catarina Cunha Rêgo     | S18 | 2007 | QFC    | Setúbal    | Provas Extra                        | Setúbal         | 13.04 | 3 S 2    |
| 14,29 | -0,4 | Íris Silva              | S16 | 2010 | CFOD   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 4 EI 6 t |
| 14,29 | 0,5  | Leonor Vieira           | S18 | 2008 | US     | Viseu      | Campeonato Distrital de Juniores    | Viseu           | 29.06 | 1 t      |
| 14,29 | 0,8  | Sofia Viegas            | S16 | 2009 | ACDRA  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | 5 EI 4   |
| 14,31 | -2,2 | Renata Silva            | S16 | 2010 | CFOD   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 4 EL 3 t |
| 14,34 | 0,8  | Bruna Silva             | S18 | 2008 | QFC    | Setúbal    | Provas Extra                        | Almada          | 20.04 | 3 t      |
| 14,34 | 0,0  | Patrícia Sebastião      | S18 | 2008 | GRQL   | Setúbal    | Provas Extra                        | Setúbal         | 13.04 | 4 S 2    |
| 14,35 | 0,8  | Catarina Rêgo           | S18 | 2007 | QFC    | Setúbal    | Provas Extra                        | Almada          | 20.04 | 4 t      |
| 14,35 | 0,3  | Gabriela Queirós        | S16 | 2010 | MAC    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 5 EI 1 t |
| 14,35 | 0,6  | Julia Novo              | S18 | 2008 | ACB-L  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 20         | Leiria          | 22.06 | 3        |
| 14,36 | 0,4  | Angelina Valente        | S18 | 2007 | SCBM   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos           | 08.06 | 4 EI 3   |
| 14,36 | 0,3  | Carolina Silva          | S16 | 2010 | JV     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | 3 EI 3 t |
| 14,36 | 1,0  | Diana Pereira - CPV     | S16 | 2010 | AABV   | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro            | 29.06 | 3 EL 1 t |
| 14,36 | -0,2 | Inês Fernandes          | S16 | 2009 | ACB-L  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | 5 EI 2 t |
| 14,36 | -1,1 | Luana Filipe            | S18 | 2008 | SCUT   | Lisboa     | Meeting António Fortunato           | Torres Vedras   | 07.04 | 3 F t    |
| 14,38 | -0,2 | Margarida António - ANG | S18 | 2008 | GRQL   | Setúbal    | Provas Extra                        | Setúbal         | 13.04 | 5 S 1    |
| 14,39 | 0,0  | Violeta Matos           | S16 | 2010 | CPA-S  | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18         | Rio Maior       | 08.06 | 5 F t    |
| 14,41 | 0,5  | Maria Leonor Sampaio    | S18 | 2007 | IND-P  | Porto      | Meeting António Ferreira            | Porto (Ramalde) | 01.05 | 3 EI 3 t |

|       |      |                       |     |      |          |            |                                     |                 |       |          |
|-------|------|-----------------------|-----|------|----------|------------|-------------------------------------|-----------------|-------|----------|
| 14,42 | 0,3  | Ana Almeida           | S16 | 2010 | IND-P    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 6 EL 1 t |
| 14,42 | 0,1  | Lara Pinto            | S16 | 2009 | NSCPCX   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18         | Coimbra         | 08.06 | 7 t      |
| 14,42 | 1,5  | Leticia Valente       | S18 | 2008 | ACDCVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital Absoluto       | Vagos           | 15.06 | 4 FB t   |
| 14,43 | -0,6 | Matilde Freitas       | S18 | 2008 | ADRAP    | Madeira    | Campeonato Regional de Absolutos    | Ribeira Brava   | 08.06 | 5 F t    |
| 14,44 | -1,9 | Matilde Guerreiro     | S18 | 2008 | CPPEA    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis         | Almada          | 29.06 | 3 EI 3 t |
| 14,45 | 1,7  | Beatriz Bastos        | S16 | 2010 | JDAL     | Santarém   | Noites no CMACS                     | Seixal          | 20.06 | Extra    |
| 14,45 | 0,1  | Íris Tabanez          | S16 | 2009 | ASCV     | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18         | Coimbra         | 08.06 | 8 t      |
| 14,46 | 1,9  | Sofia Tigeleiro       | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)     | 21.04 | 5 S 2    |
| 14,48 | -1,3 | Ana Salgado           | S16 | 2010 | GCRA-P   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 5 EI 4 t |
| 14,49 | 1,0  | Sara Macedo           | S18 | 2008 | CCDR     | Braga      | Provas Extra                        | Braga           | 06.04 | 2 S 2 t  |
| 14,50 | -0,4 | Francisca Vieira      | S18 | 2007 | ESCMOV   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 5 EL 6   |
| 14,51 | 0,0  | Maria Luisa Aguiar    | S16 | 2010 | CAT      | Terceira   | Provas de Observação                | Angra Heroísmo  | 15.06 | 2        |
| 14,52 | 0,7  | Miriam Alves          | S18 | 2007 | LAVRA    | Porto      | 2ª Noite Quente                     | Lousada         | 05.06 | 6 F t    |
| 14,52 | 1,6  | Sara Franca           | S16 | 2010 | JOMA     | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18           | Lisboa (AL)     | 11.05 | 3 EI 3 t |
| 14,53 | 0,4  | Mafalda Resende       | S16 | 2010 | ACDCVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos           | 08.06 | 6 EL 2 t |
| 14,54 | -3,4 | Carolina Paiva        | S16 | 2010 | QFC      | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis         | Almada          | 29.06 | 2 EI 1   |
| 14,64 | 0,3  | Leonor Leal           | S16 | 2010 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | 4 EI 3   |
| 14,65 | 0,3  | Luna Delgado          | S16 | 2010 | CANAZ    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | 5 EI 3   |
| 14,66 | 1,7  | Maria Bêrgamo         | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18           | Lisboa (AL)     | 11.05 | 4 EL 1 t |
| 14,67 | 0,2  | Sofia Ambrósio        | S18 | 2008 | GDD      | Évora      | 26º Campeonato do Alentejo de Pista | Beja            | 11.05 | 7 F t    |
| 14,67 | -0,3 | Sofia Tavares         | S18 | 2008 | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato AASM de Olímpico Jovem   | Ponta Delgada   | 20.04 | 2        |
| 14,69 | 0,8  | Sofia Meira           | S18 | 2007 | SLA      | Setúbal    | Provas Extra                        | Almada          | 20.04 | 5 t      |
| 14,71 | 2,0  | Euridice Coelho       | S18 | 2008 | SPF      | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro            | 29.06 | 8 EI 3   |
| 14,74 | -3,4 | Maria Inês Chaparro   | S16 | 2009 | EAMT     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis         | Almada          | 29.06 | 3 EI 2 t |
| 14,78 | 0,0  | Beatriz Neves         | S16 | 2010 | GAF      | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18         | Rio Maior       | 08.05 | 6 F t    |
| 14,79 | 2,0  | Carolina Branco       | S18 | 2008 | CRAL     | Algarve    | Meeting Vítor Tavares               | Faro            | 27.04 | 6 F t    |
| 14,80 | 0,4  | Leonor Vilaça         | S18 | 2007 | CAB      | Braga      | Provas Extra                        | Braga           | 12.05 | 4 S 2 t  |
| 14,83 | 0,5  | Bárbara Valente       | S18 | 2008 | GCAD     | C. Branco  | Campeonato Distrital de Juniores    | Viseu           | 29.06 | Extra    |
| 14,84 | 1,9  | Marta Belchior        | S18 | 2008 | SCUT     | Lisboa     | Meeting Jovem SCUT ATHLETICS        | Torres Vedras   | 17.03 | 2 S4 t   |
| 14,86 | 0,0  | Adriana Torres        | S16 | 2010 | GCRA-P   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 4 EI 5 t |
| 14,87 | -1,3 | Eduarda Rios Viana    | S18 | 2007 | CYCL     | V. Castelo | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 7 EI 4   |
| 14,88 | -3,4 | Matilde Silva         | S16 | 2010 | ADTT     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis         | Almada          | 29.06 | 3 EI 1   |
| 14,89 | 0,3  | Joana Reis            | S16 | 2010 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | 6 EI 3   |
| 14,90 | -0,5 | Íris Antunes          | S18 | 2008 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Regional Absoluto        | Lagoa           | 22.06 | 4 S 1 t  |
| 14,91 | 0,8  | Eunice Ferreira - ANG | S16 | 2009 | ACB-L    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | 6 EI 4   |
| 14,93 | 0,5  | Catarina Viana        | S18 | 2008 | MAC      | Porto      | Meeting António Ferreira            | Porto (Ramalde) | 01.05 | 4 EI 3   |
| 14,93 | 0,7  | Cristina Azevedo      | S18 | 2007 | SCB      | Braga      | I Noite Atlético                    | Braga           | 29.05 | 4 EI 4 t |
| 14,94 | -0,8 | Carolina Costa        | S16 | 2009 | CARDES   | Viseu      | Torneio Neves dos Santos            | Viseu           | 01.05 | 4 t      |
| 14,94 | 0,7  | Carolina Gomes        | S18 | 2008 | COP      | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro            | 29.06 | 3 EI 2   |
| 14,94 | 0,1  | Liz Ferreira          | S18 | 2008 | RUNRIVER | Porto      | Provas Extra                        | Lousada         | 13.04 | 6 S 3 t  |
| 14,95 | -1,2 | Laura Lopes           | S18 | 2008 | SCB      | Braga      | Torneio de Preparação               | Braga           | 20.04 | 3 S 5 t  |
| 14,98 | 0,3  | Isabella Holloway-GBR | S16 | 2010 | ACDRA    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | 7 EI 3   |
| 14,98 | 1,0  | Luana Gonçalves       | S16 | 2009 | AABV     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro            | 29.06 | 4 EI 1 t |
| 14,99 | -0,8 | Inês Marques          | S18 | 2008 | AGV      | Viseu      | Torneio Neves dos Santos            | Viseu           | 01.05 | 5 t      |
| 14,99 | 1,5  | Rita Figueiredo       | S18 | 2008 | ADREP    | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-20         | Vagos           | 22.06 | 4 EI 1 t |
| 15,01 | 1,2  | Sofia Reis            | S18 | 2007 | CDOL     | S. Miguel  | Torneio de Abertura de Verão        | Ponta Delgada   | 02.03 | 3 t      |
| 15,02 | -3,4 | Ana Nogueira          | S16 | 2009 | PFC      | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis         | Almada          | 29.06 | 4 EI 2 t |
| 15,02 | -1,8 | Catarina Tenazinha    | S18 | 2007 | CASJ     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 20          | Faro            | 08.06 | 6 EL 1 t |
| 15,02 | 1,7  | Josiane Pereira       | S18 | 2008 | SCP      | Lisboa     | Noites no CMACS                     | Seixal          | 20.06 | Extra    |
| 15,02 | 1,6  | Mia Tenera            | S16 | 2010 | SCUT     | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18           | Lisboa (AL)     | 11.05 | 5 EL 3 t |
| 15,03 | -1,1 | Maria Liz Ferreira    | S18 | 2008 | SCUT     | Lisboa     | Meeting António Fortunato           | Torres Vedras   | 07.04 | 2 EI 2 t |
| 15,03 | 1,6  | Nádia Moaris          | S18 | 2007 | HMGS     | Aveiro     | Meeting Renato Silva                | Vagos           | 12.05 | 5 EI 1 t |
| 15,05 | -2,2 | Beatriz Alves         | S16 | 2009 | CFOD     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 5 EL 3   |
| 15,05 | 1,6  | Carla Guimarães - STP | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18           | Lisboa (AL)     | 11.05 | 6 EI 3 t |
| 15,06 | 0,4  | Inês Ramos            | S16 | 2009 | ARAC     | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-16         | Vagos           | 08.07 | 7 S 2 t  |
| 15,06 | 0,7  | Lara Madeiras         | S16 | 2010 | AABV     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro            | 29.06 | 4 EI 2 t |
| 15,06 | -1,2 | Salomé Rodrigues      | S18 | 2007 | CAS      | Guarda     | Campeonato Distrital Absoluto       | Seia            | 27.04 | 2 t      |
| 15,09 | -0,4 | Dawene Reis - BRA     | S18 | 2008 | ACM-A    | Terceira   | Campeonato de Ilha Sub-20           | Angra Heroísmo  | 15.06 | 2 t      |
| 15,13 | -3,4 | Bruna Augusto         | S16 | 2009 | PFC      | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis         | Almada          | 29.06 | 4 EI 1   |
| 15,14 | 1,3  | Inês Branco           | S16 | 2010 | AAM      | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)     | 21.04 | 4 S 5 t  |
| 15,14 | 1,9  | Rosário Sousa         | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Provas Extra                        | Lisboa (AL)     | 21.04 | 6 S 2    |
| 15,16 | 0,0  | Maria Costa           | S18 | 2007 | ACPV     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 5 EI 5   |
| 15,18 | 1,7  | Bárbara Pinho         | S18 | 2007 | ACDCVC   | Aveiro     | Torneio António Vieira              | Vagos           | 13.04 | 4 S 2 t  |
| 15,20 | -3,4 | Maria Inês Machado    | S16 | 2009 | PFC      | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis         | Almada          | 29.06 | 5 EL 2 t |
| 15,21 | 0,4  | Nádia Pinho           | S18 | 2008 | ACDCVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos           | 08.06 | 5 EI 3   |
| 15,24 | 0,3  | Madalena Salgueiro    | S16 | 2010 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | 8 EI 3   |
| 15,25 | -0,1 | Luana Pinto           | S18 | 2008 | HCF      | Vila Real  | Torneio de Abertura de Pista        | Vila Real       | 23.03 | 4 t      |
| 15,25 | -0,1 | Rita Vasconcelos      | s18 | 2008 | MAC      | Porto      | Meeting António Ferreira            | Porto (Ramalde) | 01.05 | 4 EI 4 t |
| 15,27 | 0,5  | Fátima Câmara         | D18 | 2007 | CFOD     | Porto      | Meeting António Ferreira            | Porto (Ramalde) | 01.05 | 5 EI 3   |

|       |      |                    |     |      |         |           |                                     |                 |       |          |
|-------|------|--------------------|-----|------|---------|-----------|-------------------------------------|-----------------|-------|----------|
| 15,30 | -2,2 | Filipa Pereira     | S18 | 2007 | ACPV    | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 6 EL 3   |
| 15,30 | -0,2 | Leonor Esteves     | S18 | 2008 | QFC     | Setúbal   | Provas Extra                        | Setúbal         | 6 S 1 |          |
| 15,34 | -0,4 | Joana Dias         | S16 | 2009 | CAF-SCF | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 6 EI 6 t |
| 15,34 | 0,3  | Lara Sobral        | S16 | 2009 | CDCNAV  | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 7 EI 1 t |
| 15,37 | -1,9 | Matilde Canedo     | S18 | 2008 | CFOD    | Porto     | Meeting António Ferreira            | Porto (Ramalde) | 01.05 | 6 EI 1   |
| 15,41 | 1,7  | Salomé Belo        | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa    | Campeonato Regional Sub18           | Lisboa (AL)     | 11.05 | 5 EI 1   |
| 15,46 | -0,9 | Adriana Costa      | S16 | 2009 | GCRA-P  | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 5 EI 2 7 |
| 15,49 | 0,4  | Margarida Oliveira | S16 | 2009 | ARAC    | Aveiro    | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos           | 08.06 | 6 EL 3 t |
| 15,50 | -3,4 | Carolina Lopes     | S16 | 2010 | IND-ST  | Setúbal   | Campeonato Regional Juvenis         | Almada          | 29.06 | 5 EI 1   |
| 15,50 | 0,2  | Maria João Costa   | S16 | 2009 | ACDCVC  | Aveiro    | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos           | 08.06 | 5 EL 1 t |
| 15,53 | -0,4 | Beatriz Martins    | S16 | 2009 | ACPV    | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 7 EI 6 t |
| 15,57 | 0,2  | Patrícia Bastos    | S16 | 2010 | ACDCVC  | Aveiro    | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos           | 08.06 | 6 EL 1 t |
| 15,59 | 0,3  | Carolina Martins   | S16 | 2009 | CDOL    | S. Miguel | Campeonato AASM de Juniores         | Ponta Delgada   | 29.06 | 3 t      |
| 15,62 | -0,3 | Inês Tavares       | S16 | 2010 | JIV-SM  | S. Miguel | Torneio de Encerramento de Verão    | Ponta Delgada   | 18.07 | 3 t      |
| 15,67 | 0,7  | Rafaela Viana      | S18 | 2007 | EAT     | Porto     | I Noite Atlética                    | Braga           | 29.05 | 6 EL 4 t |
| 15,68 | 0,7  | Mariana Gamboa     | S16 | 2009 | AABV    | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18          | Faro            | 29.06 | 5 EI 2 t |
| 15,69 | -2,8 | Catarina Gomes     | S18 | 2008 | COP     | Algarve   | Campeonato Regional Sub 20          | Faro            | 08.06 | 6 EL 2   |
| 15,72 | 1,3  | Raquel Bettencourt | S16 | 2009 | JOMA    | Lisboa    | Provas Extra                        | Lisboa (AL)     | 21.04 | 5 S 5    |
| 15,73 | 0,5  | Francisca Santos   | S18 | 2008 | DCE     | Viseu     | Campeonato Distrital de Juniores    | Viseu           | 29.06 | 3 t      |
| 15,81 | -1,2 | Mariana Resende    | S18 | 2007 | LAVRA   | Porto     | Torneio de Preparação               | Braga           | 20.04 | 5 S 5 t  |
| 15,82 | 1,3  | Inês Sousa         | S16 | 2009 | SCP     | Lisboa    | Provas Extra                        | Lisboa (AL)     | 21.04 | 6 S 5    |
| 15,84 | 0,0  | Eunice Berbereia   | S16 | 2010 | SCA-T   | Terceira  | Provas de Observação                | Angra Heroísmo  | 15.06 | 3        |
| 15,84 | 0,0  | Rita Rocha         | S18 | 2008 | CAF-SCF | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 6 EL 5   |
| 15,90 | 0,0  | Liliana Soares     | S16 | 2009 | ACM-A   | Terceira  | Provas de Observação                | Angra Heroísmo  | 15.06 | 4        |
| 15,95 | 0,1  | Ana Vaz            | S18 | 2007 | MAC     | porto     | Meeting António Ferreira            | Porto (Ramalde) | 01.05 | 5 EI 2   |
| 15,97 | -0,4 | Margarida Silva    | S18 | 2008 | CAF-SCF | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 8 EL 6   |
| 15,98 | -0,2 | Mafalda Valente    | S16 | 2010 | GDP-L   | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | 7 EI 2 t |
| 16,00 | -0,9 | Flor Silva         | S16 | 2010 | MAC     | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 6 EI 2 t |
| 16,08 | 0,3  | Rita Faro          | S16 | 2009 | MAC     | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 8 EI 1 t |
| 16,10 | -1,6 | Filipa Castro      | S18 | 2008 | CFOD    | Porto     | Provas Extra                        | Lousada         | 13.04 | 7 S 4 t  |
| 16,13 | -0,9 | Beatriz Viegas     | S18 | 2007 | CAF-SCF | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada         | 29.06 | 7 EI 2 t |
| 16,22 | -1,4 | Inês Pereira       | S18 | 2007 | SCUT    | Lisboa    | Meeting António Fortunato           | Torres Vedras   | 07.04 | 3 EI 3 t |
| 16,25 | -0,8 | Maria Campos       | S16 | 2010 | JIV-SM  | S. Miguel | Campeonato AASM de Juvenis          | Ponta Delgada   | 15.06 | 2 S 1 t  |
| 16,33 | 0,4  | Eva Pinto          | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro    | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos           | 08.06 | 8 EL 3   |
| 16,38 | -1,8 | Madalena Miguel    | S18 | 2008 | EAMT    | Setúbal   | Campeonato Regional de Clubes Verão | Almada          | 11.05 | 3 S 2 t  |
| 16,42 | -0,2 | Diva Vidal         | S16 | 2010 | CANAZ   | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria          | 29.06 | 8 EL 2 t |
| 16,51 | -0,8 | Fabiana Massa      | S16 | 2010 | EBA     | S. Miguel | Campeonato AASM de Juvenis          | Ponta Delgada   | 15.06 | 3 S 1 t  |
| 16,87 | 1,7  | Rute Martins       | S16 | 2010 | UAP     | Lisboa    | Campeonato Regional Sub18           | Lisboa (AL)     | 11.05 | 6 EI 1 t |
| 16,99 | -0,8 | Filipa Cabral      | S18 | 2008 | EBA     | S. Miguel | Campeonato AASM de Juvenis          | Ponta Delgada   | 15.06 | 4 S 1    |
| 17,00 | -1,4 | Laura Silveira     | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel | Provas de Preparação                | Ponta Delgada   | 23.03 | 5 t      |
| 17,06 | 1,4  | Ana Carina Mateus  | S16 | 2010 | CDSRP   | Faial     | Campeonato Regional Sub 18          | Ponta Delgada   | 22.06 | 4 EI 2 t |
| 17,06 | -0,8 | Ana Rita Câmara    | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel | Campeonato AASM de Juvenis          | Ponta Delgada   | 15.06 | 5 S 1    |
| 17,09 | -3,4 | Helena Carromeu    | S16 | 2010 | EAMT    | Setúbal   | Campeonato Regional Juvenis         | Almada          | 29.06 | 6 EL 2 t |
| 17,15 | -0,2 | Marta Araújo       | S18 | 2008 | URJFF   | Setúbal   | Provas Extra                        | Setúbal         | 13.04 | 7 S 1    |
| 18,03 | 0,0  | Naiara Barros      | S16 | 2010 | SCA-T   | Terceira  | Provas de Observação                | Angra Heroísmo  | 15.06 | 5        |

Todas

## 200 metros

CEJ: 25,20 / RN: 24,05

Lucrecia Jardim/SLB/Crunha (ESP)/20.09.1988

| MARCA | V    | ATLETA                 | ESC | ANO  | CLUBE    | AR         | COMPETIÇÃO                         | LOCAL            | DATA  | INFORM  |
|-------|------|------------------------|-----|------|----------|------------|------------------------------------|------------------|-------|---------|
| 24,65 | 0,3  | Margarida Oliveira     | S18 | 2008 | SCP      | Lisboa     | Campeonato da Europa Sub-18        | B. Bystrica-SVK  | 19.07 | 5 EI 1  |
| 24,82 | -0,6 | Miriam Pinho           | S18 | 2007 | SLB      | Lisboa     | Campeonato da Europa Sub-18        | B. Bystrica-SVK  | 19.07 | 5 EI 5  |
| 25,23 | 1,9  | Natacha Candé          | S18 | 2007 | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato Nacional 3ª Divisão     | Abrantes         | 14.07 | 1 t     |
| 25,26 | 1,9  | Juliana Hinderyckx-BEL | S18 | 2007 | CASJ     | Algarve    | Campeonato Nacional 3ª Divisão     | Abrantes         | 14.07 | 2 t     |
| 25,28 | -0,1 | Clara Cruz             | S18 | 2007 | MAC      | Porto      | II Noite Atlética                  | Braga            | 03.07 | 1 S 1 t |
| 25,58 | -1,1 | Katerina Quinn - GBR   | S18 | 2008 | JV       | Leiria     | Campeonato Nacional Sub-20         | Viana do Castelo | 28.07 | 1 S 1 t |
| 25,61 | 1,8  | Madalena Barradas      | S16 | 2009 | ACF      | Portalegre | Campeonato Nacional Sub18          | Beja             | 06.07 | HEP     |
| 25,67 | 2,0  | Cristina Neves         | S18 | 2008 | CSM      | Madeira    | Torneio Nacional Olímpico Jovem    | Lagoa            | 18.05 | 2 S 3   |
| 25,81 | 1,9  | Shelsea Oliveira       | S16 | 2010 | SLB      | Lisboa     | Campeonato Regional S18            | Lisboa (AL)      | 12.05 | 1 S 1   |
| 25,89 | 0,0  | Mariana Costa          | S18 | 2008 | GRECAS   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18        | Vagos            | 09.06 | 1       |
| 26,06 | -0,3 | Maria do Carmo Lúcio   | S18 | 2008 | AFS      | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub18          | Beja             | 07.07 | 6 S 2   |
| 26,12 | -0,9 | Madalena Sampaio       | S18 | 2008 | AFS      | Lisboa     | Campeonato Regional de Inverno     | Jamor (P2)       | 14.01 | 4 S 1 t |
| 26,13 | pc   | Isabel Serras          | S16 | 2009 | CAB      | Braga      | II Noite Atlética de Pista Coberta | Braga            | 24.01 | 1 S 1 t |
| 26,23 | 1,3  | Anamar Jorge           | S16 | 2009 | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato Distrital Sub 18        | Rio Maior        | 09.06 | Extra   |
| 26,38 | 2,0  | Inês Pedro             | S18 | 2008 | AMONT    | Braga      | Torneio Nacional Olímpico Jovem    | Lagoa            | 18.05 | 5 S 3   |
| 26,38 | 0,3  | Laura Moreira          | S18 | 2007 | VTSC     | Braga      | 3º Meeting Cidade de Évora         | Évora            | 08.06 | 1 t     |
| 26,41 | 0,3  | Joana Miguel           | S18 | 2008 | CBSEIXAL | Setúbal    | Campeonato Regional de Juvenis     | Almada           | 30.06 | 1 S 5   |
| 26,51 | 0,1  | Sofia Santos           | S18 | 2007 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18        | Leiria           | 30.06 | 1 S 1   |

|       |      |                        |     |      |          |            |   |                  |        |          |
|-------|------|------------------------|-----|------|----------|------------|---|------------------|--------|----------|
| 26,53 | -0,4 | Neide Bernardo - ANG   | S18 | 2008 | CAOB-A   | Aveiro     | Meeting Arada Atlético Clube            | Arada            | 13.07  | 2 S 1 t  |
| 26,55 | 0,6  | Eulália Borges         | S18 | 2008 | GRQL     | Setúbal    | Campeonato Regional de Juniores         | Seixal           | 18.07  | 1 t      |
| 26,59 | 1,8  | Bárbara Ferraz         | S18 | 2008 | CFOD     | Aveiro     | Campeonato Nacional Clubes - Aptº       | Lousada          | 02.06  | 11 t     |
| 26,69 | 2,0  | Lara Simões            | S16 | 2010 | CPPEA    | Setúbal    | Noites do CMACS                         | Seixal           | 20/jun | 1 S 1 t  |
| 26,77 | 1,9  | Matilde Gomes          | S18 | 2007 | CAM-VC   | V. Castelo | Campeonato Nacional 3ª Divisão          | Abrantes         | 14.07  | 4 t      |
| 26,79 | pc   | Marta Carriço          | S18 | 2007 | ACDRA    | Leiria     | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal           | 13.01  | 2 S 1 t  |
| 26,80 | 0,0  | Constança Alves        | S18 | 2008 | AJS      | Madeira    | Campeonato Distrital Sub 18             | Ribeira Brava    | 23.06  | 1 S 2    |
| 26,84 | -1,4 | Jéssica Fedoriv        | S18 | 2008 | CASJ     | Algarve    | Campeonato Nacional Clubes - Aptº       | Faro             | 02.06  | 17 t     |
| 26,88 | 1,2  | Catarina Évora Pinto   | S16 | 2010 | ESCMOV   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada          | 30.06  | 1 s 2 t  |
| 26,89 | -0,9 | Marta Feliciano        | S18 | 2008 | JV       | Leiria     | Olímpico Jovem Distrital                | Marinha Grande   | 04.05  | 3        |
| 26,90 | 0,3  | Carlota Calado         | S16 | 2010 | VFC      | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada           | 30.06  | 3 S 5 t  |
| 27,04 | 2,0  | Alice Rocha            | S16 | 2010 | CBSEIXAL | Setúbal    | Noites do CMACS                         | Seixal           | 20.06  | 2 S 1 t  |
| 27,04 | 0,9  | Carolina Frada         | S18 | 2007 | CFOD     | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01  | 3 S 1    |
| 27,05 | pc   | Dádiva Pedro - ANG     | S16 | 2009 | SLB      | Lisboa     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 21.01  | Extra    |
| 27,07 | 0,0  | Débora Martins         | S18 | 2008 | CSM      | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18              | Ribeira Brava    | 23.06  | 2 S 2 t  |
| 27,11 | 1,9  | Eva Mendes             | S16 | 2010 | SLB      | Lisboa     | Campeonato Regional S18                 | Lisboa (AL)      | 12.05  | 2 S 1 t  |
| 27,11 | 0,0  | Márcia Afonso          | S18 | 2007 | GRQL     | Setúbal    | Campeonato Regional de Juniores         | Seixal           | 18.07  | 4 t      |
| 27,12 | -0,6 | Sofia Machado          | S18 | 2008 | GCAD     | C. Branco  | Campeonato Nacional Sub-20              | Viana do Castelo | 27.07  | HEP      |
| 27,16 | -0,7 | Soraia Lourenço        | S18 | 2007 | CDQ      | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa            | 30.06  | 3 S 3    |
| 27,19 | 0,1  | Daniela Venda          | S16 | 2009 | ACB-L    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18             | Leiria           | 30.06  | 2 EI 1 t |
| 27,25 | 0,1  | Lara Ludovice          | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Distrital Sub 18             | Leiria           | 30.06  | 3 S 1 t  |
| 27,25 | -0,6 | Margarida Godinho      | S16 | 2010 | JV       | Leiria     | 2ª Noite do Lís                         | Leiria           | 12.06  | 1 S 1    |
| 27,26 | -0,1 | Beatriz Alves          | S18 | 2008 | ACB-L    | Leiria     | Campeonato Nacional Clubes - Aptº       | Vagos            | 02.06  | 18 t     |
| 27,27 | -0,1 | Lara Simões            | S16 | 2010 | JV       | Leiria     | 2ª Noite do Lís                         | Leiria           | 12.06  | 1 S 2    |
| 27,30 | 0,0  | Mariana Ferreira       | S16 | 2009 | CAOB-A   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18             | Vagos            | 09.06  | 2 t      |
| 27,31 | 2,0  | Daniel Gorgueira       | S16 | 2010 | SLA      | Setúbal    | Noites do CMACS                         | Seixal           | 20.06  | 3 S 1 t  |
| 27,32 | -0,2 | Diana Vatula           | S18 | 2007 | CAMG     | Leiria     | Campeonato Nacional Clubes - Aptº       | Vagos            | 02.06  | 19 t     |
| 27,33 | 0,0  | Francisca Cortinhas    | S18 | 2007 | CSM      | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18              | Ribeira Brava    | 23.06  | 3 S 2    |
| 27,34 | 0,3  | Filipa Carvalho        | S16 | 2009 | SLA      | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada           | 30.06  | 4 S 5 t  |
| 27,38 | 1,9  | Mafalda Andrade        | S18 | 2008 | CAP      | Porto      | Campeonato Nacional 3ª Divisão          | Abrantes         | 14.07  | 6 t      |
| 27,39 | 0,7  | Rita Ferreira          | S18 | 2008 | ACDRSQ   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18             | Coimbra          | 10.06  | 1 S 2    |
| 27,39 | 1,9  | Adriana Simões         | S16 | 2010 | SLB      | Lisboa     | Campeonato Regional S18                 | Lisboa (AL)      | 12.05  | 3 S 1    |
| 27,43 | pc   | Catarina Seabra        | S18 | 2008 | GRE-AA   | Coimbra    | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal           | 13.01  | 1 S 2 t  |
| 27,47 | 0,3  | Diana Miranda          | S16 | 2010 | CPPEA    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada           | 30.06  | 5 S 5 t  |
| 27,48 | 0,6  | Leonor Ascenso         | S18 | 2008 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital de Absolutos       | Pombal           | 09.06  | 3 S 1 t  |
| 27,48 | 0,0  | Mariana Relvas Pedro   | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01  | 2 S 1 t  |
| 27,50 | 1,4  | Angéline Pedro - FRA   | S16 | 2009 | CAP      | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada          | 30.06  | 1 S 1 t  |
| 27,50 | 1,9  | Ema Martins            | S16 | 2010 | SLB      | Lisboa     | Campeonato Regional S18                 | Lisboa (AL)      | 12.05  | 4        |
| 27,53 | -1,1 | Maria Leonor Pedrosa   | S18 | 2008 | CAP      | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional         | Lousada          | 04.05  | 3 S 4 t  |
| 27,59 | 0,8  | Lara Nunes             | S16 | 2010 | SCP      | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01  | 1 S 6    |
| 27,61 | 0,0  | Verónica Zueva         | S18 | 2007 | 4RUN     | Porto      | II Noite Atlético                       | Braga            | 03.07  | 1 S 3 t  |
| 27,66 | -1,4 | Maria Inácio           | S18 | 2008 | COP      | Algarve    | Campeonato Regional Absoluto            | Faro             | 23.06  | 4 S 2 t  |
| 27,70 | 0,8  | Eliéta Mendes          | S18 | 2008 | NSCPSX   | Setúbal    | Campeonato Regional de Absolutos        | Almada           | 09.06  | 5 S 2 t  |
| 27,70 | -1,1 | Madalena Martins       | S18 | 2008 | AFS      | Lisboa     | Campeonato Regional de Inverno          | Jamor (P2)       | 14.01  | 1 S 2 t  |
| 27,70 | 1,9  | Sofia Oliveira         | S16 | 2009 | SLB      | Lisboa     | Campeonato Regional S18                 | Lisboa (AL)      | 12.05  | 5 S 1    |
| 27,72 | -0,2 | Matilde Mateus         | S18 | 2007 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Regional S18                 | Lisboa (AL)      | 12.05  | 4 S 3    |
| 27,72 | -0,7 | Nadine Fortes          | S16 | 2009 | AABV     | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa            | 30.06  | 4 S 3 t  |
| 27,77 | 0,0  | Catarina Matos         | S16 | 2009 | GDE      | Madeira    | Campeonato regional Sub 18              | Ribeira Brava    | 23.07  | 4 S 2 t  |
| 27,77 | 0,0  | Mariana Miranda        | S18 | 2007 | SCP      | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01  | 3 S 1    |
| 27,82 | 1,2  | Maria Luís Silva       | S18 | 2007 | GRECAS   | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas  | Vagos            | 27.04  | HEP      |
| 27,84 | 1,0  | Carolina Fernandes     | S18 | 2008 | AGV      | Viseu      | Campeonato Distrital Absoluto           | Viseu            | 16.06  | 1 t      |
| 27,86 | 0,1  | Bruna Silva            | S16 | 2009 | CAMR     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18             | Leiria           | 30.06  | 5 S 1 t  |
| 27,90 | 0,7  | Sara Camolas           | S18 | 2007 | PFC      | Setúbal    | Olímpico Jovem Regional                 | Almada           | 04.05  | 3 S 3    |
| 27,92 | 0,0  | Maria Leonor Mendes    | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01  | 4 S 1 t  |
| 27,98 | 1,8  | Alice Varino           | S18 | 2008 | GDP-L    | Leiria     | Campeonato Nacional Sub18               | Beja             | 06.07  | HEP      |
| 28,01 | 0,3  | Beatriz Maia           | S18 | 2008 | VFC      | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada           | 30.06  | 6 S 5 t  |
| 28,01 | 1,8  | Simone Morim           | S18 | 2007 | ACFR     | Porto      | Campeonato Nacional Sub18               | Beja             | 06.07  | HEP      |
| 28,02 | -1,1 | Rita Moreira           | S18 | 2008 | CAP      | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional         | Lousada          | 04.05  | 4 S 4    |
| 28,03 | 0,0  | Laura Perez            | S18 | 2007 | AJS      | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18              | Ribeira Brava    | 23.06  | 5 S 2    |
| 28,04 | -1,7 | Sofia Lourenço         | S18 | 2007 | CDQ      | Algarve    | Campeonato Regional Absoluto            | Faro             | 23.06  | 5 S 2 t  |
| 28,07 | 1,2  | Matilde Fernandes      | S16 | 2010 | VTSC     | Braga      | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada          | 30.06  | 2 S 2 t  |
| 28,08 | 0    | Emmy Gomes             | S16 | 2009 | AFIS     | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18             | Vagos            | 09.06  | 4 t      |
| 28,10 | -0,6 | Mielcias Correia - GBS | S18 | 2007 | GRQL     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada           | 30.06  | 1 S 4 t  |
| 28,16 | 1,6  | Inês Custódio          | S16 | 2009 | JDAL     | Santarém   | Noites do CMACS                         | Seixal           | 20.06  | Extra    |
| 28,17 | 1,3  | Lara Saraiva           | S16 | 2009 | CLAC     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18             | Rio Maior        | 09.06  | 2 S 2    |
| 28,22 | 1,2  | Ruth Lima - BRA        | s18 | 2007 | CCSJM    | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas  | Vagos            | 27.04  | HEP      |
| 28,23 | 1,5  | Agusneli Barreto - VNZ | S16 | 2009 | GDE      | Madeira    | Provas Extra                            | Ribeira Brava    | 09.06  | 1        |
| 28,24 | 1,8  | Marta Peralta          | S16 | 2009 | CFOD     | Porto      | Campeonato Nacional Sub18               | Beja             | 06.07  | HEP      |
| 28,25 | 0,8  | Madalena Moura         | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01  | 2 S 6    |

|       |      |                         |     |      |          |            |  |                  |       |         |
|-------|------|-------------------------|-----|------|----------|------------|--|------------------|-------|---------|
| 28,27 | 1,8  | Matilde Gonçalves       | S18 | 2007 | CRCDL    | Algarve    | Campeonato Regional de Inverno 2024    | Faro             | 21.01 | 1 S 1 t |
| 28,31 | -0,4 | Carmo Sousa             | S18 | 2007 | SCP      | Lisboa     | Provas Extra                           | Jamor (CAR)      | 18.02 | 5 S 1 t |
| 28,31 | 0,9  | Leonor Néri             | S16 | 2009 | ACFR     | Porto      | Provas de Preparação                   | Maia             | 06.01 | 6 S 1 t |
| 28,32 | 2,0  | Inês Saldanha           | S18 | 2008 | THA      | Santarém   | Olimpico Jovem Distrital               | Abrantes         | 04.05 | 1 S 2   |
| 28,33 | -0,9 | Lara Barroso            | S18 | 2008 | CPPEA    | Setúbal    | Provas Extra                           | Seixal           | 06.04 | 4 S 2 t |
| 28,33 | 1,3  | Leonor Ferreira         | S16 | 2009 | JDAL     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior        | 09.06 | 1 S 1   |
| 28,33 | -0,6 | Rafaela Chantre         | S18 | 2008 | GRQL     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis            | Almada           | 30.06 | 2 S 4 t |
| 28,37 | -0,6 | Marta Machado           | S18 | 2007 | GDR      | Viseu      | Olimpico Jovem Distrital               | Viseu            | 11.05 | 1       |
| 28,38 | -0,6 | Ana Ferreira            | S18 | 2008 | CDP      | Porto      | Provas Extra                           | Lousada          | 14.04 | 1 S 3 t |
| 28,39 | 0,3  | Alicia Batista - ANG    | S18 | 2007 | LAVRA    | Porto      | Torneio de Pista                       | Viana do Castelo | 30.05 | 4 t     |
| 28,40 | 0,3  | Isabel Lobo             | S18 | 2008 | GDD      | Évora      | III Meeting Cidade de Évora            | Évora            | 08.06 | 4 S 1 t |
| 28,42 | 0,0  | Carolina Pita           | S18 | 2007 | GDE      | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18             | Ribeira Brava    | 23.06 | 6 S 2   |
| 28,42 | -0,3 | Matilde Fonseca         | S18 | 2008 | AFDDM    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis            | Almada           | 30.06 | 1 S 3 t |
| 28,43 | 1,4  | Beatriz Oliveira        | S16 | 2010 | LAVRA    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 30.06 | 2 S 1   |
| 28,46 | -1,3 | Bárbarra Rosa           | S16 | 2009 | NSF      | Algarve    | Provas Extra                           | Quarteira        | 09.06 | 1       |
| 28,46 | -1,1 | Francisca Reis          | S16 | 2010 | JV       | Leiria     | 2ª Noite do Lis                        | Leiria           | 12.06 | 1 S 3   |
| 28,48 | 1,8  | Alessandra Santos       | S16 | 2009 | JV       | Leiria     | Campeonato Nacional Sub18              | Beja             | 06.07 | HEP     |
| 28,49 | 0,0  | Beatriz Guerreiro       | S18 | 2008 | NDCO     | Beja       | 26º Campeonato do Alentejo de Pista    | Beja             | 11.05 | 2 S 2 t |
| 28,50 | 1,5  | Marina Intchala - CPV   | S18 | 2008 | JOMA     | Lisboa     | Provas de Preparação                   | Lisboa (AL)      | 17.07 | 2 S 1 t |
| 28,53 | 0,8  | Carolina Bachi          | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Regional S18                | Lisboa (AL)      | 12.05 | 1 S 2 t |
| 28,53 | -1,0 | Leonor Gonzalez         | S18 | 2008 | CRAI     | Algarve    | Olimpico Jovem Regional                | Faro             | 04.05 | 5 S 3   |
| 28,55 | 1,3  | Mariana Queirós         | S16 | 2009 | NBA      | Porto      | Provas de Preparação                   | Maia             | 06.01 | 1 S 5 t |
| 28,56 | 1,5  | Luna Dias               | S18 | 2007 | AACC     | Setúbal    | Olimpico Jovem Regional                | Almada           | 04.05 | 2 S 2   |
| 28,56 | 0,1  | Soraia Branco           | S16 | 2009 | ACDRA    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria           | 30.06 | 1 S 2 t |
| 28,58 | 0,7  | Júlia Freitas           | S16 | 2009 | ASCV     | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18            | Coimbra          | 10.06 | 2 S 2 t |
| 28,61 | 0,5  | Matilde Nascimento      | S18 | 2008 | CAP      | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 30.06 | 2 S 4 t |
| 28,62 | -0,4 | Rita Torres             | S18 | 2007 | CSJSC    | Aveiro     | Meeting Arada Atlético Clube           | Arada            | 13.07 | 4 S 1 t |
| 28,63 | 1,8  | Mafalda Cancceolo       | S18 | 2007 | CDCNAV   | Porto      | Campeonato Nacional Clubes - Aptº      | Lousada          | 02.06 | 25 t    |
| 28,64 | 0,4  | Beatriz Perdigão        | S18 | 2008 | AJL      | Évora      | 26º Campeonato do Alentejo de Pista    | Beja             | 11.05 | 2 S 1 t |
| 28,64 | -0,8 | Sara Fernandes          | S18 | 2007 | AJS      | Madeira    | Provas Extra                           | Ribeira Brava    | 18.02 | 3 t     |
| 28,65 | 0,0  | Inês Azeitona           | S18 | 2008 | ADCV     | Portalegre | 26º Campeonato do Alentejo de Pista    | Beja             | 11.05 | 3 S 2 t |
| 28,67 | -0,4 | Catarina Sousa          | S18 | 2008 | SCE      | Aveiro     | Meeting Arada Atlético Clube           | Arada            | 13.07 | 5 S 1 t |
| 28,68 | 1,3  | Maria Camolas           | S18 | 2007 | PFC      | Setúbal    | Campeonato Regional de Absolutos       | Almada           | 09.06 | 2 S 1 t |
| 28,70 | 1,6  | Camila Jota             | S16 | 2010 | CBSEIXAL | Setúbal    | Noites do CMACS                        | Seixal           | 20.06 | 2 S 3 t |
| 28,73 | -0,6 | Petra Dumont            | S16 | 2009 | JV       | Leiria     | 2ª Noite do Lis                        | Leiria           | 12.06 | 3 s 1   |
| 28,75 | 1,2  | Filipa Silva            | S18 | 2008 | SCE      | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 27.04 | HEP     |
| 28,81 | 1,9  | Carolina Veríssimo      | S16 | 2010 | ACRM     | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                   | Torres Vedras    | 20.01 | 1 S 7   |
| 28,84 | 1,3  | Mariana Moura           | S18 | 2007 | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior        | 09.06 | Extra   |
| 28,86 | -0,6 | Mariana Sousa           | S18 | 2007 | AGV      | Viseu      | Olimpico Jovem Distrital               | Viseu            | 11.05 | 2       |
| 28,90 | 1,3  | Michelle Elmer          | S18 | 2007 | CPPEA    | Setúbal    | Provas Extra                           | Seixal           | 18.02 | 5 S 2 t |
| 28,90 | 1,0  | Nicole Liendo           | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                   | Torres Vedras    | 20.01 | 1 S 2 t |
| 28,92 | 0,4  | Maria Madeira           | S18 | 2008 | CVS      | Portalegre | 26º Campeonato do Alentejo de Pista    | Beja             | 11.05 | 4 S 1 t |
| 28,93 | -0,6 | Cândida Piedade         | S18 | 2008 | SLA      | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis            | Almada           | 30.06 | 4 S 4 t |
| 28,93 | pc   | Diana Cardona           | S18 | 2008 | SCB      | Braga      | II Noite Atlético de Pista Coberta     | Braga            | 24.01 | 2 S 1   |
| 28,94 | 0,9  | Eugénia Correia         | S16 | 2010 | BFC      | Porto      | Provas de Preparação                   | Maia             | 06.01 | 8 S 1 t |
| 28,95 | 0,9  | Lara Mota               | S16 | 2009 | AABV     | Algarve    | Campeonao Regional Sub-18              | Lagoa            | 30.06 | 1 S 1   |
| 28,98 | -1,7 | Emily Lopes - BRA       | S18 | 2008 | CRCDL    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 20             | Quarteira        | 09.06 | 5 S 1   |
| 28,99 | 0,6  | Filipa Duarte           | S18 | 2007 | CASJ     | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 06.04 | HEP     |
| 29,02 | 2,0  | Elizaveta Shuyvan       | S18 | 2008 | A 20 Km  | Santarém   | Olimpico Jovem Distrital               | Abrantes         | 04.05 | 2 S 2   |
| 29,04 | 0,2  | Denisa Rodrigues        | S18 | 2008 | CAS      | Guarda     | Jornada de Velocidade e Lançamentos    | Viseu            | 21.01 | Extra   |
| 29,04 | -0,9 | Nicolle Ghirlanda - SUI | S16 | 2009 | CASJ     | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18             | Lagoa            | 30.06 | 1 S 2 t |
| 29,05 | 0,8  | Ana Teixeira            | S18 | 2008 | CPA-S    | Santarém   | Campeonato Regional S18                | Lisboa (AL)      | 12.05 | Extra   |
| 29,06 | pc   | Diana Bernardes         | S16 | 2010 | ACB-L    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal           | 21.01 | 1 S 3 t |
| 29,06 | -0,3 | Geovana Sousa           | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Regional Juvenis            | Almada           | 30.06 | 2 S 3 t |
| 29,06 | -1,0 | Nádia Mata              | S18 | 2008 | SCP      | Lisboa     | Torneio Atleta Completo                | Lisboa (AL)      | 13.06 | HEP     |
| 29,09 | 1,5  | Raquel Ribeiro          | S18 | 2008 | CDUL     | Lisboa     | Provas de Preparação                   | Lisboa (AL)      | 17.07 | 4 S 1 t |
| 29,11 | pc   | Constança Cação         | S16 | 2010 | ACDRA    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal           | 21.01 | 1 S 6   |
| 29,11 | 1,6  | Raquel Cavaco           | S18 | 2008 | PFC      | Setúbal    | Noites do CMACS                        | Seixal           | 20.06 | 3 S 3   |
| 29,13 | -0,4 | Matilde Guerreiro       | S18 | 2008 | CPPEA    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis            | Almada           | 30.06 | 1 S 2   |
| 29,14 | 0,0  | Mariana Marquees        | S16 | 2010 | SCBM     | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18            | Vagos            | 09.06 | 5 t     |
| 29,16 | 1,3  | Diana Freire            | S18 | 2008 | GAF      | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior        | 09.06 | 2 S 1   |
| 29,17 | 0    | Margarida Pinho         | S16 | 2010 | GRECAS   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18            | Vagos            | 09.06 | 6 t     |
| 29,22 | -0,9 | Beatriz Svidruk         | S16 | 2009 | COP      | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18             | Lagoa            | 30.06 | 2 S 2 t |
| 29,22 | 0,0  | Carolina Ferreira       | S18 | 2008 | CFB      | Lisboa     | Provas Extra                           | Jamor (CAR)      | 18.02 | 3 S 2 t |
| 29,23 | pc   | Iara Ferreira           | S16 | 2009 | OFC      | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal           | 21.01 | 2 S 7   |
| 29,26 | 1,5  | Isabela Lima            | S18 | 2008 | MAC      | Porto      | Torneio Olimpico Jovem Regional        | Lousada          | 04.05 | 1 S 2   |
| 29,29 | 1,2  | Joana Solé              | S18 | 2007 | CYCL     | V. Castelo | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 30.06 | 3 S 2   |
| 29,29 | 1,5  | Kimberly Nunes          | S16 | 2010 | AJS      | Madeira    | Provas Extra                           | Ribeira Brava    | 09.06 | 2       |
| 29,31 | 1,6  | Filipa Roussado         | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Noites do CMACS                        | Seixal           | 20.06 | Extra   |

|       |      |                        |      |      |          |           |   |                |       |         |
|-------|------|------------------------|------|------|----------|-----------|---|----------------|-------|---------|
| 29,31 | 1,3  | Leonor Freitas         | S16  | 2009 | ESCMOV   | Porto     | Provas de Preparação                    | Maia           | 06.01 | 2 S 5 t |
| 29,32 | 1,5  | Catarina Cunha Rêgo    | S18  | 2007 | QFC      | Setúbal   | Olimpico Jovem Regional                 | Almada         | 04.05 | 4 S 2   |
| 29,32 | 0,5  | Inês Fernandes         | S18  | 2007 | SCE      | Aveiro    | Campeonato Distrital Sub 23 Inverno     | Vagos          | 14.01 | 4 S 2 t |
| 29,32 | -1,4 | Tatiana Couto          | S16  | 2009 | CDSC     | S. Miguel | Torneio de Abertura de Verão            | Ponta Delgada  | 01.03 | 2 S 2 t |
| 29,34 | 0,5  | Margarida Pacheco      | S16  | 2010 | AMAC     | Lisboa    | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras  | 20.01 | 1 S 5 t |
| 29,38 | -0,3 | Madalena Aurélio       | S18  | 2008 | SLA      | Setúbal   | Campeonato Regional Juvenis             | Almada         | 30.06 | 3 S 3   |
| 29,39 | pc   | Olga Velez             | S18  | 2007 | AAC      | Coimbra   | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal         | 13.01 | 1 S 4 t |
| 29,40 | -1,0 | Madalena Tavares       | s18  | 2007 | SCP      | Lisboa    | Torneio Atleta Completo                 | Lisboa (AL)    | 13.04 | HEP     |
| 29,41 | -2,0 | Irish Lobo             | S16  | 2010 | NDJL     | Setúbal   | Camp Regional Provas Combinadas         | Almada         | 20.04 | HEP     |
| 29,44 | 1,1  | Joana Tavares          | S18  | 2008 | GJPB     | Aveiro    | Meeting Arada Atlético Clube            | Arada          | 13.07 | 1 S 3 t |
| 29,45 | 0,6  | Margarida Pinto        | S18  | 2008 | GCAD     | C. Branco | 2ª Noite do Lís                         | Leiria         | 12.06 | Extra   |
| 29,46 | 1,5  | Beatriz Lopes          | S16  | 2009 | CAT      | Terceira  | Provas de Observação                    | Angra Heroísmo | 16.06 | 2 t     |
| 29,47 | 1,1  | Diana Abreu - ANG      | S18  | 2008 | GRQL     | Setúbal   | Olimpico Jovem Regional                 | Almada         | 04.05 | 2 S 1   |
| 29,47 | -2,0 | Lara Almeida           | S16  | 2010 | CPA-S    | Santarém  | Camp Regional Provas Combinadas         | Almada         | 20.04 | HEP     |
| 29,47 | 1,1  | Patrícia Sebastião     | S18  | 2008 | GRQL     | Setúbal   | Olimpico Jovem Regional                 | Almada         | 04.05 | 1 S 1   |
| 29,50 | 0,9  | Clara Rijo             | S16  | 2010 | COP      | Algarve   | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa          | 30.06 | 2 S 1   |
| 29,50 | -0,9 | Patrícia Lino          | S16  | 2010 | SPF      | Algarve   | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa          | 30.06 | 3 S 2 t |
| 29,52 | 0,3  | Alice Pita             | S18  | 2007 | CDCRM    | Beja      | III Meeting Cidade de Évora             | Évora          | 08.06 | 5 S 1 t |
| 29,52 | 1,1  | Sofia Meira            | S18  | 2007 | SLA      | Setúbal   | Olimpico Jovem Regional                 | Almada         | 04.05 | 3 S 1   |
| 29,53 | 0,5  | Inês Leitão            | S16  | 2009 | SCP      | Lisboa    | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras  | 20.01 | 2 S 5 t |
| 29,55 | -0,4 | Isabel Lima            | S18  | 2008 | MAC      | Porto     | Provas Extra                            | Lousada        | 14.04 | 1 S 4 t |
| 29,57 | -0,6 | Maria Gomes            | S16  | 2009 | JV       | Leiria    | 2ª Noite do Lís                         | Leiria         | 12.06 | 4 S 1   |
| 29,57 | -0,2 | Sofia Zenida           | S18  | 2007 | AAM      | Lisboa    | Provas Extra                            | Lisboa (AL)    | 13.04 | 3 S 1 t |
| 29,58 | 1,9  | Rita Páscoa            | S18  | 2008 | AABV     | Algarve   | Campeonato Nacional 3ª Divisão          | Abrantes       | 14.07 | 8 t     |
| 29,61 | 0,0  | Mariana Costa          | S18  | 2008 | FCC      | Beja      | Camp Distrital provas Combinadas        | Beja           | 13.04 | HEP     |
| 29,63 | -1,7 | Carolina Salvado       | S16  | 2009 | CPA-S    | Santarém  | Camp Regional Provas Combinadas         | Almada         | 20.04 | HEP     |
| 29,64 | pc   | Beatriz Silva          | S16  | 2009 | CAMR     | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal         | 21.01 | 2 S 6   |
| 29,66 | 0,7  | Diana Rama             | S16  | 2009 | MAC      | Porto     | Provas de Preparação                    | Maia           | 06.01 | 1 S 4 t |
| 29,66 | -0,7 | Leonor Lavos           | S18  | 2008 | GDP-L    | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 20             | Leiria         | 23.06 | 6 t     |
| 29,68 | -0,2 | Camila Custódio        | S18  | 2007 | AAM      | Lisboa    | Provas Extra                            | Lisboa (AL)    | 13.04 | 4 S 1 t |
| 29,69 | -0,8 | Maria Inês Chaparro    | S16  | 2009 | EAMT     | Setúbal   | Campeonato Regional Juvenis             | Almada         | 30.06 | 2 S 1 t |
| 29,72 | pc   | Margarida Calhau       | S166 | 2010 | JV       | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal         | 21.01 | 3 S 4 t |
| 29,74 | 0,0  | Lara Teorgas           | S16  | 2009 | NAC      | Aveiro    | Campeonato Distrital Sub-18             | Vagos          | 09.06 | 8 t     |
| 29,75 | 0,4  | Matilde Maia           | S16  | 2010 | GRE-AA   | Coimbra   | Campeonato Distrital Sub 18             | Coimbra        | 10.06 | 1 S 1   |
| 29,76 | -1,1 | Eva Mourinha           | S18  | 2008 | SCP      | Lisboa    | Campeonato Regional de Inverno          | Jamor (P2)     | 14.01 | 4 S 2 t |
| 29,76 | -2,6 | Lara Lopes             | S18  | 2007 | A 20 Km  | Santarém  | Torneio de Abertura de Pista            | Fátima         | 06.04 | 3 S 3 t |
| 29,78 | 1,2  | Angelina Valente       | S18  | 2007 | SCBM     | Aveiro    | Campeonato Distrital Provas Combinadas  | Vagos          | 27.04 | HEP     |
| 29,78 | 0,1  | Maria Leonor Santos    | S18  | 2007 | ACDRSQ   | Coimbra   | Campeonato Distrital Sub 18             | Leiria         | 30.06 | Extra   |
| 29,78 | -0,2 | Rafaela Relvas         | S18  | 2007 | SCUT     | Lisboa    | Campeonato Regional de Inverno          | Jamor (P2)     | 14.01 | 1 S 3 t |
| 29,79 | 0,5  | Renata Silva           | S16  | 2010 | CFOD     | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada        | 30.06 | 2 S 4 t |
| 29,79 | 0,6  | Rita Joaquim           | S16  | 2009 | SCP      | Lisboa    | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras  | 20.01 | 1 S 3   |
| 29,80 | 0,9  | Bárbara Lobo           | S16  | 2009 | FCC      | Beja      | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa          | 30.06 | Extra   |
| 29,83 | 0,6  | Victória Possante      | S18  | 2008 | CDQ      | Algarve   | Campeonato Reg Provas Combinadas        | Faro           | 06.04 | HEP     |
| 29,85 | -0,1 | Maria Manaça           | S16  | 2009 | JV       | Leiria    | 2ª Noite do Lís                         | Leiria         | 12.06 | 2 S 2   |
| 29,86 | pc   | Filipa Monteiro        | S16  | 2009 | JV       | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal         | 21.01 | 1 S 2 t |
| 29,86 | 1,5  | Luna Ribeiro - Can     | S16  | 2010 | CSM      | Madeira   | Provas Extra                            | Ribeira Brava  | 09.06 | 3       |
| 29,88 | 1,0  | Catarina Birne         | S16  | 2009 | CFB      | Lisboa    | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras  | 20.01 | 2 S 2 t |
| 29,88 | 1,0  | Raquel Moura           | S18  | 2008 | MAC      | Porto     | Provas de Preparação                    | Maia           | 06.01 | 2 S 6   |
| 29,88 | pc   | Sara Vilaça            | S18  | 2008 | SCB      | Braga     | II Noite Atlética de Pista Coberta      | Braga          | 24.01 | 1 S 2   |
| 29,89 | 0,1  | Constança Coelho       | S16  | 2010 | CANAZ    | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18             | Leiria         | 30.06 | 4 S 2 t |
| 29,90 | -1,7 | Joana Rosa             | S18  | 2007 | CPPEA    | Setúbal   | Camp Regional Provas Combinadas         | Almada         | 20.04 | HEP     |
| 29,90 | 2,0  | Luana Espírito Santo   | S16  | 2010 | SLA      | Setúbal   | Noites do CMACS                         | Seixal         | 20.06 | 4 S 1 t |
| 29,90 | 0,8  | Maria Luísa Aguiar     | S16  | 2010 | CAT      | Terceira  | Campeonato Regional Sub 18              | Ponta Delgada  | 23.06 | 1 S 1 t |
| 29,91 | 1,3  | Beatriz Pires          | S16  | 2010 | CBA-S    | Santarém  | Campeonato Distrital Sub 18             | Rio Maior      | 09.06 | 6 S 2 t |
| 29,92 | 1,3  | Matilde Matafome       | S18  | 2008 | CPA-S    | Santarém  | Campeonato Distrital Sub 18             | Rio Maior      | 09.06 | 4 S 1   |
| 29,93 | -0,3 | Laura Lourenço         | S18  | 2008 | MCP      | Lisboa    | Provas Extra                            | Lisboa (AL)    | 13.04 | 4 S 2 t |
| 29,96 | 1,6  | Catarina Marta         | S16  | 2010 | SCP      | Lisboa    | Noites do CMACS                         | Seixal         | 20.06 | Extra   |
| 29,96 | -0,6 | Leonor Pinto           | S18  | 2008 | CFOD     | Porto     | Provas Extra                            | Lousada        | 14.04 | 3 S 3 t |
| 29,96 | 1,2  | Rafaela Freitas        | S18  | 2008 | PLF      | Braga     | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada        | 30.06 | 4 S 2   |
| 29,98 | -1,6 | Carolina Pacehco       | S18  | 2007 | ADECT    | Algarve   | Campeonato Regional Absoluto            | Faro           | 23.06 | 2 S 1 t |
| 30,00 | -0,9 | Patrícia Filmon        | S16  | 2009 | AABV     | Algarve   | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa          | 30.06 | 4 S 2 t |
| 30,01 | pc   | Carla Cunha            | S18  | 2008 | AMCRS    | Coimbra   | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal         | 21.01 | 2 S 2 t |
| 30,02 | 1,3  | Leticia Valente        | S18  | 2008 | ACDCVC   | Aveiro    | Meeting Arada Atlético Clube            | Arada          | 13.07 | 1 s 2 t |
| 30,05 | -1,7 | Selma Vilar            | S18  | 2008 | CDCFASA  | Guarda    | Provas Extra                            | Guarda         | 17.03 | 1 t     |
| 30,06 | 1,0  | Margarida António -ANG | S18  | 2008 | GRQL     | Setúbal   | Provas Extra                            | Seixal         | 06.04 | 3 S 1 t |
| 30,07 | 1,4  | Raíssa Baptista - ANG  | S19  | 2009 | LAVRA    | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada        | 30.06 | 3 S 1   |
| 30,08 | -0,3 | Mariana Machin         | S16  | 2010 | ADRAP    | Madeira   | Campeonato Regional Sub 18              | Ribeira Brava  | 23.06 | 1 S 1 t |
| 30,11 | -1,7 | Carolina Oliveira      | S18  | 2008 | NDCO     | Beja      | Campeonato de Clubes de Inverno         | Odemira        | 27.01 | 2 S 2 t |
| 30,11 | -0,8 | Matilde Silva          | S16  | 2010 | CBSEIXAL | Setúbal   | Campeonato Regional Juvenis             | Almada         | 30.06 | 3 S 1 t |



|       |      |                       |      |      |        |            |   |                  |       |          |
|-------|------|-----------------------|------|------|--------|------------|---|------------------|-------|----------|
| 30,12 | 0,6  | Bruna Xavier          | S18  | 2008 | CASJ   | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas        | Faro             | 06.04 | HEP      |
| 30,12 | -1,1 | Carolina Silva        | S16  | 2010 | JV     | Leiria     | 2ª Noite do Lís                         | Leiria           | 12.06 | 2 S 3    |
| 30,14 | 0,9  | Diana Pereira - CPV   | S16  | 2010 | AABV   | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa            | 30.06 | 4 S 1    |
| 30,19 | -0,1 | Ana Conde             | S18  | 2007 | ACFR   | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas      | Lousada          | 11.05 | HEP      |
| 30,19 | -1,1 | Inês Rocha            | S18  | 2008 | CAM-VC | V. Castelo | Atleta Completo                         | Viana do Castelo | 06.04 | HEP      |
| 30,32 | pc   | Patrícia Silva        | S16  | 2009 | GS     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 21.01 | 3 S 2 t  |
| 30,33 | 2,0  | Leonor Vilaça         | S18  | 2007 | CAB    | Braga      | Campeonato Absoluto do Norte            | Braga            | 14.06 | 2 S 5 t  |
| 30,34 | -1,2 | Rafaela Mateus - ANG  | S18  | 2008 | AABV   | Algarve    | Olimpico Jovem Regional                 | Faro             | 04.05 | 2 S 2    |
| 30,36 | 1,2  | Diana Vilar           | S18  | 2008 | NAC    | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas  | Vagos            | 27.04 | HEP      |
| 30,36 | 0,1  | Leonor Leal           | S16  | 2010 | JV     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18             | Leiria           | 30.06 | 6 EI 2 t |
| 30,37 | 0,4  | Inês Andrade          | S16  | 2010 | OFC    | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18             | Coimbra          | 10.06 | 2 S 1    |
| 30,38 | -0,4 | Miriam Alves          | S18  | 2007 | LAVRA  | Porto      | II Noite Atlética                       | Braga            | 03.07 | 1 S 4 t  |
| 30,42 | 1,9  | Sara Franca           | S16  | 2010 | JOMA   | Lisboa     | Campeonato Regional S18                 | Lisboa (AL)      | 12.05 | 6 S 1    |
| 30,46 | 0,5  | Maria Inês Coelho     | S16  | 2009 | AMONT  | Braga      | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada          | 30.06 | 3 S 4 t  |
| 30,50 | 0,8  | Leticia Lourenço      | S16  | 2009 | CDVP   | Lisboa     | Campeonato Regional S18                 | Lisboa (AL)      | 12.05 | 4 S 2 t  |
| 30,53 | 1,0  | Leonor Pinhão         | S16  | 2009 | SCUT   | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01 | 3 S 2 t  |
| 30,54 | -0,4 | Bruna Augusto         | S16  | 2009 | PFC    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada           | 30.06 | 2 S 2 t  |
| 30,54 | -1,9 | Eurídice Coelho       | S18  | 2008 | NSF    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 20              | Quarteira        | 09.06 | 1 S 2 t  |
| 30,57 | 0,5  | Andreia Pacheco       | S18  | 2007 | AMAC   | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01 | 3 S 5    |
| 30,62 | 0,8  | Samanta Araújo        | S16  | 2009 | PLF    | Braga      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | Extra    |
| 30,65 | pc   | Diana Bento           | S16  | 2009 | AAC    | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 21.01 | 1 S 5    |
| 30,66 | -0,4 | Rafaela Baliza        | S16  | 2010 | AFDDM  | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada           | 30.06 | 3 S 2 t  |
| 30,66 | 0,6  | Sara Baeta            | S18  | 2007 | SCA    | Santarém   | Torneio de Abertura de Pista            | Fátima           | 06.04 | 3 S 1 t  |
| 30,68 | -0,1 | Maria Beatrice        | S18  | 2008 | SCP    | Lisboa     | Provas Extra                            | Jamor (CAR)      | 18.02 | 1 S 3 t  |
| 30,69 | -2,0 | Luna Rodrigues        | S18  | 2008 | CPA-S  | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas         | Almada           | 20.04 | HEP      |
| 30,72 | 0,7  | Inês Couto            | S16  | 2010 | ACFR   | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 2 S 4 t  |
| 30,74 | pc   | Íris Tabanez          | S16  | 2009 | ASCV   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 21.01 | 3 S 6    |
| 30,74 | -0,9 | Júlia Novo            | S18  | 2008 | ACB-L  | Leiria     | Olimpico Jovem Distrital                | Marinha Grande   | 04.05 | 5        |
| 30,80 | 1,9  | Gabriela Costa        | S16  | 2010 | CAO-L  | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01 | 2 S 7    |
| 30,81 | 0,8  | Maria Bergamo         | S16  | 2009 | SCP    | Lisboa     | Campeonato Regional S18                 | Lisboa (AL)      | 12.05 | 5 S 2 t  |
| 30,84 | pc   | Sofia Viegas          | S16  | 2009 | ACDRA  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 21.01 | 2 S 5    |
| 30,87 | pc   | Diana Oliveira        | S16  | 2009 | GAC-L  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 21.01 | 3 S 5    |
| 30,87 | 0,9  | Diana Rodrigues       | S16  | 2010 | COP    | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa            | 30.06 | 5 S 1    |
| 30,88 | -1,2 | Bruna Ruela           | S18  | 2007 | PLF    | Braga      | Atleta Completo Regional                | Braga            | 06.04 | HEP      |
| 30,89 | 1,3  | Sophie Quintero       | S18  | 2007 | CAOB-A | Aveiro     | Meeting Arada Atlético Clube            | Arada            | 13.07 | 2 S 2 t  |
| 30,90 | 0,8  | Mia Tenera            | S16  | 2010 | SCUT   | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01 | 3 S 6    |
| 30,92 | -1,1 | Eunice Ferreira - ANG | S16  | 2009 | ACB-L  | Leiria     | 2ª Noite do Lís                         | Leiria           | 12.06 | 2 S 3    |
| 30,92 | -0,7 | Sofia Silva           | S18  | 2008 | NSF    | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa            | 30.06 | 7 S 3 t  |
| 30,94 | 0,4  | Aline Sagradas        | S16  | 2009 | OFC    | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18             | Coimbra          | 10.06 | 3 S 1    |
| 30,94 | pc   | Lara Pinto            | S16  | 2009 | NSCPCX | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 21.01 | 4 S 6    |
| 30,95 | 0,9  | Astrid Rojas          | S16  | 2009 | COP    | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa            | 30.06 | 6 S 1    |
| 30,96 | 0,6  | Sara Gonçalves        | 2010 | 2009 | SCP    | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01 | 2 s 3    |
| 30,98 | pc   | Alexandra Vogado      | S16  | 2009 | CPTSC  | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 21.01 | 2 S 3 t  |
| 30,98 | -0,8 | Carina Mendes         | S16  | 2010 | AFDDM  | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada           | 30.06 | 4 S 1 t  |
| 30,98 | -0,1 | Matilde Joaquin       | S16  | 2009 | JV     | Leiria     | 2ª Noite do Lís                         | Leiria           | 12.06 | 4 S 2    |
| 31,00 | -0,6 | Inês Fernandes        | S16  | 2009 | ACB-L  | Leiria     | 2ª Noite do Lís                         | Leiria           | 12.06 | 7 S 1    |
| 31,03 | pc   | Sara Macedo           | S18  | 2008 | CCDR   | Braga      | II Noite Atlética de Pista Coberta      | Braga            | 24.01 | 3 S 3 t  |
| 31,04 | 0,8  | Margarida Sousa       | S16  | 2010 | CFOD   | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 3 S 3 t  |
| 31,06 | 1,0  | Lara Figueiredo       | S18  | 2008 | ACPV   | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 3 S 6    |
| 31,06 | pc   | Luísa Dinis           | S18  | 2007 | JV     | Leiria     | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal           | 13.01 | 4 S 3 t  |
| 31,06 | -0,6 | Margarida Menino      | S18  | 2008 | GDR    | Viseu      | Olimpico Jovem Distrital                | Viseu            | 11.05 | 4        |
| 31,09 | 0,7  | Carolina Branco       | S18  | 2008 | CRAL   | Algarve    | Olimpico Jovem Regional                 | Faro             | 04.05 | 2 S 1    |
| 31,12 | 0,6  | Carolina Franco       | S16  | 2010 | AAM    | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01 | 3 S 3    |
| 31,12 | pc   | Diana Santos          | S18  | 2007 | NDAP   | Leiria     | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal           | 13.01 | 3 S 4 t  |
| 31,14 | 0,7  | Mara Filipe           | S16  | 2009 | ACFR   | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 3 S 4 t  |
| 31,15 | -1,7 | Violeta Matos         | S16  | 2010 | CPA-S  | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas         | Almada           | 20.04 | HEP      |
| 31,16 | 0,8  | Sofia Vale            | S16  | 2010 | MAC    | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 7 S 2 t  |
| 31,19 | pc   | Laura Lopes           | S18  | 2008 | SCB    | Braga      | II Noite Atlética de Pista Coberta      | Braga            | 24.01 | 2 S 2    |
| 31,22 | 0,5  | Leonor Antunes        | S16  | 2009 | SCP    | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01 | 4 S 5 t  |
| 31,26 | -1,1 | Carolina Brígido      | S16  | 2010 | JV     | Leiria     | 2ª Noite do Lís                         | Leiria           | 12.06 | 4 S 3    |
| 31,28 | 0,0  | Margarida Rosado      | S18  | 2008 | JDN    | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas        | Beja             | 13.04 | HEP      |
| 31,29 | 2,0  | Josiane Pereira       | S18  | 2008 | SCP    | Lisboa     | Noites do CMACS                         | Seixal           | 20.06 | Extra    |
| 31,32 | 1,9  | Rita Freire           | S18  | 2007 | CDUL   | Lisboa     | Meeting da Inclusão                     | Lisboa (AL)      | 26.05 | 7 S 2 t  |
| 31,34 | -0,6 | Sofia Reis            | S18  | 2007 | CDOL   | S. Miguel  | Torneio de Abertura de Verão            | Ponta Delgada    | 01.03 | 1 S 1    |
| 31,38 | 1,2  | Bruna Meira           | S16  | 2010 | CYCL   | V. Castelo | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada          | 30.06 | 5 S 2 t  |
| 31,38 | -1,3 | Margarida Freitas     | S18  | 2008 | JIV-SM | S. Miguel  | Torneio de Abertura de Verão            | Ponta Delgada    | 01.03 | 1 S 3    |
| 31,38 | -0,3 | Maria Inês Machado    | S16  | 2009 | PFC    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada           | 30.06 | 4 S 3 t  |
| 31,39 | 0,4  | Madalena Calado       | S16  | 2010 | NSCPCX | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18             | Coimbra          | 10.06 | 4 S 1    |
| 31,41 | -0,9 | Íris Antunes          | S18  | 2008 | ADECT  | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa            | 30.06 | 5 S 2    |

|       |      |                     |     |      |          |            |   |                  |       |         |
|-------|------|---------------------|-----|------|----------|------------|---|------------------|-------|---------|
| 31,41 | -0,6 | Liz Ferreira        | S18 | 2008 | RUNRIVER | Porto      | I Noite Quente                          | Lousada          | 22.05 | 3 s 3 t |
| 31,42 | -0,7 | Sofia Correia       | S16 | 2009 | AABV     | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa            | 30.06 | 8 S 3 t |
| 31,43 | 0,2  | Leonor Girão        | S18 | 2008 | USP      | Viseu      | Jornada de Velocidade e Lançamentos     | Viseu            | 21.01 | 5 t     |
| 31,52 | 0,7  | Cláudia Carvalho    | S18 | 2007 | JOBRA    | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024    | Luso             | 18.02 | 5 S 1 t |
| 31,54 | 0,8  | Joana Ferreira      | S18 | 2008 | ACRVC    | Aveiro     | Olímpico Jovem Distrital                | Luso             | 20.04 | 5 S 1   |
| 31,54 | -1,7 | Luana Filipe        | S18 | 2008 | AMAC     | Lisboa     | Meeting António Fortunato               | Torres Vedras    | 07.04 | 2 S 1 t |
| 31,55 | 0,8  | Francisca Fernandes | S16 | 2010 | CFOD     | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 4 S 3 t |
| 31,56 | 0,7  | Inês Morim          | S16 | 2010 | CAP      | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 4 S 4 t |
| 31,56 | 0,4  | Isabel Calado - BRA | S16 | 2009 | OFC      | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18             | Coimbra          | 10.06 | 5 S 1   |
| 31,59 | -0,1 | Madalena Salgueiro  | S16 | 2010 | JV       | Leiria     | 2ª Noite do Lís                         | Leiria           | 12.06 | 5 S 2   |
| 31,66 | 0,8  | Cristina Azevedo    | S18 | 2007 | SCB      | Braga      | Torneio Regional Olímpico Jovem         | Braga            | 11.05 | 7 S 1   |
| 31,68 | -1,4 | Maria Luísa Correia | S16 | 2009 | JIV-SM   | S. Miguel  | Torneio de Abertura de Verão            | Ponta Delgada    | 01.03 | 4 S 2 t |
| 31,69 | -0,3 | Beatriz Barreiras   | S18 | 2008 | ADRAP    | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18              | Ribeira Brava    | 23.06 | 2 S 1   |
| 31,70 | 0,8  | Beatriz Alves       | S16 | 2009 | CFOD     | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 5 S 3 t |
| 31,70 | 1,5  | Michela Durão - MOZ | S16 | 2010 | AJS      | Madeira    | Provas Extra                            | Ribeira Brava    | 09.06 | 4       |
| 31,71 | 0,8  | Maria Liz Ferreira  | S16 | 2008 | SCUT     | Lisboa     | Campeonato Regional S18                 | Lisboa (AL)      | 12.05 | 6 s 2   |
| 31,73 | 0,8  | Inês Tavares        | S16 | 2010 | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato Regional Sub 18              | Ponta Delgada    | 23.06 | 2 S 1 t |
| 31,74 | pc   | Joana Reis          | S16 | 2010 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 21.01 | 4 S 5   |
| 31,77 | -1,0 | Catarina Guerreiro  | S18 | 2007 | SPF      | Algarve    | Olímpico Jovem Regional                 | Faro             | 04.05 | 8 S 3   |
| 31,78 | -1,8 | Eva Cruz            | S18 | 2008 | GDC-VC   | V. Castelo | Provas Extra                            | Viana do Castelo | 13.07 | 2 t     |
| 31,79 | 2,0  | Nádia Pinho         | S18 | 2008 | ACDCVC   | Aveiro     | Torneio António Vieira                  | Vagos            | 14.04 | 5 S 2 t |
| 31,80 | 0,6  | Rosário Sousa       | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01 | 4 S 3   |
| 31,86 | -0,6 | Inês Marques        | S18 | 2008 | AGV      | Viseu      | Olímpico Jovem Distrital                | Viseu            | 11.05 | 5       |
| 31,90 | -3,3 | Maria Costa         | S18 | 2007 | ACPV     | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional         | Lousada          | 04.05 | 2 S 1   |
| 31,93 | 1,1  | Flor de Oliveira    | S18 | 2008 | GRQL     | Setúbal    | Olímpico Jovem Regional                 | Almada           | 04.05 | 4 S 1   |
| 31,97 | 1,3  | Íris Silva          | S16 | 2010 | CFOD     | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 3 S 5 t |
| 31,98 | 0,7  | Nádia Morais        | S18 | 2007 | HMGS     | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024    | Luso             | 18.02 | 6 S 1 t |
| 31,98 | -0,4 | Vanessa Rosa        | S16 | 2010 | EAMT     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada           | 30.06 | 4 S 2 t |
| 32,01 | 1,4  | Maria Oliveira      | S16 | 2010 | VTSC     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada          | 30.06 | 4 S 1   |
| 32,01 | -0,2 | Sara Freixo         | S18 | 2008 | UAP      | Lisboa     | Campeonato Regional S18                 | Lisboa (AL)      | 12.05 | 6 S 3   |
| 32,07 | 1,3  | Joana Sousa         | S16 | 2009 | CSGAIA   | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 4 S 5 t |
| 32,09 | 1,3  | Inês Vieira         | S16 | 2010 | CSGAIA   | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 5 S 5 t |
| 32,13 | 0,9  | Lara Madeiras       | S16 | 2010 | AABV     | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa            | 30.06 | 7 S 1   |
| 32,13 | -1,9 | Salomé Rodrigues    | S18 | 2007 | CAS      | Guarda     | Campeonato Distrital Absoluto           | Seia             | 28.04 | 1       |
| 32,18 | -1,1 | Cristiana Martins   | S18 | 2007 | CTMVPA   | Vila Real  | Torneio de Abertura de Pista            | Vila Real        | 23.03 | 3 t     |
| 32,21 | -0,8 | Raquel Ramalho      | S18 | 2008 | EAMT     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada           | 30.06 | 5 S 1   |
| 32,23 | pc   | Filipa Mota         | S18 | 2007 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal           | 13.01 | 5 S 3 t |
| 32,23 | -3,3 | Filipa Pereira      | S18 | 2007 | ACPV     | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional         | Lousada          | 04.05 | 3 S 1   |
| 32,24 | -2,0 | Catarina Patrício   | S18 | 2008 | NDCO     | Beja       | Campeonato de Clubes de Inverno         | Odemira          | 27.01 | 2 S 1 t |
| 32,25 | -0,1 | Maria Ferreira      | S16 | 2010 | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato AASM de Juvenis              | Ponta Delgada    | 14.06 | 3       |
| 32,25 | 1,9  | Raquel Bettencourt  | S16 | 2009 | JOMA     | Lisboa     | Campeonato Regional S18                 | Lisboa (AL)      | 12.05 | 7 S 1   |
| 32,33 | -2,2 | Alyzy Lima - STP    | S18 | 2007 | ADCL     | V. Castelo | Olímpico Jovem Distrital                | Viana do Castelo | 04.05 | 3       |
| 32,36 | 0,8  | Malika Saad         | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01 | 4 S 6   |
| 32,41 | -1,0 | Carolina Martins    | S16 | 2009 | CDOL     | S. Miguel  | Campeonato da AASM de Juniores          | Ponta Delgada    | 28.06 | 2 t     |
| 32,43 | -0,8 | Luna Andrade        | S18 | 2007 | AJS      | Madeira    | Provas Extra                            | Ribeira Brava    | 18.02 | 4 t     |
| 32,43 | 0,8  | Mafalda Gonçalves   | S16 | 2009 | ACFR     | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 6 S 3 t |
| 32,48 | -1,1 | Luana Pinto         | S18 | 2008 | HCF      | Vila Real  | Torneio de Abertura de Pista            | Vila Real        | 23.03 | 4 t     |
| 32,50 | -1,3 | Margarida Almeida   | S18 | 2008 | JIV-SM   | S. Miguel  | Torneio de Abertura de Verão            | Ponta Delgada    | 01.03 | 2 S 3   |
| 32,53 | pc   | Mariana Carvalho    | S18 | 2008 | ACB-L    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 21.01 | 4 S 3   |
| 32,60 | pc   | Inês Brado          | S16 | 2009 | GS       | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 21.01 | 4 S 7   |
| 32,66 | pc   | Ana Bernardes       | S16 | 2010 | ACDRA    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 21.01 | 5 S 6   |
| 32,69 | 0,8  | Alice Cunha         | S18 | 2007 | SCB      | Braga      | Torneio Regional Olímpico Jovem         | Braga            | 11.05 | 8 S 1   |
| 32,70 | -0,9 | Luana Gonçalves     | S16 | 2009 | AABV     | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa            | 30.06 | 6 S 2 t |
| 32,70 | -0,4 | Rita Rocha          | S18 | 2008 | CAF-SCF  | Porto      | II Noite Atlético                       | Braga            | 03.07 | Extra   |
| 32,70 | 0,6  | Sofia Neves         | S16 | 2010 | CFB      | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01 | 5 S 3   |
| 32,74 | -1,9 | Carolina Gomes      | S18 | 2008 | COP      | Algarve    | Campeonato Regional Sub 20              | Quarteira        | 09.06 | 3 S 2 t |
| 32,82 | -1,7 | Leonor Paredes      | S18 | 2008 | CDCFASA  | Guarda     | Provas Extra                            | Guarda           | 17.03 | 3 t     |
| 32,82 | 1,9  | Marina Silva        | S16 | 2010 | SCUT     | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01 | 3 S 7   |
| 32,83 | pc   | Margarida Marcelino | S16 | 2010 | CPTSC    | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 21.01 | 5 S 4 t |
| 32,88 | 1,4  | Carlota Pires       | S16 | 2010 | VTSC     | Braga      | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada          | 30.06 | 5 S 1   |
| 32,89 | -0,3 | Alice Vieira        | S18 | 2008 | ADRAP    | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18              | Ribeira Brava    | 23.06 | 3 S 1   |
| 32,89 | 0,5  | Joana Furtado       | S16 | 2010 | SCP      | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras    | 20.01 | 6 S 5 t |
| 32,93 | 0,8  | Melinda Silva       | S16 | 2010 | CSGAIA   | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 7 S 3 t |
| 33,03 | 0,7  | Beatriz Cruz        | S16 | 2009 | CFOD     | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 5 S 4 t |
| 33,16 | -0,9 | Angelina Tavares    | S16 | 2010 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa            | 30.06 | 7 S 2 t |
| 33,18 | 1,2  | Bárbara Pinho       | S18 | 2007 | ACDCVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas  | Vagos            | 27.04 | HEP     |
| 33,23 | -0,6 | Maria Campos        | S16 | 2010 | JIV-SM   | S. Miguel  | Torneio de Abertura de Verão            | Ponta Delgada    | 01.03 | 3 S 1 t |
| 33,24 | 0,4  | Jéssica Martins     | S18 | 2007 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Regional de Inverno 2024     | Faro             | 21.01 | 4 S 2 t |
| 33,26 | 1,3  | Eva Pinto           | S18 | 2008 | SCE      | Aveiro     | Meeting Arada Atlético Clube            | Arada            | 13.07 | 3 S 2 t |

|       |      |                         |     |      |         |           |   |                   |        |         |
|-------|------|-------------------------|-----|------|---------|-----------|---|-------------------|--------|---------|
| 33,31 | 1,5  | Maria Manuel Brito      | S18 | 2007 | AGV     | Visei     | Olímpico Jovem Distrital                | Viseu             | 13.04  | HEP     |
| 33,38 | -0,4 | Beatriz Viegas          | S18 | 2007 | CAF-SCF | Porto     | II Noite Atlética                       | Braga             | 03.07  | Extra   |
| 33,39 | pc   | Ana Reis                | S16 | 2009 | JV      | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal            | 21.01  | 5 S 5   |
| 33,39 | 2,0  | Ana Vaz                 | S18 | 2007 | MAC     | Porto     | Torneio Regional Olímpico Jovem         | Braga             | 11.05  | Extra   |
| 33,43 | 0,3  | Maria Nascimento - BRA  | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro    | Olímpico Jovem Distrital                | Luso              | 20.04  | 3 S 2   |
| 33,44 | 1,5  | Carlota Fernandes       | S16 | 2010 | AJS     | Madeira   | Provas Extra                            | Ribeira Brava     | 09.06  | 5       |
| 33,45 | 1,0  | Carolina Loureiro       | S16 | 2010 | GDRJR   | Porto     | Provas de Preparação                    | Maia              | 06.01  | 4 S 6 t |
| 33,49 | 0,7  | Laura Viegas            | S18 | 2008 | CRAL    | Algarve   | Olímpico Jovem Regional                 | Faro              | 04.05  | 3 S 1   |
| 33,50 | 0,6  | Constança Silva         | S16 | 2009 | AAM     | Lisboa    | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras     | 20.01  | 6 S 3   |
| 33,52 | 0,4  | Isabela Davidoaia       | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024     | Faro              | 21.01  | 5 S 2 t |
| 33,55 | -0,6 | Rafaela Viana           | S18 | 2007 | EAT     | Porto     | I Noite Quente                          | Lousada           | 22.05  | 4 S 3 t |
| 33,83 | 0,0  | Kristina Kiamar - UKR   | S18 | 2007 | JDN     | Beja      | Camp Distrital provas Combinadas        | Beja              | 13.04  | HEP     |
| 33,91 | 1,8  | Gabriela Tchiesu - ANG  | S18 | 2008 | OCL     | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024     | Faro              | 21.01  | 4 S 1 t |
| 33,96 | 0,7  | Leonor Silva            | S16 | 2010 | CDP     | Porto     | Provas de Preparação                    | Maia              | 06.01  | 6 S 4 t |
| 33,99 | -0,7 | Martinha Santos         | S18 | 2008 | CDAA    | Santarém  | Torneio de Abertura de Pista            | Fátima            | 06.04  | 3 S 2 t |
| 34,00 | -0,9 | Mariana Gamboa          | S16 | 2009 | AABv    | Algarve   | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa             | 30.06  | 8 S 2 t |
| 34,06 | 0,7  | Carolina Santos         | S16 | 2010 | GRE-AA  | Coimbra   | Campeonato Distrital Sub 18             | Coimbra           | 10.06  | 5 S 2 t |
| 34,10 | 0,8  | Kateryna Kalmikova-UKR  | S18 | 2007 | CIAIA   | Faial     | Campeonato Regional Sub 18              | Ponta Delgada     | 23.06  | 3 S 1   |
| 34,18 | 1,0  | Joana Simões            | S16 | 2009 | ACFR    | Porto     | Provas de Preparação                    | Maia              | 06.01  | 5 S 6 t |
| 34,23 | 1,0  | Usabela Gomes - BRA     | S16 | 2010 | CDP     | Porto     | Provas de Preparação                    | Maia              | 06.01  | 6 S 6 t |
| 34,24 | 1,8  | Lara Alves              | S18 | 2008 | OCL     | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024     | Faro              | 21.01  | 5 S 1 t |
| 34,36 | -0,4 | Margarida Silva         | S18 | 2008 | CAF-SCF | Porto     | II Noite Atlética                       | Braga             | 03.07  | Extra   |
| 34,48 | -0,1 | Maria Martins           | S18 | 2008 | JOBRA   | Aveiro    | Campeonato Distrital de Inverno 2024    | Luso              | 18.02  | 3 S 2   |
| 34,54 | -0,7 | Amélia André            | S18 | 2008 | CDAA    | Santarém  | Torneio de Abertura de Pista            | Fátima            | 06.04  | 4 s 2 t |
| 34,54 | 0,8  | Inês Sousa              | S16 | 2009 | SCP     | Lisboa    | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras     | 20.01  | 5 S 6   |
| 34,57 | -3,0 | Matilde Gonçalves       | S18 | 2008 | HCF     | Vila Real | Torneio Olímpico Jovem                  | Vila Pouca Aguiar | 04.'5  | 2       |
| 34,67 | 1,6  | Carla Guimarães - STP   | S16 | 2009 | SCP     | Lisboa    | Noites do CMACS                         | Seixal            | 20.06  | Extra   |
| 34,69 | 0,8  | Íris Silveira           | S16 | 2010 | CDESRP  | Faial     | Campeonato Regional Sub 18              | Ponta Delgada     | 23.06  | 4 S 1 t |
| 35,54 | -0,4 | Filipa Castro           | S18 | 2008 | CFOD    | Porto     | Provas Extra                            | Lousada           | 14.04  | 5 S 4 t |
| 35,67 | 0,7  | Vanessa Radoslavova-BUL | S18 | 2008 | CRAL    | Algarve   | Olímpico Jovem Regional                 | Faro              | 04.05  | 5 S 1   |
| 35,71 | pc   | Diva Vidal              | S16 | 2010 | CANAZ   | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal            | 21.01  | 5 S 3 t |
| 35,92 | -0,6 | Isabel Sousa            | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel | Torneio de Abertura de Verão            | Ponta Delgada     | 01.03  | 5 S 1   |
| 36,02 | 1,3  | Lara Silva              | S16 | 2010 | CDP     | Porto     | Provas de Preparação                    | Maia              | 06.01  | 6 S 5 t |
| 36,04 | pc   | Diana Carneiro          | S18 | 2007 | ACDRSQ  | Coimbra   | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal            | 13.01  | 6 S 4 t |
| 36,04 | -0,3 | Mariana Teixeira        | S18 | 2008 | AAM-M   | Madeira   | Provas Extra                            | Ribeira Brava     | 10.02  | 5 t     |
| 36,24 | 1,9  | Ema Feliciano           | S16 | 2010 | CAO-L   | Lisboa    | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras     | 20.01  | 4 S 7   |
| 36,41 | -0,1 | Violeta Coelho          | S18 | 2008 | ACRVC   | Aveiro    | Campeonato Distrital de Inverno 2024    | Luso              | 18.02  | 5 S 2   |
| 36,76 | 0,8  | Catarina Basílio        | S16 | 2010 | SCUT    | Lisboa    | 1ª Jornada de Torres                    | Torres Vedras     | 20.01  | 6 S 6   |
| 36,84 | 0,0  | Marta Braz              | S18 | 2007 | JDN     | Beja      | Camp Distrital provas Combinadas        | Beja              | 13.04  | HEP     |
| 36,85 | -3,0 | Leonor Borges           | s18 | 2007 | AMA-VR  | Vila Real | Torneio Olímpico Jovem                  | Vila Pouca Aguiar | 04.053 |         |
| 38,11 | 1,3  | Yeva Dibrova            | S16 | 2009 | CSGAIA  | Porto     | Provas de Preparação                    | Maia              | 06.01  | 7 S 5 t |
| 41,30 | -1,9 | Isabela Cabrita         | S18 | 2007 | CATUNES | Algarve   | Campeonato Regional Sub 20              | Quarteira         | 09.06  | 5 S 2 t |

Todas

## 300 metros

RN: 39,09

Marisa Vaz Carvalho/SLB/Lagos/02.07.2016

| MARCA | ATLETA                 | ESC | ANO  | CLUBE  | AR       | COMPETIÇÃO                            | LOCAL      | DATA  | INFORM  |
|-------|------------------------|-----|------|--------|----------|---------------------------------------|------------|-------|---------|
| 40,09 | Margarida Oliveira     | S18 | 2008 | SCP    | Lisboa   | Meeting da Liberdade                  | Lisboa (I) | 25.04 | 4 S 1 t |
| 40,89 | Adimizia Andrade       | S18 | 2007 | SLB    | Lisboa   | Provas Extra                          | Jamor (P2) | 06.01 | 1 S 1   |
| 41,36 | pc Cristina Neves      | S18 | 2007 | CSM    | Madeira  | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga      | 03.02 | 3 S 7   |
| 41,63 | Teressa Delfino        | S18 | 2007 | SCP    | Lisboa   | Meeting da Liberdade                  | Lisboa (I) | 25.04 | 3 S 2 t |
| 42,61 | pc Constança Alves     | S18 | 2008 | AJS    | Madeira  | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga      | 03.02 | 2 S 6   |
| 42,76 | pc Clara Cruz          | S18 | 2007 | MAC    | Porto    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga      | 03.02 | 3 S 6   |
| 43,36 | pc Bárbara Ferraz      | S18 | 2008 | CFOD   | Porto    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga      | 03.02 | 1 S 2   |
| 43,42 | pc Catarina Seabra     | S18 | 2008 | GRE-AA | Coimbra  | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga      | 03.02 | 1 S 3   |
| 43,42 | Maria Inácio           | S18 | 2008 | COP    | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18 Inverno    | Faro       | 14.01 | 1 S 2   |
| 43,67 | pc Sofia Santos        | S18 | 2007 | JV     | Leiria   | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga      | 03.02 | 2 S 5   |
| 43,91 | pc Beatriz Alves       | S18 | 2008 | ACB-L  | Leiria   | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga      | 03.02 | 2 S 2   |
| 43,92 | Mónica Pinto           | S18 | 2007 | SCP    | Lisboa   | Campeonato Regional Inverno S16/S18   | Jamor (P2) | 27.01 | 2 s 6   |
| 44,05 | pc Madalena Martins    | S18 | 2008 | AFS    | Lisboa   | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga      | 03.02 | 2 S 4   |
| 44,46 | pc Marta Feliciano     | S18 | 2008 | JV     | Leiria   | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga      | 03.02 | 1 S 1   |
| 44,57 | Luísa Conde            | S18 | 2008 | THA    | Santarém | Meeting da Liberdade                  | Lisboa (I) | 25.04 | Extra   |
| 44,62 | Mariana Lopes          | S18 | 2007 | AABV   | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18 Inverno    | Faro       | 14.01 | 2 S 2   |
| 44,87 | Michelle Elmer         | S18 | 2007 | CPPEA  | Setúbal  | Meeting da Liberdade                  | Lisboa (I) | 25.04 | Extra   |
| 45,27 | Joana Henriques        | S18 | 2008 | NSF    | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18 Inverno    | Faro       | 14.01 | 3 S 2   |
| 45,58 | pc Francisca Cortinhas | S18 | 2007 | CSM    | Madeira  | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga      | 03.02 | 3 S 3   |
| 45,86 | pc Rita Ferreira       | S18 | 2007 | ACDRSQ | Coimbra  | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal     | 20.01 | 1 S 2   |
| 46,44 | Mielcias Correia - STP | S18 | 2007 | GRQL   | Setúbal  | Provas Extra                          | Almada     | 03.02 | 1 S 1   |

|       |    |                      |     |      |        |            |  |                  |       |         |
|-------|----|----------------------|-----|------|--------|------------|--|------------------|-------|---------|
| 46,67 |    | Luna Dias            | S18 | 2007 | AACC   | Setúbal    | Provas Extra                           | Almada           | 03.02 | 2 S 4   |
| 46,77 |    | Maria Carolina Vidal | S18 | 2007 | ADLA   | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18    | Jamor (P2)       | 27.01 | 3 S 6   |
| 46,95 |    | Matilde Ferreira     | S18 | 2009 | JDAL   | Santarém   | Meeting António Fortunato              | Torres Vedras    | 07.04 | Extra   |
| 47,00 |    | Rafaela Relvas       | S18 | 2007 | SCUT   | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18    | Jamor (P2)       | 27.01 | 4 S 6   |
| 47,28 |    | Elietá Mendes        | S18 | 2008 | NSCPSX | Setúbal    | Provas Extra                           | Almada           | 03.02 | 1 S 2   |
| 47,79 |    | Catarina Cunha Rego  | S18 | 2007 | QFC    | Setúbal    | Provas Extra                           | Almada           | 03.02 | 2 S 1   |
| 47,83 |    | Rafaela Chantre      | S18 | 2008 | GRQL   | Setúbal    | Provas Extra                           | Seixal           | 17.02 | 5 S 2   |
| 47,87 | pc | Diana Santos         | S18 | 2007 | NDAP   | Leiria     | Provas de Preparação                   | Pombal           | 17.01 | 2 S 2   |
| 47,96 | pc | Verónica Zueva       | S18 | 2007 | 4RC    | Porto      | I Noite Atlético em Pista Coberta      | Braga            | 10.01 | Extra   |
| 47,98 | pc | Íris Passos          | S18 | 2008 | ACB-L  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal           | 20.01 | 5 S 2   |
| 48,12 | pc | Maria Leonor Santos  | S18 | 2007 | ACDRSQ | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal           | 20.01 | 2 S 3   |
| 48,37 |    | Sofia Meira          | S18 | 2007 | SLA    | Setúbal    | Provas Extra                           | Seixal           | 17.02 | 7 S 2   |
| 48,39 | pc | Ana Luísa Silva      | S18 | 2007 | ACDRSQ | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal           | 20.01 | 1 S 5   |
| 48,47 |    | Matilde Filipe       | S18 | 2008 | AFDDM  | Setúbal    | Provas Extra                           | Almada           | 03.02 | 3 S 1   |
| 48,82 |    | Silvia Jesus         | S18 | 2007 | AJS    | Madeira    | Campeonato Regional de Inverno         | Ribeira Brava    | 06.01 | 3       |
| 48,91 |    | Carmo Sousa          | S18 | 2007 | SCP    | Lisboa     | Meeting da Liberdade                   | Lisboa (I)       | 25.04 | 4 S 4 t |
| 49,53 |    | Margarida Carmo      | S18 | 2007 | AMAC   | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                   | Torres Vedras    | 20.01 | 2 S 2   |
| 49,63 |    | Catarina Santos      | S18 | 2008 | CBF    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno     | Faro             | 14.01 | 6 S 2   |
| 49,66 |    | Mariana Moura        | S18 | 2007 | JIV-SM | S. Miguel  | Taça de Inverno da AASM                | Ponta Delgada    | 06.01 | 2       |
| 49,68 | pc | Carolina Sousa       | S18 | 2008 | CAMG   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal           | 20.01 | 4 S 3   |
| 49,77 |    | Eulália Borges       | S18 | 2008 | GRQL   | Setúbal    | Provas Extra                           | Almada           | 03.02 | 1 S 3   |
| 49,97 |    | Sofia Reis           | S18 | 2007 | CDOL   | S. Miguel  | Taça de Inverno da AASM                | Ponta Delgada    | 06.01 | 3       |
| 50,21 |    | Nádia Mata           | S18 | 2008 | SCP    | Lisboa     | Provas Extra                           | Jamor (P2)       | 06.01 | 6 S 2   |
| 50,29 |    | Maria Liz Ferreira   | S18 | 2008 | SCUT   | Lisboa     | Meeting António Fortunato              | Torres Vedras    | 07.04 | 5 S 1   |
| 50,48 |    | Matilde Matafome     | S18 | 2008 | CPA-S  | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Almeirim         | 20.01 | 2 S 1   |
| 50,78 |    | Sofia Tavares        | S18 | 2008 | JIV-SM | S. Miguel  | Taça de Inverno da AASM                | Ponta Delgada    | 06.01 | 4       |
| 51,07 |    | Sara Freixo          | S18 | 2008 | UAP    | Lisboa     | Provas Extra                           | Jamor (P2)       | 06.01 | 3 S 4   |
| 51,36 |    | Patrícia Sebastião   | S18 | 2008 | GRQL   | Setúbal    | Provas Extra                           | Almada           | 03.02 | 4 S 3   |
| 52,04 |    | Beatriz Barreiras    | S18 | 2008 | ADRAP  | Madeira    | Campeonato Regional de Inverno         | Ribeira Brava    | 06.01 | 4       |
| 52,13 | pc | Mariana Pratas       | S18 | 2007 | CLAC   | Santarém   | Provas de Preparação                   | Pombal           | 17.01 | Extra   |
| 53,87 |    | Alyzy Lima - STP     | S18 | 2007 | ADCL   | V. Castelo | Pista em Janeiro                       | Viana do Castelo | 27.01 | 1       |
| 54,20 |    | Flor de Oliveira     | S18 | 2008 | GRQL   | Setúbal    | Provas Extra                           | Seixal           | 17.02 | 6 S 1   |
| 54,94 |    | Liliana Quedas       | S18 | 2008 | ACRM   | Lisboa     | 1ª Jornada de Torres                   | Torres Vedras    | 20.01 | 3 S 2   |
| 56,24 |    | Marta Santos         | S18 | 2007 | AAPL   | Setúbal    | Provas Extra                           | Seixal           | 17.02 | 7 S 1   |
| 57,62 |    | Ligja Sécio          | S18 | 2008 | AFDDM  | Setúbal    | Provas Extra                           | Almada           | 03.02 | 4 S 2   |
| 58,20 | pc | Aiko Numata - JPN    | S18 | 2007 | ACB-L  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal           | 20.01 | 5 S 4   |
| 59,85 |    | Francisca C. Gouveia | S18 | 2008 | GDE    | Madeira    | Campeonato Regional de Inverno         | Ribeira Brava    | 06.01 | 5       |
| 61,45 |    | Catarina Pombo       | S18 | 2008 | GDE    | Madeira    | Campeonato Regional de Inverno         | Ribeira Brava    | 06.01 | 6       |

Todas

## 400 metros

CEJ: 57,30 / RN: 55,39

Joana Frias/CAM/Lignano (ITA)/07.07.2005

| MARCA | ATLETA | ESC                 | ANO | CLUBE | AR     | COMPETIÇÃO | LOCAL                                | DATA             | INFORM |         |
|-------|--------|---------------------|-----|-------|--------|------------|--------------------------------------|------------------|--------|---------|
| 56,32 | pc     | Célia Castro - ESP  | S18 | 2007  | AFS    | Lisboa     | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC    | Pombal           | 10.02  | 2 S 2 t |
| 56,37 |        | Cristina Neves      | S18 | 2007  | CSM    | Madeira    | Campeonato Nacional Clubes - Aptº    | Ribeira Brava    | 01.06  | 5 t     |
| 57,43 |        | Adimizia Andrade    | S18 | 2007  | SLB    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub-20           | Viana do Castelo | 27.07  | 4 S 3 t |
| 57,64 |        | Teresa Delfino      | S18 | 2008  | SCP    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub-20           | Viana do Castelo | 27.07  | 5 S 3 t |
| 57,66 |        | Margarida Oliveira  | S18 | 2008  | SCP    | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18            | Lisboa (AL)      | 11.05  | 1       |
| 58,45 |        | Miriam Pinho        | S18 | 2007  | SLB    | Lisboa     | Campeonato Distrital Sub 18          | Leiria           | 29.06  | Extra   |
| 58,90 |        | Maria de Jesus      | S18 | 2008  | ACB-L  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18          | Leiria           | 29.06  | 3       |
| 59,39 |        | Mariana Moreira     | S18 | 2008  | UDV    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18           | Lousada          | 29.06  | 1 S 2   |
| 59,51 |        | Catarina Seabra     | S18 | 2008  | GRE-AA | Coimbra    | Campeonato Nacional Sub18            | Beja             | 06.07  | 1 S 1   |
| 59,63 |        | Constança Alves     | S18 | 2008  | AJS    | Madeira    | Campeonato Regional de Absolutos     | Ribeira Brava    | 08.06  | 1 S 2 t |
| 60,14 |        | Débora Martins      | S18 | 2008  | CSM    | Madeira    | Campeonato Nacional Sub18            | Beja             | 06.07  | 2 S 1   |
| 60,19 | pc     | Clara Cruz          | S18 | 2007  | MAC    | Porto      | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta | Braga            | 24.02  | 1 S 2 t |
| 60,48 |        | Michelle Elmer      | S18 | 2007  | CPPEA  | Setúbal    | Campeonato Regional de Juvenis       | Almada           | 29.06  | 1 S 2   |
| 60,75 |        | Maria Inácio        | S18 | 2008  | COP    | Algarve    | Campeonato Regional Sub-20           | Faro             | 08.06  | 1 t     |
| 60,90 |        | Diana André         | S18 | 2008  | AABV   | Algarve    | Campeonato Nacional 3ª Divisão       | Abrantes         | 13.07  | 1 t     |
| 61,31 |        | Inês Sarmento       | S18 | 2007  | ARLVG  | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18           | Lousada          | 29.06  | 2 S 2   |
| 61,37 |        | Verónica Zueva      | S18 | 2007  | 4RUN   | Porto      | Provas Extra                         | Braga            | 26.05  | 2 t     |
| 61,41 |        | Francisca Cortinhas | S18 | 2007  | CSM    | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18           | Ribeira Brava    | 22.06  | 2       |
| 61,86 | pc     | Madalena Martins    | S18 | 2008  | AFS    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta | Braga            | 24.02  | 3 S 1 t |
| 62,14 |        | Laura Perez         | S18 | 2007  | AJS    | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18           | Ribeira Brava    | 22.06  | 3       |
| 62,92 | pc     | Mariana Lopes       | S18 | 2007  | AABV   | Algarve    | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap    | Pombal           | 27.01  | 16 t    |
| 62,95 |        | Sara Camolas        | S18 | 2007  | PFC    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis          | Almada           | 29.06  | 2 S 2   |
| 63,01 |        | Elieta Mendes       | S18 | 2008  | NSCPSX | Setúbal    | Provas de Preparação                 | Lisboa (AL)      | 17.07  | 1 S 1 t |
| 63,41 |        | Beatriz Perdigão    | S18 | 2008  | AJL    | Évora      | Campeonato Regional Juvenis          | Almada           | 29.06  | Extra   |
| 63,48 |        | Maria Camolas       | S18 | 2007  | PFC    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis          | Almada           | 29.06  | 1 S 1   |

|       |    |                        |     |      |         |            |   |                 |       |          |
|-------|----|------------------------|-----|------|---------|------------|---|-----------------|-------|----------|
| 63,55 |    | Íris Passos            | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria     | 1ª Noite do Lís                         | Leiria          | 05.06 | 1 t      |
| 63,55 |    | Luísa Conde            | S18 | 2008 | THA     | Santarém   | Campeonato de Santarém 2024             | Fátima          | 15.06 | 1 S 1 t  |
| 63,94 |    | Mariana Reis           | S18 | 2008 | ARLVG   | Porto      | Provas Extra                            | Lousada         | 11.05 | 3 S 2 t  |
| 64,01 |    | Matilde Ferreira       | S18 | 2008 | JDAL    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18             | Rio Maior       | 08.06 | 1        |
| 64,06 |    | Alexandra França       | S18 | 2007 | IND-LX  | Lisboa     | Torneio de Encerramento                 | Lisboa (AL)     | 27.07 | 3 S 1 t  |
| 64,37 |    | Mónica Pinto           | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Provas Extra                            | Jamor (P2)      | 03.03 | 1 S 2 t  |
| 64,85 |    | Ana Luísa Silva        | S18 | 2007 | ACDRSQ  | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 20             | Coimbra         | 20.07 | 1        |
| 65,01 |    | Lara Barroso           | S18 | 2008 | CPPEA   | Setúbal    | Provas Extra                            | Setúbal         | 13.04 | 4 S 2 t  |
| 65,20 |    | Marta Feliciano        | S18 | 2008 | JV      | Leiria     | 1ª Noite do Lís                         | Leiria          | 05.06 | 2 t      |
| 65,23 |    | Bianca Dias            | S18 | 2007 | UDV     | Porto      | Provas Extra                            | Lousada         | 11.05 | 4 S 2 t  |
| 65,34 | pc | Mafalda Cancelo        | S18 | 2007 | CDCNAV  | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada         | 29.06 | 4 S 2    |
| 65,46 |    | Beatriz Alves          | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 20             | Leiria          | 22.06 | 1        |
| 65,51 | pc | Caetana Neves          | S18 | 2008 | ACDRA   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta   | Pombal          | 13.01 | 1        |
| 65,73 |    | Maria Leonor Pedrosa   | S18 | 2008 | CAP     | Porto      | Campeonato Distrital Sub 20             | Coimbra         | 20.07 | Extra    |
| 65,81 |    | Ana Beatriz Sousa      | S18 | 2008 | ADCCJC  | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-28             | Vagos           | 08.06 | 1        |
| 65,99 |    | Mielcias Correia - GBS | S18 | 2007 | GRQL    | Setúbal    | Campeonato Regional de Clubes Verão     | Almada          | 11.05 | 2 S 2 t  |
| 66,14 |    | Catarina Sousa         | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024    | Luso            | 17.02 | 1 S 2    |
| 66,21 |    | Matilde Filipe         | S18 | 2008 | AFDDM   | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada          | 29.06 | 3 S 1    |
| 66,54 |    | Andreia Pacheco        | S18 | 2007 | AMAC    | Lisboa     | Campeonato Regional S20                 | Lisboa (AL)     | 06.07 | 5 S 1 t  |
| 66,54 |    | Jéssica Fedoriv        | S18 | 2008 | CASJ    | Algarve    | Campeonato Regional Absoluto            | Lagoa           | 22.06 | 1 S 1 t  |
| 66,76 |    | Ana Ferreira           | S18 | 2008 | CDP     | Porto      | Torneio de Preparação                   | Braga           | 20.04 | Extra    |
| 66,86 |    | Rita Moreira           | S18 | 2008 | CAP     | Porto      | THE FICEP - FISEC GAMES                 | Bucareste - ROM | 18.07 | 6 S 3    |
| 67,13 |    | Joana Tavares          | S18 | 2008 | GJPB    | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18             | Vagos           | 08.06 | 3        |
| 67,34 |    | Alice Charrua          | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Regional S20                 | Lisboa (AL)     | 06.07 | 6 S 1 t  |
| 67,51 |    | Luna Dias              | S18 | 2007 | AACC    | Setúbal    | Campeonato Regional de Inverno          | Setúbal         | 13.01 | 4 S 1 t  |
| 67,60 |    | Victória Possante      | S18 | 2008 | CDQ     | Algarve    | Campeonato Regional Absoluto            | Lagoa           | 22.06 | 2 S 1 t  |
| 67,62 | pc | Diana Santos           | S18 | 2007 | NDAP    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta   | Pombal          | 13.01 | 2        |
| 67,84 |    | Ana Teixeira           | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Campeonato Distrital de Inverno 2024    | Almeirim        | 03.02 | 2 S 1    |
| 67,85 |    | Sara Costa             | S18 | 2007 | CDUL    | Lisboa     | Campeonato Regional de Absolutos        | Almada          | 08.06 | 4 S 2 t  |
| 67,91 |    | Matilde Matafome       | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18             | Rio Maior       | 08.06 | 2        |
| 67,98 |    | Sofia Meira            | S18 | 2007 | SLA     | Setúbal    | Campeonato Regional de Absolutos        | Almada          | 08.06 | 1 S 1 t  |
| 68,31 |    | Catarina Cunha Rego    | S18 | 2007 | QFC     | Setúbal    | Campeonato Regional de Absolutos        | Almada          | 08.06 | 2 S 1 t  |
| 68,52 |    | Matilde Gonçalves      | S18 | 2007 | CRCDL   | Algarve    | Meeting Vítor Tavares                   | Faro            | 27.04 | 3 t      |
| 69,02 |    | Carolina Miguel        | S18 | 2007 | A 20 Km | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18             | Rio Maior       | 08.06 | 3        |
| 69,03 |    | Mariana Azenha         | S18 | 2007 | MAC     | Porto      | II Meeting Pedro Gonçalves              | Porto (Ramalde) | 07.07 | 4 S 1 t  |
| 69,11 |    | Marta Machado          | S18 | 2007 | GDR     | Viseu      | Campeonato Distrital de Inverno         | Viseu           | 27.01 | 1        |
| 69,15 |    | Filipa Duarte          | S18 | 2007 | CASJ    | Algarve    | Campeonato Regional de Inverno 2024     | Lagoa           | 20.01 | 4 S 2 t  |
| 69,17 | pc | Ana Conde              | S18 | 2007 | ACFR    | Porto      | III Noite Atlético Pista Coberta        | Braga           | 07.02 | Extra    |
| 69,17 |    | Sofia Silva            | S18 | 2008 | SPF     | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18              | Faro            | 29.06 | 3        |
| 69,35 |    | Bruna Xavier           | S18 | 2008 | CASJ    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 20              | Faro            | 08.06 | 4 t      |
| 69,46 |    | Isabel Lobo            | S18 | 2008 | GDD     | Évora      | Campeonatos Regionais Inverno 2024      | Vendas Novas    | 13.01 | 3 S 2 t  |
| 69,49 |    | Raquel Cavaco          | S18 | 2008 | PFC     | Setúbal    | Campeonato Regional de Inverno          | Setúbal         | 13.01 | 5 S 1 t  |
| 69,50 |    | Carolina Sousa         | s18 | 2008 | CAMG    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18             | Leiria          | 29.06 | 7 El 4 t |
| 69,93 | pc | Miriam Lourenço        | S18 | 2008 | CMP     | Coimbra    | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal          | 06.01 | 3 S 2 t  |
| 70,22 |    | Francisca Amado        | S18 | 2008 | CPTSC   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 20             | Coimbra         | 20.07 | 3        |
| 70,34 |    | Sofia Reis             | S18 | 2007 | CDOL    | S. Miguel  | Taça AASM de Verão                      | Ponta Delgada   | 25.05 | 1        |
| 70,35 |    | Beatriz Palma          | S18 | 2007 | NSF     | Algarve    | Campeonato Regional de Inverno 2024     | Lagoa           | 20.01 | 6 S 2 t  |
| 70,79 | pc | Maria Leonor Santos    | S18 | 2007 | ACDRSQ  | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta   | Pombal          | 13.01 | 4        |
| 70,84 |    | Maria Azenha           | S18 | 2007 | MAC     | Porto      | Campeonato Absoluto do Norte            | Braga           | 14.06 | 6 S 2 t  |
| 70,98 |    | Raquel Ramalho         | S18 | 2008 | EAMT    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada          | 29.06 | 4 S 1    |
| 71,03 | pc | Rita Cardoso           | S18 | 2008 | ACFR    | Porto      | III Noite Atlético Pista Coberta        | Braga           | 07.02 | Extra    |
| 71,07 |    | Margarida Menino       | S18 | 2008 | GDR     | Viseu      | Campeonato Distrital de Juniores        | Viseu           | 29.06 | 1        |
| 71,33 |    | Catarina Santos        | S18 | 2008 | CBF     | Algarve    | Campeonato Nacional Clubes - Aptº       | Faro            | 01.06 | 26 t     |
| 71,67 |    | Bárbara Castro         | S18 | 2008 | ASCDUR  | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub 23 Inverno     | Vagos           | 13.01 | 2 S 2 t  |
| 71,90 |    | Alice Pita             | S18 | 2007 | GDCRM   | Évora      | Campeonatos Regionais Inverno 2024      | Vendas Novas    | 13.01 | 4 S 2 t  |
| 72,00 |    | Cediane Silva - CPV    | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18              | Ribeira Brava   | 22.06 | 5        |
| 72,20 |    | Luísa Dinis            | S18 | 2007 | JV      | Leiria     | Campeonato Distrital de Absolutos       | Pombal          | 08.06 | 1        |
| 72,34 |    | Emily Lopes - BRA      | S18 | 2007 | CRCDL   | Algarve    | Campeonato Regional Sub 20              | Faro            | 08.06 | 6 t      |
| 72,39 |    | Sandrina Costa         | S18 | 2007 | CYCL    | V. Castelo | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada         | 29.06 | 2 S 1    |
| 72,51 |    | Rita Rocha             | S18 | 2008 | CAF-SCF | Porto      | 2ª Noite Quente                         | Lousada         | 05.06 | 2 S 2 t  |
| 72,58 |    | Sophie Quintero        | S18 | 2007 | CAOB-A  | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-20             | Vagos           | 22.06 | 3 t      |
| 72,67 |    | Cristiana Martins      | S18 | 2007 | CTMVPA  | Vila Real  | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada         | 29.06 | 3 S 1    |
| 72,85 |    | Leticia Valente        | S18 | 2008 | ACDCVC  | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024    | Luso            | 17.02 | 2 S 2    |
| 72,91 |    | Salomé Rodrigues       | S18 | 2007 | CAS     | Guarda     | Campeonato Distrital Absoluto           | Seia            | 27.04 | 2 t      |
| 74,57 |    | Maria Luís Carvalho    | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18               | Lisboa (AL)     | 11.05 | 3        |
| 75,73 | pc | Rafaela Queiroz        | S18 | 2008 | PLF     | Braga      | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap       | Braga           | 27.01 | 24 t     |
| 76,06 |    | Nádia Morais           | S18 | 2007 | HMGS    | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18             | Vagos           | 08.06 | 6        |
| 76,42 |    | Beatriz Viegas         | S18 | 2007 | CAF-SCF | Porto      | 2ª Noite Quente                         | Lousada         | 05.06 | 3 S 2 t  |
| 77,49 |    | Nádia Pinho            | S18 | 2008 | ACDCVC  | Aveiro     | Torneio Vila de Febres                  | Febres          | 12.05 | Extra    |

|       |    |                        |     |      |         |            |                                       |                |       |         |
|-------|----|------------------------|-----|------|---------|------------|---------------------------------------|----------------|-------|---------|
| 77,65 | pc | Mariana Carvalho       | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria     | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap     | Pombal         | 28.01 | 26 t    |
| 77,96 |    | Vitória Anjos          | S18 | 2007 | CBF     | Algarve    | Campeonato Regional de Inverno 2024   | Lagoa          | 20.01 | 8 S 2 t |
| 78,25 |    | Inês Cunha             | S18 | 2008 | QFC     | Setúbal    | Campeonato Regional de Clubes Verão   | Almada         | 11.05 | 3 S 1 t |
| 78,26 |    | Lara Bastos            | S18 | 2008 | ACRVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub 23 Inverno   | Vagos          | 13.01 | 4 S 2 t |
| 79,26 | pc | Leonor Gomes           | S18 | 2008 | NDAP    | Leiria     | 1º Torneio de Pombal em Pista Coberta | Pombal         | 14.02 | 2 S 2   |
| 81,95 |    | Mariana Pratas         | S18 | 2007 | CLAC    | Santarém   | Campeonato de Santarém 2024           | Fátima         | 15.06 | 5 S 1 t |
| 81,99 |    | Liliana Quedas         | S18 | 2008 | ACRM    | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18             | Lisboa (AL)    | 11.05 | 4       |
| 83,15 | pc | Maria Nascimento - BRA | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap     | Braga          | 27.01 | 29 t    |
| 83,35 |    | Lígia Sécio            | S18 | 2008 | AFDDM   | Setúbal    | Provas Extra                          | Almada         | 04.02 | 3 S 1   |
| 83,54 |    | Margarida Silva        | S18 | 2008 | CAF-SCF | Porto      | 2ª Noite Quente                       | Lousada        | 05.06 | 4 S 2 t |
| 84,10 |    | Joana Soares           | S18 | 2008 | CYCL    | V. Castelo | Campeonato do Norte Sub 18            | Lousada        | 29.06 | 4 S 1   |
| 85,38 |    | Eva Pinto              | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Torneio António Vieira                | Vagos          | 13.04 | 5 t     |
| 85,67 |    | Mariana Teixeira       | S18 | 2008 | AAM-M   | Madeira    | Campeonato Regional de Absolutos      | Ribeira Brava  | 08.06 | 3 S 1 t |
| 86,00 | pc | Aiko Numata - JPN      | S18 | 2007 | ACB-L   | Leiria     | 1º Torneio de Pombal em Pista Coberta | Pombal         | 14.02 | 3 S 2 t |
| 88,07 |    | Rafaela Chantre        | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Provas Extra                          | Setúbal        | 13.04 | 1 S 1   |
| 88,82 |    | Laura Silveira         | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Provas de Preparação                  | Ponta Delgada  | 23.03 | 2 t     |
| 88,87 |    | Rita Vieira            | S18 | 2007 | LLFC    | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub 23 Inverno   | Vagos          | 13.01 | 6 S 2 t |
| 92,62 |    | Isabela Santos         | S18 | 2008 | AJPINA  | Lisboa     | Meeting da Inclusão                   | Lisboa (AL)    | 26.05 | 4 S 2 t |
| 95,76 |    | Patrícia Sebastião     | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Provas Extra                          | Setúbal        | 13.04 | 3 S 1   |
| 95,87 |    | Eulália Borges         | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Provas Extra                          | Setúbal        | 13.04 | 4 S 1   |
| 96,72 |    | Kateryna Kalmykova-UKR | S18 | 2007 | CIAIA   | Faial      | Campeonato dos Açores de Inverno      | Angra Heroísmo | 13.01 | 6 t     |

Todas

## 800 metros

CEJ: 2.14,20 / RN: 2.04,27

Carla Sacramento/SLB/Lisboa (N)/05.06.1988

| MARCA   | ATLETA               | ESC | ANO  | CLUBE  | AR         | COMPETIÇÃO                            | LOCAL            | DATA  | INFORM   |
|---------|----------------------|-----|------|--------|------------|---------------------------------------|------------------|-------|----------|
| 2.08,84 | Mariana Moreira      | S18 | 2008 | UDV    | Porto      | Campeonato Nacional Sub-20            | Viana do Castelo | 27.07 | 2 t      |
| 2.09,92 | Maria de Jesus       | S18 | 2008 | ACB-L  | Leiria     | Campeonato Nacional Sub-20            | Viana do Castelo | 27.07 | 3 t      |
| 2.11,97 | Teresa Delfino       | S18 | 2007 | SCP    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub-20            | Viana do Castelo | 27.07 | 4 t      |
| 2.15,27 | Célia Castro - ESP   | S18 | 2007 | AFS    | Lisboa     | Campeonato Nacional 2ª Divisão        | Viseu            | 14.07 | 3 t      |
| 2.16,32 | Kátia Khvas          | S18 | 2007 | ADNO   | Lisboa     | Campeonato Regional s23 e Seniores    | Lisboa (AL)      | 23.06 | 1 t      |
| 2.18,26 | Diana André          | S18 | 2008 | AABV   | Algarve    | Meeting Vítor Tavares                 | Faro             | 27.04 | 1 S 2    |
| 2.20,59 | pc Cristina Neves    | S18 | 2007 | CSM    | Madeira    | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta  | Braga            | 25.02 | 1 S 1 t  |
| 2.21,01 | Inês Sarmento        | S18 | 2007 | ARLVG  | Porto      | Campeonato do Norte de Sub 18         | Lousada          | 30.06 | 3 S 2    |
| 2.21,50 | Michelle Elmer       | S18 | 2007 | CPPEA  | Setúbal    | Campeonato Nacional Clubes - Aptº     | Lisboa (AL)      | 02.06 | 12 t     |
| 2.21,87 | Catarina Brito       | S18 | 2007 | MAC    | Porto      | Provas de Preparação                  | Maia             | 06.01 | 2 S 1    |
| 2.23,80 | Natacha Candé        | S18 | 2007 | JIV-SM | S. Miguel  | Campeonato da Europa Sub-18           | B. Bystrica-SVK  | 19.07 | HEP      |
| 2.24,15 | pc Mariana Reis      | S18 | 2008 | ARLVG  | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga            | 03.02 | 2 S 2    |
| 2.25,10 | pc Lara Pereira      | S18 | 2008 | GAC-L  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal           | 21.01 | 2 S 1    |
| 2.25,54 | Eva Mota             | S18 | 2007 | AFS    | Lisboa     | Meeting Jovem CAOESTE                 | Torres Vedras    | 17.02 | 2 S 3 t  |
| 2.25,81 | Alexandra França     | S18 | 2007 | IND-LX | Lisboa     | Provas de Preparação                  | Lisboa (AL)      | 17.07 | 4 t      |
| 2.26,65 | Maria Rodrigues      | S18 | 2008 | LFC-F  | Braga      | Torneio Regional Olímpico Jovem       | Braga            | 11.05 | 1        |
| 2.26,84 | pc Rita Gaspar       | S18 | 2008 | SCP    | Lisboa     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal           | 21.01 | Extra    |
| 2.27,48 | Ana Sofia Silva      | S18 | 2007 | PFC    | Setúbal    | Encontro Lisboa - Madrid              | Lisboa (AL)      | 01.06 | Extra    |
| 2.27,48 | Leonor Alves         | S18 | 2008 | SCP    | Lisboa     | Campeonato Regional S18               | Lisboa (AL)      | 12.05 | 3        |
| 2.27,60 | Laura Lourenço       | S18 | 2008 | MCP    | Lisboa     | Provas Extra                          | Lisboa (AL)      | 13.04 | 1 t      |
| 2.28,24 | Matilde Ferreira     | S18 | 2008 | JDAL   | Santarém   | Campeonato Regional Sub 18            | Rio Maior        | 09.06 | 1        |
| 2.28,42 | Rita Gomes           | S18 | 2007 | CFOD   | Porto      | Campeonato Absoluto do Norte          | Braga            | 14.06 | 2 S 2 t  |
| 2.28,66 | Carolina Carvalho    | S18 | 2008 | GDRJR  | Porto      | Provas de Preparação                  | Maia             | 06.01 | 5 S 1    |
| 2.28,75 | Bianca Dias          | S18 | 2007 | UDV    | Porto      | Campeonato Absoluto do Norte          | Braga            | 14.06 | 10 S 1 t |
| 2.29,08 | pc Caetana Neves     | S18 | 2008 | ACDRA  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta | Pombal           | 14.01 | 1 t      |
| 2.29,25 | pc Ana Luísa Silva   | S18 | 2007 | ACDRSQ | Coimbra    | 2º Torneio de Pombal de Pista Coberta | Pombal           | 21.02 | Extra    |
| 2.29,42 | Fátima Silva         | S18 | 2007 | CBPAR  | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Nacional       | Lousada          | 04.05 | 2        |
| 2.29,52 | Mariana Beja         | S18 | 2008 | CYCL   | V. Castelo | Olímpico Jovem Distrital              | Viana do Castelo | 04.05 | 1        |
| 2.29,54 | Maria Carolina Vidal | S18 | 2007 | ADLA   | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18   | Jamor (P2)       | 28.01 | 4        |
| 2.29,74 | Diana Franco         | S18 | 2008 | JIV-SM | S. Miguel  | Campeonato Nacional 3ª Divisão        | Abrantes         | 14.07 | 4 t      |
| 2.29,90 | Ana Cruz             | S18 | 2007 | GRQL   | Setúbal    | Campeonato Regional de Juniores       | Seixal           | 18.07 | 1        |
| 2.30,51 | pc Carolina Frada    | S18 | 2007 | CFOD   | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas    | Braga            | 20.01 | PEN      |
| 2.30,74 | pc Maria Machado     | S18 | 2008 | EAROS  | Braga      | Campeonato Absoluto Norte P Coberta   | Braga            | 14.01 | 1 S 2 t  |
| 2.31,44 | Constança Alves      | S18 | 2008 | AJS    | Madeira    | Campeonato Regional Sub 20            | Ribeira Brava    | 30.06 | 1 t      |
| 2.31,51 | Beatriz Perdigão     | S18 | 2008 | AJL    | Évora      | Torneio Nacional Olímpico Jovem       | Lagoa            | 18.05 | 7 S 2    |
| 2.32,31 | Julia Allende        | S18 | 2008 | AABV   | Algarve    | Olímpico Jovem Regional               | Faro             | 04.05 | 2        |
| 2.32,34 | pc Inês Almeida      | S18 | 2007 | EAROS  | Braga      | Campeonato Absoluto Norte P Coberta   | Braga            | 14.01 | 3 S 2 t  |
| 2.32,46 | Sofia Souto          | S18 | 2008 | CYCL   | V. Castelo | Torneio de Pista                      | Viana do Castelo | 30.05 | 2        |
| 2.32,83 | Maria Inácio         | S18 | 2008 | COP    | Algarve    | Olímpico Jovem Regional               | Faro             | 04.05 | 3        |
| 2.33,40 | Ana Pereira          | S18 | 2008 | EAROS  | Braga      | Torneio Regional Olímpico Jovem       | Braga            | 11.05 | 3        |
| 2.33,60 | Débora Martins       | S18 | 2008 | CSM    | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas      | Ribeira Brava    | 07.04 | HEP      |
| 2.33,81 | Beatriz Gomes        | S18 | 2008 | ARLVG  | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Nacional       | Lousada          | 04.05 | 5        |

|         |    |                       |     |      |         |            |                                       |                  |       |         |
|---------|----|-----------------------|-----|------|---------|------------|---------------------------------------|------------------|-------|---------|
| 2.34,24 |    | Luisa Azevedo         | S18 | 2007 | CAOV    | V. Castelo | Torneio de Pista                      | Viana do Castelo | 30.05 | 3       |
| 2.34,49 |    | Sofia Machado         | S18 | 2008 | GCAD    | C. Branco  | Campeonato Nacional Sub-20            | Viana do Castelo | 28.07 | HEP     |
| 2.35,24 |    | Luísa Conde           | S18 | 2008 | THA     | Santarém   | Olimpico Jovem Distrital              | Abrantes         | 04.05 | 1       |
| 2.35,99 |    | Alice Varino          | S18 | 2008 | GDP-L   | Leiria     | Campeonato Nacional Sub18             | Beja             | 07.07 | HEP     |
| 2.36,19 |    | Matilde Angélico      | S18 | 2008 | CAMG    | Leiria     | Meeting Fernando Alves                | Marinha Grande   | 19.05 | 6 t     |
| 2.36,31 |    | Luciana Miranda       | S18 | 2008 | CDCNAV  | Porto      | Campeonato Absoluto do Norte          | Braga            | 14.06 | 6 S 2 t |
| 2.37,28 |    | Leandro Marinho       | S18 | 2008 | NBA     | Porto      | Campeonato do Norte de Sub 18         | Lousada          | 30.06 | 9 S 1   |
| 2.37,49 |    | Simone Morim          | S18 | 2007 | ACFR    | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas    | Lousada          | 12.05 | HEP     |
| 2.38,30 |    | Madalena Anjos        | S18 | 2008 | ADNO    | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18   | Jamor (P2)       | 28.01 | 5       |
| 2.38,31 |    | Inês Pedro            | S18 | 2008 | AMONT   | Braga      | Campeonato Nacional Sub18             | Beja             | 07.07 | HEP     |
| 2.38,39 |    | Daniela Oliveira      | S18 | 2007 | ACRVC   | Aveiro     | Olimpico Jovem Distrital              | Vagos            | 21.04 | 1       |
| 2.39,47 |    | Madalena Sampaio      | S18 | 2008 | AFS     | Lisboa     | Torneio Atleta Completo               | Lisboa (AL)      | 14.04 | HEP     |
| 2.39,53 |    | Verónica Zueva        | S18 | 2007 | 4RUN    | Porto      | Provas Extra                          | Lousada          | 12.05 | 4 t     |
| 2.39,60 |    | Mariana Azenha        | S18 | 2007 | MAC     | Porto      | Torneio Regional Olimpico Jovem       | Braga            | 11.05 | EXtra   |
| 2.39,86 |    | Ana Beatriz Sousa     | S18 | 2008 | ADCCJC  | Aveiro     | Campeonato Nacional Clubes - Aptº     | Lousada          | 02.06 | 22 t    |
| 2.40,02 |    | Beatriz Leão          | S18 | 2007 | ARLVG   | Porto      | Campeonato do Norte de Sub 18         | Lousada          | 30.06 | 3 S 1 t |
| 2.40,21 | pc | Vitória Braga         | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal           | 21.01 | Extra   |
| 2.40,29 |    | Lara Martins          | S18 | 2008 | UDPF    | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18   | Jamor (P2)       | 28.01 | 6       |
| 2.40,34 |    | Rita Cardoso          | S18 | 2008 | ACFR    | Porto      | Provas de Preparação                  | Maia             | 06.01 | 2 S 2   |
| 2.40,37 | pc | Miriam Lourenço       | S18 | 2008 | CMP     | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal           | 21.01 | 3 S 2   |
| 2.40,45 |    | Luana Cunha           | S18 | 2008 | UDV     | Porto      | 2º Noite Quente                       | Lousada          | 05.06 | 3 S 2 t |
| 2.40,66 |    | Carolina Oliveira     | S18 | 2008 | NDCO    | Beja       | Torneio Nacional Olimpico Jovem       | Lagoa            | 18.05 | 1 S 1   |
| 2.40,72 |    | Inês Azeitona         | S18 | 2008 | ADCV    | Portalegre | Provas Extra                          | Ponte de Sôr     | 06.01 | 1       |
| 2.41,25 | pc | Catarina Mourão       | S18 | 2007 | CFOD    | Porto      | Campeonato Absoluto Norte P Coberta   | Braga            | 14.01 | 1 S 1 t |
| 2.41,72 |    | Sara Costa            | S18 | 2007 | CDUL    | Lisboa     | Campeonato Regional S18               | Lisboa (AL)      | 12.05 | 8       |
| 2.42,09 |    | Sara Camolas          | S18 | 2007 | PFC     | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas       | Almada           | 21.04 | HEP     |
| 2.42,30 |    | Ana Ferreira          | S18 | 2008 | CDP     | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas    | Lousada          | 12.05 | HEP     |
| 2.43,18 | pc | Diana Santos          | S18 | 2007 | NDAP    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta | Pombal           | 14.01 | 3 t     |
| 2.43,26 |    | Íris Passos           | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria     | Meeting Fernando Alves                | Marinha Grande   | 19.05 | 7 t     |
| 2.43,29 | pc | Francisca Ferreira    | S18 | 2007 | ACFR    | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga            | 04.02 | PEN     |
| 2.43,50 |    | Inês Cotrim           | S18 | 2008 | THA     | Santarém   | Olimpico Jovem Distrital              | Abrantes         | 04.05 | 3       |
| 2.44,07 |    | Raquel Martins        | S18 | 2008 | AABV    | Algarve    | Olimpico Jovem Regional               | Faro             | 04.05 | 4       |
| 2.44,15 |    | Catarina Sousa        | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Olimpico Jovem Distrital              | Vagos            | 21.04 | 2       |
| 2.44,35 |    | Carolina Miguel       | S18 | 2007 | A 20 Km | Santarém   | Olimpico Jovem Distrital              | Abrantes         | 04.05 | 4       |
| 2.44,44 |    | Raquel Soares         | S18 | 2007 | FCV     | Braga      | Torneio Regional Olimpico Jovem       | Braga            | 11.05 | 7       |
| 2.44,91 |    | Iara Gomes            | S18 | 2008 | NSF     | Algarve    | Campeonato Regional Absoluto          | Faro             | 23.06 | 2 t     |
| 2.44,96 |    | Raquel Ramalho        | S18 | 2008 | EAMT    | Setúbal    | Olimpico Jovem Regional               | Almada           | 04.05 | 4       |
| 2.45,02 |    | Isabel Luís           | S18 | 2007 | CPPEA   | Setúbal    | DNA Sub-20                            | Lisboa (AL)      | 16.06 | 2 t     |
| 2.45,30 |    | Joana Tavares         | S18 | 2008 | GJPB    | Aveiro     | Olimpico Jovem Distrital              | Vagos            | 21.04 | 3       |
| 2.45,64 |    | Beatriz Martins       | S18 | 2007 | CAP-L   | Lisboa     | Meeting Jovem CAOESTE                 | Torres Vedras    | 17.02 | 6 S 3 t |
| 2.45,74 |    | Margarida Menino      | S18 | 2008 | GDR     | Viseu      | Campeonato Distrital de Juvenis       | Viseu            | 12.05 | 2       |
| 2.45,96 | pc | Catarina Santos       | S18 | 2008 | CBF     | Algarve    | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap     | Pombal           | 27.01 | 19 t    |
| 2.46,16 |    | Soraia Lourenço       | S18 | 2007 | CDQ     | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas      | Faro             | 07.04 | HEP     |
| 2.46,35 |    | Catarina Seabra       | S18 | 2008 | GRE-AA  | Coimbra    | Campeonato Distrital P Combinadas     | Pombal           | 12.05 | HEP     |
| 2.46,45 |    | Laura Perez           | S18 | 2007 | AJS     | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas      | Ribeira Brava    | 07.04 | HEP     |
| 2.46,47 |    | Beatriz Palma         | S18 | 2007 | NSF     | Algarve    | Campeonato Regional de Inverno 2024   | Faro             | 21.01 | 3 t     |
| 2.46,65 |    | Raquel Cavaco         | S18 | 2008 | PFC     | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas       | Almada           | 21.04 | HEP     |
| 2.47,03 |    | Eliéta Mendes         | S18 | 2008 | NSCPSX  | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas       | Almada           | 21.04 | HEP     |
| 2.47,09 |    | Inês Veredas          | S18 | 2007 | SFRAA   | Lisboa     | Meeting da Inclusão                   | Lisboa (AL)      | 26.05 | 8 S 1 t |
| 2.47,77 |    | Sofia Meira           | S18 | 2007 | SLA     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis           | Almada           | 30.06 | 2 S 1   |
| 2.48,07 |    | Marta Belchior        | S18 | 2008 | SCUT    | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18   | Jamor (P2)       | 28.01 | 7       |
| 2.48,09 |    | Matilde Mestre        | S18 | 2008 | COP     | Algarve    | Olimpico Jovem Regional               | Faro             | 04.05 | 5       |
| 2.48,38 |    | Mariana Cruz          | S18 | 2007 | CACOD   | Braga      | I Noite Atlética                      | Braga            | 29.05 | 3 t     |
| 2.48,53 | pc | Leonor Lavos          | S18 | 2008 | GDP-L   | Leiria     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga            | 04.02 | PEN     |
| 2.48,58 |    | Solange Mata          | S18 | 2007 | QFC     | Setúbal    | Olimpico Jovem Regional               | Almada           | 04.05 | 5       |
| 2.48,61 |    | Margarida Leite       | S18 | 2007 | FCV     | Braga      | Torneio Regional Olimpico Jovem       | Braga            | 11.05 | 8       |
| 2.49,08 |    | Melcias Correia - GBS | S18 | 2007 | GRQL    | Setúbal    | Campeonato Regional de Juniores       | Seixal           | 18.07 | 2       |
| 2.49,10 |    | Ana Lima              | S18 | 2008 | US      | Viseu      | Campeonato Distrital de Juvenis       | Viseu            | 12.05 | 3       |
| 2.49,11 |    | Clara Costa           | S18 | 2008 | LFC-F   | Braga      | I Noite Atlética                      | Braga            | 29.05 | 4 t     |
| 2.49,21 | pc | Lara Neves            | S18 | 2007 | ACDRSQ  | Coimbra    | 2º Torneio de Pombal de Pista Coberta | Pombal           | 21.02 | Extra   |
| 2.49,56 | pc | Carolina Sousa        | S18 | 2008 | CAMG    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal           | 21.01 | 2 S 3   |
| 2.49,64 |    | Filipa Silva          | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Torneio João Rocha                    | Branca           | 09.03 | 5       |
| 2.50,08 |    | Victória Possante     | S18 | 2008 | CDQ     | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas      | Faro             | 07.04 | HEP     |
| 2.50,21 |    | Maria do Carmo Lúcio  | S18 | 2008 | AFS     | Lisboa     | Torneio Atleta Completo               | Lisboa (AL)      | 14.04 | HEP     |
| 2.50,37 |    | Lara Barroso          | S18 | 2008 | CPPEA   | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas       | Almada           | 21.04 | HEP     |
| 2.50,40 | pc | Francisca Amado       | S18 | 2008 | CPTSC   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal           | 21.01 | 3 S 3   |
| 2.50,52 |    | Sofia Silva           | S18 | 2008 | SPF     | Algarve    | Meeting Vítor Tavares                 | Faro             | 27.04 | 3       |
| 2.50,53 |    | Ana Beatriz Pereira   | S18 | 2007 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas      | Ribeira Brava    | 07.04 | HEP     |
| 2.50,55 |    | Anamar Pereira        | S18 | 2008 | ESCMOV  | Porto      | Torneio Olimpico Jovem Nacional       | Lousada          | 04.05 | 13      |

|         |                         |     |      |         |            |   |                  |       |        |
|---------|-------------------------|-----|------|---------|------------|---|------------------|-------|--------|
| 2.50,61 | Mariana Filipe          | S18 | 2007 | AAM     | Lisboa     | Campeonato Regional S18                 | Lisboa (AL)      | 12.05 | 10     |
| 2.50,99 | Raquel Caetano          | S18 | 2008 | CRCDL   | Algarve    | Campeonato Regional de Inverno 2024     | Faro             | 21.01 | 4 t    |
| 2.51,06 | Ariana Lopes            | S18 | 2008 | ADNO    | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18     | Jamor (P2)       | 28.01 | 8      |
| 2.51,20 | Luna Rodrigues          | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas         | Almada           | 21.04 | HEP    |
| 2.51,37 | Rita Rocha              | S18 | 2008 | CAF-SCF | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Nacional         | Lourosa          | 04.05 | 14     |
| 2.51,41 | Sofia Reis              | S18 | 2007 | CDOL    | S. Miguel  | Campeonato AASM de Olímpico Jovem       | Ponta Delgada    | 20.04 | 1      |
| 2.51,94 | Sara Gonçalves          | S18 | 2008 | CDFASA  | Guarda     | Torneio Nacional Olímpico Jovem         | Lagoa            | 18.06 | 6 S 1  |
| 2.51,99 | Alicia Baptista - ANG   | S18 | 2007 | LAVRA   | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas      | Lousada          | 12.05 | HEP    |
| 2.52,08 | Maria Luís Silva        | S18 | 2007 | GRECAS  | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas  | Vagos            | 28.04 | HEP    |
| 2.53,15 | Alexandra Tadeu         | S18 | 2008 | IFC     | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18     | Jamor (P2)       | 28.01 | 9      |
| 2.53,45 | Rita Páscoa             | S18 | 2008 | AABV    | Algarve    | Olímpico Jovem Regional                 | Faro             | 04.05 | 8      |
| 2.54,08 | Sophie Quintero         | S18 | 2007 | CAOB-A  | Aveiro     | Olímpico Jovem Distrital                | Vagos            | 21.04 | 4      |
| 2.54,27 | Sofia Venda             | S18 | 2007 | CPRAB   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18             | Leiria           | 30.06 | 2 S 2  |
| 2.54,28 | Sandrina Costa          | S18 | 2007 | CYCL    | V. Castelo | Provas Extra                            | Viana do Castelo | 10.02 | 3 t    |
| 2.54,29 | Matilde Matafome        | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas         | Almada           | 21.04 | HEP    |
| 2.54,50 | pc Filipa Moita         | S18 | 2007 | JV      | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta   | Pombal           | 14.01 | 4 t    |
| 2.54,51 | Sara Fernandes          | S18 | 2007 | AJS     | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas        | Ribeira Brava    | 07.04 | HEP    |
| 2.54,98 | Carolina Fernandes      | S18 | 2008 | AGV     | Viseu      | Campeonato Nacional Sub18               | Beja             | 07.07 | HEP    |
| 2.55,07 | Rita Pessoa             | S18 | 2008 | AABV    | Algarve    | Meeting Vítor Tavares                   | Faro             | 27.04 | 5      |
| 2.55,32 | Ana Soares              | S18 | 2008 | EAROS   | Braga      | Torneio Regional Olímpico Jovem         | Braga            | 11.05 | 8      |
| 2.55,43 | Margarida Pinto         | S18 | 2008 |         | C. Branco  | Torneio Nacional Olímpico Jovem         | Lagoa            | 18.05 | 8 S 1  |
| 2.55,69 | Rafaela Chantre         | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Olímpico Jovem Regional                 | Almada           | 04.05 | 7      |
| 2.55,84 | pc Cristiana Martins    | S18 | 2007 | CTMVPA  | Vila Real  | Campeonato Norte Provas Combinadas      | Braga            | 20.01 | PEN    |
| 2.56,86 | Letícia Valente         | S18 | 2008 | ACDCVC  | Aveiro     | Campeonato Dist P Combinadas Inverno    | Luso             | 07.01 | PEN    |
| 2.57,10 | Cláudia Carvalho        | S18 | 2007 | JOBRA   | Aveiro     | Torneio João Rocha                      | Branca           | 09.03 | 8      |
| 2.57,22 | Filipa Duarte           | S18 | 2007 | CASJ    | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas        | Faro             | 07.04 | HEP    |
| 2.57,29 | Angelina Valente        | S18 | 2007 | SCBM    | Aveiro     | Olímpico Jovem Distrital                | Vagos            | 21.04 | 5      |
| 2.58,31 | Nádia Morais            | S18 | 2007 | HMGS    | Aveiro     | Torneio João Rocha                      | Branca           | 09.03 | 9      |
| 2.58,57 | pc Leonor Fontes        | S18 | 2007 | CDCNAV  | Porto      | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap       | Braga            | 27.01 | 21 t   |
| 2.58,77 | Alice Pita              | S18 | 2007 | GDCRM   | Évora      | Provas Extra                            | Vendas Novas     | 14.04 | 2      |
| 2.58,88 | Diana Vilar             | S18 | 2008 | NAC     | Aveiro     | Torneio João Rocha                      | Branca           | 09.03 | 11     |
| 2.59,12 | Madalena Miguel         | S18 | 2008 | EAMT    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada           | 30.06 | 4 S 1  |
| 2.59,30 | Carolina Pacheco        | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas        | Faro             | 07.04 | HEP    |
| 3.00,04 | Eva Cruz                | S18 | 2008 | GDC-VC  | V. Castelo | Torneio de Pista                        | Viana do Castelo | 30.05 | 6      |
| 3.00,58 | Francisca Gonçalves     | S18 | 2008 | EAROS   | Braga      | Torneio de Preparação                   | Braga            | 20.06 | 11 S 1 |
| 3.01,01 | pc Matilde Duarte Ruivo | S18 | 2008 | CANAZ   | Leiria     | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal           | 13.01 | 6 t    |
| 3.01,15 | Ana Carolina Moreira    | S18 | 2007 | ARLVG   | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 9 S 2  |
| 3.01,31 | pc Leonor Pereira       | S18 | 2007 | EAROS   | Braga      | Torneio Jovem do Norte                  | Braga            | 17.02 | 4 S 2  |
| 3.01,45 | pc Laura Moreira        | S18 | 2007 | VTSC    | Braga      | Campeonato Norte Provas Combinadas      | Braga            | 20.01 | PEN    |
| 3.01,51 | Lara Bastos             | S18 | 2008 | ACRVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024    | Luso             | 18.02 | 3 t    |
| 3.02,66 | Bruna Xavier            | S18 | 2008 | CASJ    | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas        | Faro             | 07.04 | HEP    |
| 3.03,37 | Matilde Gomes           | S18 | 2007 | CAM-VC  | V. Castelo | Atleta Completo                         | Viana do Castelo | 07.04 | HEP    |
| 3.03,78 | Mariana Faria           | S18 | 2007 | VFC     | Setúbal    | Campeonato Regional de Absolutos        | Almada           | 09.06 | 4 t    |
| 3.03,94 | Joana Solé              | S18 | 2007 | CYCL    | V. Castelo | Atleta Completo                         | Viana do Castelo | 07.04 | HEP    |
| 3.04,27 | Inês Rocha              | S18 | 2008 | CAM-VC  | V. Castelo | Atleta Completo                         | Viana do Castelo | 07.04 | HEP    |
| 3.04,33 | Joana Rosa              | S18 | 2007 | CPPEA   | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas         | Almada           | 21.04 | HEP    |
| 3.04,44 | Carolina Pita           | S18 | 2007 | GDE     | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas        | Ribeira Brava    | 07.04 | HEP    |
| 3.04,90 | Luna Dias               | S18 | 2007 | AACC    | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas         | Almada           | 21.04 | HEP    |
| 3.05,15 | Mariana Pinheiro        | S18 | 2007 | A 20 Km | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno  | Almeirim         | 21.01 | 8      |
| 3.07,36 | Ruth Lima - BRA         | S18 | 2007 | CCSJM   | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas  | Vagos            | 28.04 | HEP    |
| 3.08,17 | Mariana Costa           | S18 | 2008 | FCC     | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas        | Beja             | 14.04 | HEP    |
| 3.08,61 | pc Aiko Numata - JPN    | S18 | 2007 | ACB-L   | Leiria     | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap       | Pombal           | 28.01 | 23 t   |
| 3.08,72 | Inês Pereira            | S18 | 2008 | CPPEA   | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada           | 30.06 | 6 S 1  |
| 3.08,87 | pc Laura Lopes          | S18 | 2008 | SCB     | Braga      | Campeonato Norte Provas Combinadas      | Braga            | 20.01 | PEN    |
| 3.09,14 | Leonor Gomes            | S18 | 2008 | NDAP    | Leiria     | Olímpico Jovem Distrital                | Marinha Grande   | 04.05 | 6      |
| 3.10,22 | Margarida Rosado        | S18 | 2008 | JDN     | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas        | Beja             | 14.04 | HEP    |
| 3.10,43 | Bárbara Castro          | S18 | 2008 | ASCDUR  | Aveiro     | Campeonato Dist P Combinadas Inverno    | Luso             | 07.01 | PEN    |
| 3.12,20 | Amália Brito            | S18 | 2008 | CBF     | Algarve    | Campeonato Regional de Inverno 2024     | Faro             | 21.01 | 11 t   |
| 3.12,74 | Matilde Freitas         | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas        | Ribeira Brava    | 07.04 | HEP    |
| 3.13,05 | Mariana Mouta           | S18 | 2008 | ACRVC   | Aveiro     | Torneio João Rocha                      | Branca           | 09.03 | 16     |
| 3.14,73 | Mariana Sousa           | S18 | 2007 | AGV     | Viseu      | Atleta Completo Distrital               | Viseu            | 14.04 | HEP    |
| 3.15,45 | Miriam Alves            | S18 | 2007 | LAVRA   | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas      | Lousada          | 12.05 | HEP    |
| 3.16,33 | Mariana Ferreira        | S18 | 2008 | CDP     | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Nacional         | Lousada          | 04.05 | 15     |
| 3.16,44 | Maria Manuel Brito      | S18 | 2007 | AGV     | Viseu      | Atleta Completo Distrital               | Viseu            | 14.04 | HEP    |
| 3.17,03 | Eva Pinto               | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Torneio Cidade de Lourosa               | Lourosa          | 01.05 | 6 t    |
| 3.17,28 | Beatriz Viegas          | S18 | 2007 | CAF-SCF | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Nacional         | Lousada          | 04.05 | 16     |
| 3.17,62 | Madalena Batista        | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria     | Olímpico Jovem Distrital                | Marinha Grande   | 04.05 | 7      |
| 3.19,22 | Sofia Ambrósio          | S18 | 2008 | GDD     | Évora      | Campeonatos Regionais Inverno 2024      | Vendas Novas     | 13.01 | 4 t    |
| 3.21,10 | Eva Ventura             | S18 | 2008 | NJCPN   | C. Branco  | Campeonato de Inverno P Coombinadas     | Castelo Branco   | 21.01 | PEN    |



|          |                         |     |      |          |           |                                      |                   |       |       |
|----------|-------------------------|-----|------|----------|-----------|--------------------------------------|-------------------|-------|-------|
| 3.21,18  | Leonor Soares           | S18 | 2008 | GDE      | Madeira   | Campeonato Regional Sub 20           | Ribeira Brava     | 30.06 | 3 t   |
| 3.22,09  | Isabela Davodoaia       | S18 | 2007 | ADECT    | Algarve   | Olímpico Jovem Regional              | Faro              | 04.05 | 10    |
| 3.22,64  | Vanessa Radoslavova-BUL | S18 | 2008 | CRAL     | Algarve   | Meeting Vítor Tavares                | Faro              | 27.04 | 8     |
| 3.22,94  | Sara Macedo             | S18 | 2008 | CCDR     | Braga     | Torneio de Preparação                | Braga             | 20.04 | 12    |
| 3.23,31  | Ana Viana               | S18 | 2008 | CBF      | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024  | Faro              | 21.01 | 14 t  |
| 3.25,18  | Liz Ferreira            | S18 | 2008 | RUNRIVER | Porto     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Lousada           | 12.05 | HEP   |
| 3.26,47  | Rita Vieira             | S18 | 2007 | LLFC     | Aveiro    | Campeonato Dist P Combinadas Inverno | Luso              | 07.01 | PEN   |
| 3.28,09  | Francisca Ferreira      | S18 | 2008 | CSM      | Madeira   | Campeonato Regional Sub 18           | Ribeira Brava     | 23.06 | 5     |
| 3.28,10  | Nádia Pinho             | S18 | 2008 | ACDCVC   | Aveiro    | Campeonato Dist P Combinadas Inverno | Luso              | 07.01 | PEN   |
| 3.28,18  | Bárbara Pinho           | S18 | 2007 | ACDCVC   | Aveiro    | Campeonato Dist P Combinadas Inverno | Luso              | 07.01 | PEN   |
| 3.28,65  | Laura Damas             | S18 | 2007 | JDN      | Beja      | 26º Campeonato do Alentejo de Pista  | Beja              | 11.05 | 10 t  |
| 3.29,21  | Laura Viegas            | S18 | 2008 | CRAL     | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024  | Faro              | 21.01 | 15 t  |
| 3.29,47  | Kristina Kliamar - UKR  | S18 | 2007 | JDN      | Beja      | Camp Distrital Provas Combinadas     | Beja              | 14.04 | HEP   |
| 3.29,66  | Rita Herzig             | S18 | 2007 | COP      | Algarve   | Olímpico Jovem Regional              | Faro              | 04.05 | 11    |
| 3.29,99  | Mariana Teixeira        | S18 | 2008 | AAM-M    | Madeira   | Provas Extra                         | Ribeira Brava     | 11.02 | 3 t   |
| 3.33,72  | Isabela Santos          | S18 | 2008 | AJPINA   | Lisboa    | Jornada Especial                     | Lisboa (AL)       | 23.03 | 6 S 2 |
| 3.33,77  | Bruna Ruela             | S18 | 2007 | PLF      | Braga     | Atleta Completo Regional             | Braga             | 07.04 | HEP   |
| 3.36,50  | Beatriz Borges          | S18 | 2008 | CTMVPA   | Vila Real | Torneio de Preparação I              | Vila Real         | 13.01 | 1     |
| 3.43,34  | Marta Braz              | S18 | 2007 | JDN      | Beja      | Camp Distrital Provas Combinadas     | Beja              | 14.04 | HEP   |
| 3.45,39  | Margarida Silva         | S18 | 2008 | CAF-SCF  | Porto     | Torneio Nacional Olímpico Jovem      | Lousada           | 04.05 | 17    |
| 3.45,58  | Íris Antunes            | S18 | 2008 | ADECT    | Algarve   | Campeonato Reg Provas Combinadas     | Faro              | 07.04 | HEP   |
| 4.21,31  | Leonor Borges           | S18 | 2007 | AMA-VR   | Vila Real | Torneio Olímpico Jovem               | Vila Pouca Aguiar | 04.05 | 2     |
| 4.54,16  | Liliana Quedas          | S18 | 2008 | ACRM     | Lisboa    | Campeonato Regional Inverno S16/S18  | Jamor (P2)        | 28.01 | 10    |
| 22.45,16 | Ana Teixeira            | S18 | 2008 | CPC      | Setúbal   | Camp Regional Provas Combinadas      | Almada            | 21.04 | HEP   |

Todas

## 1.000 metros

RN: 2.50,13

Celeste Rodrigues/SCP/Lisboa (N)/26.07.1994

| MARCA   | ATLETA            | ESC | ANO  | CLUBE  | AR         | COMPETIÇÃO                 | LOCAL            | DATA  | INFORM |
|---------|-------------------|-----|------|--------|------------|----------------------------|------------------|-------|--------|
| 2.56,71 | Cátia Khvas       | S18 | 2007 | ADNO   | Lisboa     | Km Regional Jovem          | Jamor (N)        | 28.04 | 1      |
| 3.00,16 | Maria de Jesus    | S18 | 2008 | ACB-L  | Leiria     | Quilómetro Jovem Distrital | Nazaré           | 13.04 | 1      |
| 3.00,19 | Carolina Correia  | S18 | 2007 | SCP    | Lisboa     | Km Regional Jovem          | Jamor (N)        | 28.04 | 2      |
| 3.07,47 | Cristina Neves    | S18 | 2007 | CSM    | Madeira    | Quilómetro Jovem Regional  | Ribeira Brava    | 17.02 | 1      |
| 3.07,53 | Michelle Elmer    | S18 | 2007 | CPPEA  | Setúbal    | Km Regional Jovem          | Seixal           | 06.04 | 1      |
| 3.07,69 | Agathe Pitet      | S18 | 2008 | AVG    | Visei      | Quilómetro Jovem           | Viseu            | 06.04 | 1      |
| 3.08,13 | Tina Moreillon    | S18 | 2007 | AVG    | Viseu      | Quilómetro Jovem           | Viseu            | 06.04 | 2      |
| 3.10,19 | Diana André       | S18 | 2008 | AABV   | Algarve    | Km Jovem Regional          | Albufeira        | 29.03 | 1      |
| 3.10,44 | Carolina Carvalho | S18 | 2008 | GDRJR  | Porto      | Quilómetro Jovem Regional  | Lousada          | 06.04 | 2      |
| 3.10,53 | Maria Rodrigues   | S18 | 2008 | LFC-F  | Braga      | Quilómetro Jovem Regional  | Braga            | 23.03 | 1      |
| 3.11,01 | Carolina Carvalho | S18 | 2008 | GDRJR  | Porto      | Quilómetro Jovem Regional  | Braga            | 23.03 | Extra  |
| 3.11,03 | Caetana Neves     | S18 | 2008 | ACDRA  | Leiria     | Quilómetro Jovem Distrital | Nazaré           | 13.04 | 2      |
| 3.11,27 | Laura Lourenço    | S18 | 2008 | MCP    | Lisboa     | Km Regional Jovem          | Jamor (N)        | 28.04 | 3      |
| 3.11,95 | Júlia Allende     | S18 | 2007 | AABV   | Algarve    | Km Jovem Regional          | Albufeira        | 29.03 | 2      |
| 3.12,32 | Inês Francisco    | S18 | 2007 | IFC    | Lisboa     | Km Regional Jovem          | Jamor (N)        | 28.04 | 4      |
| 3.13,47 | Rita Gaspar       | S18 | 2008 | SCP    | Lisboa     | Km Regional Jovem          | Jamor (N)        | 28.04 | 5      |
| 3.13,61 | Lara Roque        | S18 | 2008 | AABV   | Algarve    | Km Jovem Regional          | Albufeira        | 29.03 | 3      |
| 3.15,33 | Leonor Alves      | S18 | 2008 | SCP    | Lisboa     | Km Regional Jovem          | Jamor (N)        | 28.04 | 6      |
| 3.15,97 | Maria Machado     | S18 | 2008 | EAROS  | Braga      | Quilómetro Jovem Regional  | Braga            | 23.03 | 3      |
| 3.16,41 | Bianca Dias       | S18 | 2007 | UDV    | Porto      | Quilómetro Jovem Regional  | Lousada          | 06.04 | 3      |
| 3.16,67 | Débora Martins    | S18 | 2008 | CSM    | Madeira    | Quilómetro Jovem Regional  | Ribeira Brava    | 17.02 | 2      |
| 3.17,42 | Mariana Beja      | S18 | 2008 | CYCL   | V. Castelo | Quilómetro Jovem 2024      | Viana do Castelo | 06.04 | 1      |
| 3.18,46 | Luisa Conde       | S18 | 2008 | THA    | Santarém   | Km Jovem Distrital         | Fátima           | 06.04 | 1      |
| 3.19,41 | Ana Sofia Silva   | S18 | 2007 | PFC    | Setúbal    | Km Regional Jovem          | Seixal           | 06.04 | 2      |
| 3.20,11 | Sofia Souto       | S18 | 2008 | CYCL   | V. Castelo | Provas Extra               | Viana do Castelo | 14.07 | 2 t    |
| 3.20,52 | Inês Almeida      | S18 | 2007 | EAROS  | Braga      | Quilómetro Jovem Regional  | Braga            | 23.03 | 4      |
| 3.20,99 | Juliette Vahlé    | S18 | 2008 | AVG    | Viseu      | Quilómetro Jovem           | Viseu            | 04.04 | 3      |
| 3.21,06 | Sofia Teixeira    | S18 | 2008 | ADL-P  | Porto      | Quilómetro Jovem Regional  | Lousada          | 06.04 | 4      |
| 3.21,66 | Vitória Braga     | S18 | 2007 | SCP    | Lisboa     | Km Regional Jovem          | Jamor (N)        | 28.04 | 7      |
| 3.21,94 | Beatriz Perdigão  | S18 | 2008 | AJL    | Évora      | Km Jovem - Final Distrital | Arraiolos        | 24.03 | 1      |
| 3.22,10 | Mariana Saltão    | S18 | 2007 | ACDRSQ | Coimbra    | Km Jovem Distrital         | Tábua            | 20.04 | 1      |
| 3.23,26 | Matilde Angélico  | S18 | 2008 | CAMG   | Leiria     | Quilómetro Jovem Distrital | Nazaré           | 13.04 | 3      |
| 3.24,46 | Lara Martins      | S18 | 2008 | UDPF   | Lisboa     | Km Regional Jovem          | Jamor (N)        | 28.04 | 8      |
| 3.26,06 | Luísa Azevedo     | S18 | 2007 | CAOV   | V. Castelo | Provas Extra               | Viana do Castelo | 14.07 | 3 t    |
| 3.26,97 | Matilde Ferreira  | S18 | 2008 | JDAL   | Santarém   | Km Jovem Distrital         | Fátima           | 06.04 | 2      |
| 3.27,60 | Miriam Lourenço   | S18 | 2008 | CMP-C  | Coimbra    | Km Jovem Distrital         | Tábua            | 20.04 | 2      |
| 3.28,14 | Íris Passos       | S18 | 2008 | ACB-L  | Leiria     | Quilómetro Jovem Distrital | Nazaré           | 13.04 | 4      |
| 3.29,20 | Ariana Lopes      | S18 | 2008 | ADNO   | Lisboa     | Km Regional Jovem          | Jamor (N)        | 28.04 | 9      |
| 3.30,33 | Ana Cruz          | S18 | 2007 | GRQL   | Setúbal    | Km Regional Jovem          | Seixal           | 06.04 | 3      |

|         |    |                      |     |      |          |            |                                |                  |       |       |
|---------|----|----------------------|-----|------|----------|------------|--------------------------------|------------------|-------|-------|
| 3.31,96 |    | Carolina Oliveira    | S18 | 2008 | NDCO     | Beja       | Quilómetro Jovem Distrital     | Odemira          | 23.03 | 1     |
| 3.32,75 |    | Daniela Oliveira     | S18 | 2007 | ACRVC    | Aveiro     | Km Jovem Distrital             | Arada            | 06.04 | 1     |
| 3.32,82 |    | Ana Ferreira         | S18 | 2008 | CDP      | Porto      | Quilómetro Jovem Regional      | Lousada          | 06.04 | 5     |
| 3.32,86 |    | Maria Correia        | S18 | 2008 | SCP      | Lisboa     | Km Regional Jovem              | Jamor (N)        | 28.04 | 10    |
| 3.33,06 |    | Catarina Mourão      | S18 | 2007 | CFOD     | Porto      | Quilómetro Jovem Regional      | Lousada          | 06.04 | 6     |
| 3.33,14 |    | Raquel Cavaco        | S18 | 2008 | PFC      | Setúbal    | Km Regional Jovem              | Seixal           | 06.04 | 4     |
| 3.33,44 |    | Inês Cotrim          | S18 | 2008 | THA      | Santarém   | Km Jovem Distrital             | Fátima           | 06.04 | 3     |
| 3.34,61 |    | Raquel Soares        | S18 | 2007 | FCV      | Braga      | Quilómetro Jovem Regional      | Braga            | 23.03 | 5     |
| 3.35,34 |    | Luana Cunha          | S18 | 2008 | UDV      | Porto      | Quilómetro Jovem Regional      | Lousada          | 06.04 | 7     |
| 3.35,87 |    | Soraia Lourenço      | S18 | 2007 | CDQ      | Algarve    | Km Jovem Regional              | Albufeira        | 29.03 | 4     |
| 3.37,90 |    | Madalena Anjos       | S18 | 2008 | ADNO     | Lisboa     | Km Regional Jovem              | Jamor (N)        | 28.04 | 11    |
| 3.38,78 |    | Luciana Miranda      | S18 | 2008 | CDCNAV   | Porto      | Quilómetro Jovem Regional      | Lousada          | 06.04 | 8     |
| 3.39,50 |    | Beatriz Alves        | S18 | 2008 | ACB-L    | Leiria     | Quilómetro Jovem Distrital     | Nazaré           | 13.04 | 5     |
| 3.40,47 |    | Margarida Leite      | S18 | 2007 | FCV      | Braga      | Quilómetro Jovem Regional      | Braga            | 23.03 | 6     |
| 3.40,54 |    | Clarisse Catanho     | S18 | 2008 | ADRAP    | Madeira    | Quilómetro Jovem Regional      | Ribeira Brava    | 17.02 | 3     |
| 3.41,31 |    | Sofia Meira          | S18 | 2007 | SLA      | Setúbal    | Km Regional Jovem              | Seixal           | 06.04 | 5     |
| 3.41,33 |    | Raquel Martins       | S18 | 2008 | AABV     | Algarve    | Km Jovem Regional              | Albufeira        | 29.03 | 5     |
| 3.41,48 |    | Marta Feliciano      | S18 | 2008 | JV       | Leiria     | Quilómetro Jovem Distrital     | Nazaré           | 13.04 | 6     |
| 3.42,13 |    | Rita Rocha           | S18 | 2008 | CAF-SCF  | Porto      | Quilómetro Jovem Regional      | Lousada          | 06.04 | 9     |
| 3.42,29 |    | Victória Poaaante    | S18 | 2008 | CDQ      | Algarve    | Km Jovem Regional              | Albufeira        | 29.03 | 6     |
| 3.42,74 |    | Ana Soares           | S18 | 2008 | EAROS    | Braga      | Quilómetro Jovem Regional      | Braga            | 23.03 | 7     |
| 3.43,38 |    | Beatriz Palma        | S18 | 2007 | NSF      | Algarve    | Km Jovem Regional              | Albufeira        | 29.03 | 7     |
| 3.43,73 |    | Matilde Mestre       | S18 | 2008 | COP      | Algarve    | Km Jovem Regional              | Albufeira        | 29.03 | 8     |
| 3.43,74 |    | Luna Rodrigues       | S18 | 2008 | CPA-S    | Santarém   | Km Jovem Distrital             | Fátima           | 06.04 | 4     |
| 3.45,46 |    | Carolina Miguel      | S18 | 2007 | A 20 Km  | Santarém   | Km Jovem Distrital             | Fátima           | 06.04 | 5     |
| 3.45,85 |    | Sara Fernandes       | S18 | 2007 | AJS      | Madeira    | Quilómetro Jovem Regional      | Ribeira Brava    | 17.02 | 4     |
| 3.46,59 |    | Lara Beato           | S18 | 2007 | GDP-L    | Leiria     | Quilómetro Jovem Distrital     | Nazaré           | 13.04 | 7     |
| 3.46,94 |    | Carolina Pita        | S18 | 2007 | GDE      | Madeira    | Quilómetro Jovem Regional      | Ribeira Brava    | 17.02 | 5     |
| 3.47,54 | pc | Catarina Sousa       | S18 | 2008 | SCE      | Aveiro     | Campeonato Regional de Inverno | Jamor (CAR)      | 13.01 | Extra |
| 3.48,57 |    | Sandriana Costa      | S18 | 2007 | CYCL     | V. Castelo | Quilómetro Jovem 2024          | Viana do Castelo | 06.04 | 4     |
| 3.49,85 |    | Mariana Alves        | S18 | 2008 | AMA-P    | Porto      | Quilómetro Jovem Regional      | Lousada          | 06.04 | 10    |
| 3.49,91 |    | Solange Mata         | S18 | 2007 | QFC      | Setúbal    | Km Regional Jovem              | Seixal           | 06.04 | 6     |
| 3.50,14 |    | Isaura Correia       | S18 | 2008 | ACDRA    | Leiria     | Quilómetro Jovem Distrital     | Nazaré           | 13.04 | 8     |
| 3.51,30 |    | Francisca Nunes      | S18 | 2008 | NSCPCX   | Coimbra    | Km Jovem Distrital             | Tábua            | 20.04 | 3     |
| 3.52,26 | pc | Filipa Silva         | S18 | 2008 | SCE      | Aveiro     | Campeonato Regional de Inverno | Jamor (CAR)      | 13.01 | Extra |
| 3.52,32 |    | Joana Cardoso        | S18 | 2007 | CEN      | Portalegre | Km Jovem                       | Portalegre       | 07.04 | 1     |
| 3.54,86 |    | Mariana Moreira      | S18 | 2008 | UDV      | Porto      | Quilómetro Jovem Regional      | Lousada          | 06.04 | 1     |
| 3.55,49 |    | Ana Lima             | S18 | 2008 | US       | Viseu      | Quilómetro Jovem               | Viseu            | 06.04 | 4     |
| 3.55,94 |    | Sara Gonçalves       | S18 | 2008 | CDCFASA  | Guarda     | Quilómetro Distrital           | Guarda           | 17.03 | 1     |
| 3.56,11 |    | Camila Fonseca       | S18 | 2008 | AACC     | Setúbal    | Km Regional Jovem              | Seixal           | 06.04 | 7     |
| 3.56,20 |    | Eduarda Rios Viana   | S18 | 2007 | CYCL     | V. Castelo | Quilómetro Jovem 2024          | Viana do Castelo | 06.04 | 5     |
| 3.57,14 |    | Alice Pita           | S18 | 2007 | GDCRM    | Évora      | Km Jovem - Final Distrital     | Arraiolos        | 24.03 | 2     |
| 3.57,84 |    | Sara dos Santos      | S18 | 2007 | RUNRIVER | Porto      | Quilómetro Jovem Regional      | Lousada          | 06.04 | 11    |
| 3.58,15 |    | Eva Cruz             | S18 | 2008 | GDC-VC   | V. Castelo | Provas Extra                   | Viana do Castelo | 14.07 | 4 t   |
| 3.58,59 |    | Nádia Morais         | S18 | 2007 | HMGS     | Aveiro     | Km Jovem Distrital             | Arada            | 06.04 | 2     |
| 3.58,94 |    | Raquel Caetano       | S18 | 2008 | CRCDL    | Algarve    | Km Jovem Regional              | Albufeira        | 29.03 | 9     |
| 3.59,10 |    | Matilde Duarte Ruivo | S18 | 2008 | CANAZ    | Leiria     | Quilómetro Jovem Distrital     | Nazaré           | 13.04 | 9     |
| 3.59,94 |    | Oleksandra Sliposhch | S18 | 2007 | NDAP     | Leiria     | Quilómetro Jovem Distrital     | Nazaré           | 13.04 | 10    |
| 4.00,00 |    | Liliana Quedas       | S18 | 2008 | ACRM     | Lisboa     | Km Regional Jovem              | Jamor (N)        | 28.04 | 12    |
| 4.00,18 |    | Matilde Gonçalves    | S18 | 2007 | CRCDL    | Algarve    | Km Jovem Regional              | Albufeira        | 29.03 | 10    |
| 4.01,27 |    | Francisca Gonçalves  | S18 | 2008 | EAROS    | Braga      | Quilómetro Jovem Regional      | Braga            | 23.03 | 8     |
| 4.01,56 |    | Inês Saldanha        | S18 | 2008 | THA      | Santarém   | Km Jovem Distrital             | Fátima           | 06.04 | 6     |
| 4.02,26 |    | Margarida Rosado     | S18 | 2008 | JDN      | Beja       | Quilómetro Jovem Distrital     | Odemira          | 23.03 | 2     |
| 4.02,89 |    | Sophie Quintero      | S18 | 2007 | CAOB-A   | Aveiro     | Km Jovem Distrital             | Arada            | 06.04 | 3     |
| 4.03,03 |    | Iara Gomes           | S18 | 2008 | NSF      | Algarve    | Km Jovem Regional              | Albufeira        | 29.03 | 11    |
| 4.04,23 |    | Raquel Martins       | S18 | 2008 | PFC      | Setúbal    | Km Regional Jovem              | Seixal           | 06.04 | 8     |
| 4.04,26 |    | Mariana Faria        | S18 | 2007 | VFC      | Setúbal    | Km Regional Jovem              | Seixal           | 06.04 | 9     |
| 4.05,05 |    | Joana Ferreira       | S18 | 2008 | ACRVC    | Aveiro     | Km Jovem Distrital             | Arada            | 06.04 | 4     |
| 4.06,01 |    | Emily Lopes - BRA    | S18 | 2007 | CRCDL    | Algarve    | Km Jovem Regional              | Albufeira        | 29.03 | 12    |
| 4.06,57 |    | Joana Esteves        | S18 | 2008 | GDC-VC   | V. Castelo | Quilómetro Jovem 2024          | Viana do Castelo | 06.04 | 6     |
| 4.06,94 |    | Marta Machado        | S18 | 2007 | GDR      | Viseu      | Quilómetro Jovem               | Viseu            | 06.04 | 5     |
| 4.09,74 |    | Carolina Pacheco     | S18 | 2007 | ADECT    | Algarve    | Km Jovem Regional              | Albufeira        | 29.03 | 13    |
| 4.10,30 |    | Mariana Costa        | S18 | 2008 | FCC      | Beja       | Quilómetro Jovem Distrital     | Odemira          | 23.03 | 3     |
| 4.11,11 |    | Filipa Fogueiro      | S18 | 2008 | CDCFASA  | Guarda     | Quilómetro Distrital           | Guarda           | 17.03 | 1     |
| 4.12,15 |    | Matilde C Silva      | S18 | 2008 | JV       | Leiria     | Quilómetro Jovem Distrital     | Nazaré           | 13.04 | 11    |
| 4.12,34 |    | Maria Cristina       | S18 | 2008 | CBA-S    | Santarém   | Km Jovem Distrital             | Fátima           | 06.04 | 7     |
| 4.14,16 |    | Madalena Batista     | S18 | 2008 | ACB-L    | Leiria     | Quilómetro Jovem Distrital     | Nazaré           | 13.04 | 12    |
| 4.14,56 |    | Maya De Greef - BEL  | S18 | 2007 | CRCDL    | Algarve    | Km Jovem Regional              | Albufeira        | 29.03 | 14    |
| 4.16,29 |    | Clara Gaurishanker   | S18 | 2008 | ACRM     | Lisboa     | Km Regional Jovem              | Jamor (N)        | 28.04 | 13    |

|         |                           |     |      |         |            |                                       |                  |       |       |
|---------|---------------------------|-----|------|---------|------------|---------------------------------------|------------------|-------|-------|
| 4.16,43 | Vanessa Rdoslavova-B      | S18 | 2008 | CRAL    | Algarve    | Km Jovem Regional                     | Albufeira        | 29.03 | 15    |
| 4.16,47 | Francisca Gouveia         | S18 | 2008 | GDE     | Madeira    | Quilómetro Jovem Regional             | Ribeira Brava    | 17.02 | 6     |
| 4.17,38 | Aiko Numata - JPN         | S18 | 2007 | ACB-L   | Leiria     | Quilómetro Jovem Distrital            | Nazaré           | 13.04 | 13    |
| 4.19,28 | Gabriela Tchiesu - ANG    | S18 | 2008 | OCL     | Algarve    | Km Jovem Regional                     | Albufeira        | 29.03 | 16    |
| 4.20,99 | Laura Viegas              | S18 | 2008 | CRAL    | Algarve    | Km Jovem Regional                     | Albufeira        | 29.03 | 17    |
| 4.21,57 | Iara Alves                | S18 | 2008 | OCL     | Algarve    | Km Jovem Regional                     | Albufeira        | 29.03 | 18    |
| 4.23,07 | Marta Braz                | S18 | 2007 | JDN     | Beja       | Quilómetro Jovem Distrital            | Odemira          | 23.03 | 4     |
| 4.24,00 | Laura Damas               | S18 | 2007 | JDN     | Beja       | Quilómetro Jovem Distrital            | Odemira          | 23.03 | 5     |
| 4.25,30 | Madalena Rocha            | S18 | 2007 | ARPC    | Terceira   | Quilómetro Jovem da Ilha de São Jorge | Calheta          | 27.01 | 1     |
| 4.25,52 | Mariana Pratas            | S18 | 2007 | CLAC    | Santarém   | Km Jovem Distrital                    | Fátima           | 06.04 | 8     |
| 4.27,42 | Margarida Silva           | S18 | 2008 | CAF-SCF | Porto      | Quilómetro Jovem Regional             | Lousada          | 06.04 | 12    |
| 4.28,91 | Vera Gaspar               | S18 | 2008 | NDAP    | Leiria     | Quilómetro Jovem Distrital            | Nazaré           | 13.04 | 14    |
| 4.29,13 | Kristina Kliamar - UKR    | S18 | 2007 | JDN     | Beja       | Quilómetro Jovem Distrital            | Odemira          | 23.03 | 6     |
| 4.29,71 | Jéssica Martins           | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve    | Km Jovem Regional                     | Albufeira        | 29.03 | 19    |
| 4.31,67 | Luana Andrade             | S18 | 2007 | AJS     | Madeira    | Quilómetro Jovem Regional             | Ribeira Brava    | 17.02 | 7     |
| 4.33,51 | Íris Antunes              | S18 | 2008 | ADECT   | Algarve    | Km Jovem Regional                     | Albufeira        | 29.03 | 20    |
| 4.36,66 | Mariana Teixeira          | S18 | 2008 | AAM-M   | Madeira    | Quilómetro Jovem Regional             | Ribeira Brava    | 17.02 | 8     |
| 4.40,87 | pc Maria Nascimento - BRA | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Campeonato Regional de Inverno        | Jamor (CAR)      | 13.01 | Extra |
| 4.43,04 | Joana Soares              | S18 | 2008 | CYCL    | V. Castelo | Quilómetro Jovem 2024                 | Viana do Castelo | 06.04 | 6     |
| 4.45,26 | Raquel Lopes              | S18 | 2008 | THA     | Santarém   | Km Jovem Distrital                    | Fátima           | 06.04 | 9     |
| 5.00,88 | Catarina Neto             | S18 | 2008 | AMA-P   | Porto      | Quilómetro Jovem Regional             | Lousada          | 06.04 | 13    |
| 5.06,86 | Isabela Davidoaia         | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve    | Km Jovem Regional                     | Albufeira        | 29.03 | 21    |
| 5.18,10 | Silvia Soares             | S18 | 2008 | ARPC    | Terceira   | Quilómetro Jovem da Ilha de São Jorge | Calheta          | 27.01 | 2     |
| 5.47,10 | Mara Sousa                | S18 | 2008 | ARPC    | Terceira   | Quilómetro Jovem da Ilha de São Jorge | Calheta          | 27.01 | 3     |
| 6.26,21 | Luiza Cappi - BRA         | S18 | 2008 | ADECT   | Algarve    | Km Jovem Regional                     | Albufeira        | 29.03 | 22    |

Todas

## 1.500 metros

CEJ: 4.35,00 / RN: 4.21,03

Fernanda Ribeiro/FCP/Lisboa (N)/26.07.1986

| MARCA   | ATLETA               | ESC | ANO  | CLUBE  | AR         | COMPETIÇÃO                             | LOCAL           | DATA   | INFORM  |
|---------|----------------------|-----|------|--------|------------|--|-----------------|--------|---------|
| 4.28,09 | Maria de Jesus       | S18 | 2008 | ACB-L  | Leiria     | Campeonato da Europa Sub-18            | B. Bystrica-SVK | 18.07  | 8 EI 2  |
| 4.29,54 | Mariana Moreira      | S18 | 2008 | UDV    | Porto      | Campeonato da Europa Sub-18            | B. Bystrica-SVK | 18.07  | 8 EI 1  |
| 4.35,99 | Cátia Khvas          | S18 | 2007 | ADNO   | Lisboa     | Meeting Cidade de Lisboa               | Lisboa (U)      | 18.05  | 1 t     |
| 4.37,15 | Carolina Correia     | S18 | 2007 | SCP    | Lisboa     | Meeting de Braga                       | Braga           | 22.06  | Extra   |
| 4.52,66 | Catarina Brito       | S18 | 2007 | MAC    | Porto      | Campeonato Absoluto do Norte           | Braga           | 14.06  | 7 S 1 t |
| 4.52,79 | pc Lara Pereira      | S18 | 2008 | GAC-L  | Leiria     | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta   | Braga           | 24.02  | 2 S 1 t |
| 4.58,29 | pc Mariana Reis      | S18 | 2008 | ARLVG  | Porto      | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta   | Braga           | 24.02  | 5 S 1 t |
| 4.59,69 | Diana André          | S18 | 2008 | AABV   | Algarve    | Campeonato Nacional Clubes - Aptº      | Faro            | 01.06  | 14 t    |
| 5.00,23 | Rita Gomes           | S18 | 2007 | CFOD   | Porto      | Campeonato Absoluto do Norte           | Braga           | 14.06  | 9 S 1 t |
| 5.00,31 | pc Carolina Carvalho | S18 | 2006 | GDRJR  | Porto      | Campeonato Absoluto Norte P Coberta    | Braga           | 13.01  | 6 S 2 t |
| 5.02,73 | Eva Mota             | S18 | 2007 | AFS    | Lisboa     | Campeonato Regional Juvenis            | Almada          | 29.06  | 2       |
| 5.03,00 | pc Caetana Neves     | S18 | 2008 | ACDRA  | Leiria     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta   | Braga           | 04.02  | 1 S 1   |
| 5.03,97 | pc Júlia Allende     | S18 | 2007 | AABV   | Algarve    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta   | Braga           | 04.02  | 2 S 1   |
| 5.04,43 | Maria Rodrigues      | S18 | 2008 | LFC-F  | Braga      | Campeonato Nacional Sub18              | Beja            | 06.07  | 8 t     |
| 5.05,45 | Beatriz Gomes        | S18 | 2008 | ARLVG  | Porto      | I Noite Quente                         | Lousada         | 22.05  | 6 t     |
| 5.05,70 | pc Maria Machado     | S18 | 2008 | EAROS  | Braga      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta   | Braga           | 04.02  | 6 S 1 t |
| 5.07,29 | Ana Sofia Silva      | S18 | 2007 | PFC    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis            | Almada          | 29.06  | 4       |
| 5.07,96 | Rita Gaspar          | S18 | 2008 | SCP    | Lisboa     | Provas Extra                           | Jamor (P2)      | 06.01  | 3 S 1 t |
| 5.08,52 | Inês Almeida         | S18 | 2007 | EAROS  | Braga      | Provas Extra                           | Braga           | 12.05  | 2 t     |
| 5.09,89 | Maria Carolina Vidal | S18 | 2007 | ADLA   | Lisboa     | Campeonato Regional de Inverno         | Jamor (P2)      | 13.01  | 3 t     |
| 5.10,02 | Alexandra França     | S18 | 2007 | IND-LX | Lisboa     | Campeonato Regional S20                | Lisboa (AL)     | 006.07 | 5 S 1 t |
| 5.10,92 | Cristina Ramalho     | S18 | 2008 | CDUL   | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18              | Lisboa (AL)     | 11.05  | 2       |
| 5.11,88 | pc Maria Saltão      | S18 | 2007 | ACDRSQ | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal          | 20.01  | 6 S 1   |
| 5.12,13 | pc Michelle Elmer    | S18 | 2007 | CPPEA  | Setúbal    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta   | Braga           | 04.02  | 10 S 1  |
| 5.12,56 | Sofia Teixeira       | S18 | 2008 | ADL-P  | Porto      | Campeonato Absoluto do Norte           | Braga           | 14.06  | 4 S 2 t |
| 5.13,65 | Diana Franco         | S18 | 2008 | JIV-SM | S. Miguel  | Campeonato Regional de Absolutos       | Ponta Delgada   | 22.06  | 1 t     |
| 5.13,71 | Laura Lourenço       | S18 | 2008 | MCP    | Lisboa     | Provas Extra                           | Jamor (P2)      | 27.01  | 3 S 2   |
| 5.13,74 | Mariana Saltão       | S18 | 2007 | ACDRSQ | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18            | Coimbra         | 08.06  | 2       |
| 5.14,27 | Bianca Dias          | S18 | 2007 | UDV    | Porto      | I Noite Quente                         | Lousada         | 22.05  | 7 t     |
| 5.15,50 | Inês Veredas         | S18 | 2007 | SFRAA  | Lisboa     | Meeting da Liberdade                   | Lisboa (I)      | 25.04  | 7 t     |
| 5.18,13 | Mariana Beja         | S18 | 2008 | CYCL   | V. Castelo | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada         | 29.06  | 1 S 1   |
| 5.19,53 | Vitória Braga        | S18 | 2007 | SCP    | Lisboa     | Meeting da Liberdade                   | Lisboa (I)      | 25.04  | 10 t    |
| 5.21,83 | Sofia Souto          | S18 | 2008 | CYCL   | V. Castelo | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada         | 29.06  | 2 S 1   |
| 5.21,93 | Leonor Alves         | S18 | 2008 | SCP    | Lisboa     | Provas Extra                           | Lisboa (AL)     | 13.04  | 4 t     |
| 5.22,20 | Ana Pereira          | S18 | 2008 | EAROS  | Braga      | Provas Extra                           | Braga           | 12.05  | 4 t     |
| 5.23,08 | Luciana Miranda      | S18 | 2008 | CDCNAV | Porto      | II Noite Atlética                      | Braga           | 03.07  | Extra   |
| 5.25,08 | Débora Martins       | S18 | 2008 | CSM    | Madeira    | Torneio de Preparação                  | Ribeira Brava   | 27.01  | 1       |
| 5.27,74 | Matilde Ferreira     | S18 | 2008 | JDAL   | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Almeirim        | 20.01  | 1       |

|         |    |                       |      |      |          |           |  |                 |       |          |
|---------|----|-----------------------|------|------|----------|-----------|--|-----------------|-------|----------|
| 5.28,24 |    | Inês Francisco        | S18  | 2007 | IFC      | Lisboa    | Provas Extra                           | Jamor (P2)      | 27.01 | 6 S 2    |
| 5.28,64 |    | Maria Correia         | S18  | 2008 | SCP      | Lisboa    | Provas Extra                           | Lisboa (AL)     | 13.04 | 5 t      |
| 5.33,00 |    | Maria Inês Rufino     | S18  | 2007 | CDEM-S   | Santarém  | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Almeirim        | 20.01 | 2        |
| 5.33,78 |    | Mafalda Anjos         | S18  | 2008 | ADNO     | Lisboa    | Provas Extra                           | Jamor (P2)      | 27.01 | 7 S 2    |
| 5.34,24 |    | Ana Cruz              | S18  | 2007 | GRQL     | Setúbal   | Campeonato Regional Clubes Inverno     | Seixal          | 06.01 | 6 t      |
| 5.34,84 |    | Daniela Oliveira      | S18  | 2007 | ACRVC    | Aveiro    | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Luso            | 17.02 | 4 t      |
| 5.35,51 | pc | Beatriz Leão          | S18  | 2007 | ARLVG    | Porto     | Campeonato Absoluto do Norte           | Braga           | 14.05 | 11 S 2 t |
| 5.37,36 |    | Inês Cotrim           | S18  | 2008 | THA      | Santarém  | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Almeirim        | 03.02 | 2 t      |
| 5.38,21 | pc | Catarina Mourão       | S18  | 2007 | CFOD     | Porto     | Campeonato Absoluto Norte P Coberta    | Braga           | 13.01 | 9 S 1 t  |
| 5.38,44 |    | Mariana Costa         | S18  | 2007 | GSDS     | Lisboa    | Campeonato Regional Sub18              | Lisboa (AL)     | 11.05 | 8        |
| 5.40,35 |    | Ana Beatriz Sousa     | S18  | 2008 | ADCCJC   | Aveiro    | Meeting Renato Silva                   | Vagos           | 12.05 | 8 S 2 t  |
| 5.41,43 |    | Raquel Martins        | S18  | 2008 | AABV     | Algarve   | Campeonato Regional Sub 20             | Faro            | 08.06 | 1 t      |
| 5.42,11 |    | Madalena Anjos        | S18  | 2008 | ADNO     | Lisboa    | Campeonato Regional Sub18              | Lisboa (AL)     | 11.05 | 9        |
| 5.45,09 |    | Miriam Lourenço       | S18  | 2008 | CMP      | Coimbra   | Campeonato Distrital Absoluto          | Coimbra         | 22.06 | 3 t      |
| 5.47,14 |    | Matilde Mestre        | S18  | 2008 | COP      | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024    | Lagoa           | 20.01 | 4 t      |
| 5.47,72 |    | Rita Rocha            | S18  | 2008 | CAF-SCF  | Porto     | II Meeting Pedro Gonçalves             | Porto (Ramalde) | 07.07 | 4 t      |
| 5.48,04 |    | Ana Ferreira          | S18  | 2008 | CDP      | Porto     | Meeting António Ferreira               | Porto (Ramalde) | 01.05 | 3        |
| 5.48,16 |    | Lara Neves            | S18  | 2007 | ACDRSQ   | Coimbra   | Torneio Vila de Febres                 | Febres          | 12.05 | 2 t      |
| 5.48,60 |    | Ariana Lopes          | S18  | 2008 | ADNO     | Lisboa    | Meeting António Fortunato              | Torres Vedras   | 07.04 | 7        |
| 5.50,17 |    | Iara Gomes            | S18  | 2008 | NSF      | Algarve   | Campeonato Regional Absoluto           | Lagoa           | 22.06 | 3 t      |
| 5.51,01 |    | Catarina Santos       | S18  | 2008 | CBF      | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024    | Lagoa           | 20.01 | 5 t      |
| 5.51,05 |    | Leonor Batata         | S18  | 2007 | CPA-S    | Santarém  | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Almeirim        | 03.02 | 3 t      |
| 5.52,60 |    | Sofia Silva           | S18  | 2008 | SPF      | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024    | Lagoa           | 20.01 | 6 t      |
| 5.54,97 | pc | Francisca Amado       | S18  | 2008 | CPTSC    | Coimbra   | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta  | Pombal          | 13.01 | 3 t      |
| 5.55,01 |    | Raquel Caetano        | S18  | 2008 | CRCDL    | Algarve   | Campeonato Regional Sub 20             | Faro            | 08.06 | 3 t      |
| 5.55,59 |    | Anamar Pereira        | S18  | 2008 | ESCMOV   | Porto     | Meeting António Ferreira               | Porto (Ramalde) | 01.05 | 4        |
| 5.55,67 |    | Sofia Reis            | S18  | 2007 | CDOL     | S. Miguel | Campeonato AASM de Juvenis             | Ponta Delgada   | 14.06 | 2        |
| 5.56,21 |    | Inês Cunha            | S18  | 2008 | QFC      | Setúbal   | Campeonato Regional Juvenis            | Almada          | 29.06 | 8        |
| 5.56,27 |    | Victória Possante     | S18  | 2008 | CDQ      | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024    | Lagoa           | 20.01 | 8 t      |
| 5.59,89 |    | Sofia Meira           | S18  | 2007 | SLA      | Setúbal   | Campeonato Regional Clubes Inverno     | Seixal          | 06.01 | 7 t      |
| 5.59,95 |    | Ana Soares            | S18  | 2008 | EAROS    | Braga     | Provas Extra                           | Braga           | 12.05 | 5 t      |
| 6.00,28 |    | Rita Páscoa           | S18  | 2008 | AABV     | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024    | Lagoa           | 20.01 | 10 t     |
| 6.00,85 |    | Beatriz Martins       | S18  | 2007 | CAP-L    | Lisboa    | 1ª Jornada de Torres                   | Torres Vedras   | 20.01 | 2 S 1    |
| 6.01,39 |    | Luna Rodrigues        | S18  | 2008 | CPA-S    | Santarém  | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Almeirim        | 03.02 | 4 t      |
| 6.03,08 |    | Mariana Filipe        | S18  | 2007 | AAM      | Lisboa    | 1ª Jornada de Torres                   | Torres Vedras   | 20.01 | 3 S 1    |
| 6.03,30 |    | Alexandra Tadeu       | S18  | 2008 | IFC      | Lisboa    | Meeting da Liberdade                   | Lisboa (I)      | 25.04 | 11 t     |
| 6.03,62 | pc | Lara Alho             | S18  | 2007 | JV       | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal          | 20.01 | 10 S 1   |
| 6.05,06 |    | Marta Belchior        | S18  | 2008 | SCUT     | Lisboa    | 1ª Jornada de Torres                   | Torres Vedras   | 20.01 | 4 S 1    |
| 6.06,73 |    | Carolina Miguel       | S18  | 2007 | A 20 Km  | Santarém  | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Almeirim        | 20.01 | 5        |
| 6.07,02 |    | Diana Carneiro        | S18  | 2007 | ACDRSQ   | Coimbra   | Torneio Vila de Febres                 | Febres          | 12.05 | 3 t      |
| 6.08,07 |    | Ana Beatriz Pereira   | S18  | 2007 | ADRAP    | Madeira   | Campeonato Regional Sub 20             | Ribeira Brava   | 28.06 | 2 t      |
| 6.10,40 |    | Liliana Quedas        | S18  | 2008 | ACRM     | Lisboa    | 1ª Jornada de Torres                   | Torres Vedras   | 20.01 | 5 S 1    |
| 6.10,56 |    | Sofia Venda           | S18  | 2007 | CPRAB    | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 20            | Leiria          | 22.06 | 2        |
| 6.12,41 |    | Camila Fonseca        | S18  | 2008 | AACC     | Setúbal   | Campeonato Regional Clubes Inverno     | Seixal          | 06.01 | 8 t      |
| 6.12,86 |    | Madalena Miguel       | S18  | 2008 | EAMT     | Setúbal   | Campeonato Regional Juvenis            | Almada          | 29.06 | 10       |
| 6.14,17 |    | Matilde Duarte Ruivo  | S18  | 2008 | CANAZ    | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 20            | Leiria          | 22.06 | 3        |
| 6.18,16 |    | Mariana Cruz          | S18  | 2007 | CACOD    | Braga     | Provas Extra                           | Braga           | 12.05 | 6 t      |
| 6.25,15 |    | Raquel Martins        | S18  | 2008 | PFC      | Setúbal   | Campeonato Regional Juvenis            | Almada          | 29.06 | 11       |
| 6.27,68 |    | Lara Bastos           | S18  | 2008 | ACRVC    | Aveiro    | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Luso            | 17.02 | 7 t      |
| 6.28,97 |    | Mariana Faria         | S18  | 2007 | VFC      | Setúbal   | Provas Extra                           | Seixal          | 17.02 | 3 t      |
| 6.31,99 |    | Beatriz Viegas        | S18  | 2007 | CAF-SCF  | Porto     | II Meeting Pedro Gonçalves             | Porto (Ramalde) | 07.07 | 5 t      |
| 6.33,32 |    | Francisca Gonçalves   | Ss18 | 2008 | EAROS    | Braga     | Provas Extra                           | Braga           | 12.05 | 7 t      |
| 6.35,35 |    | Leonor Soares         | S18  | 2008 | GDE      | Madeira   | Campeonato Regional de Inverno         | Ribeira Brava   | 06.01 | 5 t      |
| 6.35,80 |    | Carolina Sousa        | S18  | 2008 | CAMG     | Leiria    | Campeonato Nacional 3ª Divisão         | Abrantes        | 13.07 | 8 t      |
| 6.37,84 |    | Ana Barros - BRA      | S16  | 2009 | CFOD     | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada         | 29.06 | 11 S 1 t |
| 6.41,63 |    | Bruna Augusto         | S18  | 2008 | SCUT     | Lisboa    | 1ª Jornada de Torres                   | Torres Vedras   | 20.01 | 6 S 1    |
| 6.41,84 |    | Mariana Mouta         | S18  | 2008 | ACRVC    | Aveiro    | Campeonato Distrital Sub 23 Inverno    | Vagos           | 13.01 | 8 t      |
| 6.45,15 |    | Margarida Menino      | S18  | 2008 | GDR      | Viseu     | Campeonato Distrital de Inverno        | Viseu           | 27.01 | 2 t      |
| 6.47,42 |    | Vanessa Radoslavova-B | S18  | 2008 | CRAL     | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024    | Lagoa           | 20.01 | 18 t     |
| 6.55,20 |    | Mafalda Pombo         | S18  | 2008 | GDR      | Viseu     | Campeonato Distrital de Inverno        | Viseu           | 27.01 | 3 t      |
| 7.00,50 |    | Marta Araújo          | S18  | 2008 | URJFF    | Setúbal   | Provas Extra                           | Seixal          | 17.02 | 4 t      |
| 7.01,73 |    | Amália Brito          | S18  | 2008 | CBF      | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024    | Lagoa           | 20.01 | 19 t     |
| 7.05,58 |    | Ana Viana             | S18  | 2008 | CBF      | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024    | Lagoa           | 20.01 | 20 t     |
| 7.11,64 |    | Luna Andrade          | S18  | 2007 | AJS      | Madeira   | Campeonato Regional Sub 18             | Ribeira Brava   | 22.06 | 5        |
| 7.13,60 |    | Laura Viegas          | S18  | 2008 | CRAL     | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024    | Lagoa           | 20.01 | 21 t     |
| 7.13,99 |    | Margarida Silva       | S18  | 2008 | CAF-SCF  | Porto     | II Meeting Pedro Gonçalves             | Porto (Ramalde) | 07.07 | 6 t      |
| 7.19,85 |    | Liz Ferreira          | S18  | 2008 | RUNRIVER | Porto     | Meeting António Ferreira               | Porto (Ramalde) | 01.05 | 6        |
| 7.22,55 |    | Mariana Teixeira      | S18  | 2008 | AAM-M    | Madeira   | Campeonato Regional Sub 18             | Ribeira Brava   | 22.06 | 6        |
| 7.30,85 |    | Isabela Santos        | S18  | 2008 | AJPINA   | Lisboa    | Meeting da Liberdade                   | Lisboa (I)      | 25.04 | 14 t     |

|         |                        |     |      |       |            |                                   |                  |       |      |
|---------|------------------------|-----|------|-------|------------|-----------------------------------|------------------|-------|------|
| 7.30,93 | Laura Crasto           | S18 | 2008 | ADBAR | V. Castelo | Pista em Janeiro                  | Viana do Castelo | 27.01 | 6    |
| 7.37,78 | Maria Nascimento - BRA | S18 | 2008 | SCE   | Aveiro     | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Vagos            | 01.06 | 26 t |

Todas

### 3.000 metros

CEJ: 9.46,00 / RN: 9.09,39

Fernanda Ribeiro/FCP/Atenas (GRE)/19.07.1986

| MARCA    | ATLETA               | ESC | ANO  | CLUBE   | AR         | COMPETIÇÃO                              | LOCAL          | DATA  | INFORM  |
|----------|----------------------|-----|------|---------|------------|---|----------------|-------|---------|
| 9.46,42  | pc Cátia Khvas       | S18 | 2007 | ADNO    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta    | Braga          | 25.02 | 2 t     |
| 9.58,27  | Carolina Correia     | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | 3º Meeting Cidade de Évora              | Évora          | 08.06 | 3 t     |
| 10.30,31 | pc Fátima Silva      | S18 | 2007 | CBPAR   | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta    | Braga          | 04.02 | 2       |
| 10.32,06 | pc Beatriz Almeida   | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta    | Braga          | 04.02 | 3       |
| 10.36,85 | Catarina Brito       | S18 | 2007 | MAC     | Porto      | Provas Extra                            | Lousada        | 12.05 | 3 t     |
| 10.46,90 | Rita Gomes           | S18 | 2007 | CFOD    | Porto      | Campeonato Nacional Sub18               | Beja           | 07.07 | 4       |
| 10.47,12 | pc Lara Roque        | S18 | 2008 | AABV    | Algarve    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta    | Braga          | 04.02 | 4       |
| 10.52,46 | pc Caetana Neves     | S18 | 2008 | ACDRA   | Leiria     | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap       | Pombal         | 27.01 | 15 t    |
| 10.53,81 | Maria Rodrigues      | S18 | 2008 | LFC-F   | Braga      | Campeonato Nacional Sub18               | Beja           | 07.07 | 5       |
| 10.54,75 | pc Júlia Allende     | S18 | 2007 | AABV    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta    | Braga          | 04.02 | 6       |
| 10.55,61 | pc Mariana Saltão    | S18 | 2007 | ACDRSQ  | Coimbra    | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta    | Braga          | 25.02 | 11 t    |
| 11.01,34 | Beatriz Gomes        | S18 | 2008 | ARLVG   | Porto      | Provas Extra                            | Lousada        | 12.05 | 7 t     |
| 11.12,18 | Inês Veredas         | S18 | 2007 | SFRAA   | Lisboa     | Meeting do Trabalhador                  | Lisboa (I)     | 01.05 | 4 S 2 t |
| 11.14,44 | Inês Almeida         | S18 | 2007 | EAROS   | Braga      | Campeonato Nacional Sub18               | Beja           | 07.07 | 7       |
| 11.22,21 | pc Maria Machado     | S18 | 2008 | EAROS   | Braga      | Torneio Jovem do Norte                  | Braga          | 17.02 | 1       |
| 11.26,06 | Inês Francisco       | S18 | 2007 | IFC     | Lisboa     | Meeting do Trabalhador                  | Lisboa (I)     | 01.05 | 6 S 2 t |
| 11.26,66 | pc Bianca Dias       | S18 | 2007 | UDV     | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta    | Braga          | 04.02 | 11      |
| 11.28,00 | Leonor Alves         | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub18               | Beja           | 07.07 | 9       |
| 11.33,95 | Vitória Braga        | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Meeting do Trabalhador                  | Lisboa (I)     | 01.05 | 7 S 2 t |
| 11.36,68 | Sofia Souto          | S18 | 2008 | CYCL    | V. Castelo | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada        | 30.06 | 2       |
| 11.37,32 | Carolina Carvalho    | S18 | 2008 | GDRJR   | Porto      | I Noite Atlético                        | Braga          | 29.05 | Extra   |
| 11.39,34 | Rita Gaspar          | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | III Meeting Cidade de Évora             | Évora          | 08.06 | Extra   |
| 11.40,94 | Ana Sofia Silva      | S18 | 2007 | PFC     | Setúbal    | Campeonato Regional de Juniores         | Seixal         | 18.07 | 2 t     |
| 12.00,81 | Letícia Magalhães    | S18 | 2007 | VFC     | Setúbal    | Campeonato Regional de Inverno          | Setúbal        | 14.01 | 3 t     |
| 12.05,91 | Ana Santos           | S18 | 2007 | CFC-M   | Madeira    | Torneio de Preparação                   | Ribeira Brava  | 22.05 | 2 t     |
| 12.09,70 | Cristina Ramalho     | S18 | 2008 | CDUL    | Lisboa     | Campeonato Regional S18                 | Lisboa (AL)    | 12.05 | 2       |
| 12.20,23 | Inês Cotrim          | S18 | 2008 | THA     | Santarém   | Campeonato Distrital de Inverno 2024    | Almeirim       | 03.02 | 1 t     |
| 12.21,88 | Maria Mouta          | S18 | 2008 | VFC     | Setúbal    | Campeonato Regional de Inverno          | Setúbal        | 14.01 | 4 t     |
| 12.22,91 | Maria Inácio         | S18 | 2008 | COP     | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa          | 30.06 | 2       |
| 12.26,19 | Maria Inês Rufino    | S18 | 2007 | CDEM-S  | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno  | Almeirim       | 21.01 | 1       |
| 12.34,32 | Ana Ferreira         | S18 | 2008 | CDP     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada        | 30.06 | 3       |
| 12.34,68 | Luciana Miranda      | s18 | 2008 | CDCNAV  | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada        | 30.06 | 4       |
| 12.36,24 | Raquel Martins       | S18 | 2008 | AABV    | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa          | 30.06 | 3       |
| 12.36,72 | Daniela Oliveira     | S18 | 2007 | ACRVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024    | Luso           | 18.02 | 2 t     |
| 12.39,74 | pc Sofia Costa       | S18 | 2008 | ARC-EAC | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal         | 21.01 | 2       |
| 12.41,31 | Rita Rocha           | S18 | 2008 | CAF-SCF | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada        | 30.06 | 5       |
| 12.47,71 | Miriam Lourenço      | S18 | 2008 | CMP-C   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18             | Coimbra        | 10.06 | 2       |
| 12.48,94 | Leonor Batata        | S18 | 2007 | CPA-S   | Santarém   | Campeonato Distrital de Inverno 2024    | Almeirim       | 03.02 | 2 t     |
| 12.51,79 | Matilde Mestre       | S18 | 2008 | COP     | Algarve    | Campeonato Regional Sub-20              | Lagoa          | 30.06 | 4       |
| 13.10,68 | Sofia Reis           | S18 | 2007 | CDOL    | S. Miguel  | Campeonato Regional Sub 18              | Ponta Delgada  | 23.06 | 1       |
| 13.11,60 | Inês Cunha           | S18 | 2008 | QFC     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis             | Almada         | 30.06 | 3       |
| 13.18,07 | pc Anamar Pereira    | S18 | 2008 | ESCMOV  | Porto      | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap       | Braga          | 27.01 | 24 t    |
| 13.35,81 | Clarisse Catanho     | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18              | Ribeira Brava  | 23.06 | 1       |
| 13.38,58 | Catarina Oliveirra   | S18 | 2008 | GSDS    | Lisboa     | Campeonato Regional S18                 | Lisboa (AL)    | 12.05 | 3       |
| 13.43,04 | Rita Páscoa          | S18 | 2008 | AABV    | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18              | Lagoa          | 30.06 | 5       |
| 13.50,50 | Matilde Duarte Ruivo | S18 | 2008 | CANAZ   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18             | Leiria         | 30.06 | 1       |
| 14.00,52 | Sandriana Costa      | S18 | 2007 | CYCL    | V. Castelo | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada        | 30.06 | 6       |
| 14.06,61 | Nádia Morais         | S18 | 2007 | HMGs    | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18             | Vagos          | 09.06 | 1       |
| 14.08,07 | pc Leonor Gomes      | S18 | 2008 | NDAP    | Leiria     | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal         | 13.01 | 6 t     |
| 14.09,60 | Carolina Miguel      | S18 | 2007 | A 20 Km | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno  | Almeirim       | 21.01 | 3       |
| 14.14,24 | Clara Botelho        | S18 | 2007 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato da AASM de Meio-Fundo        | Ponta Delgada  | 16.03 | 2       |
| 14.30,85 | Beatriz Viegas       | S18 | 2007 | CAF-SCF | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada        | 30.06 | 7       |
| 14.34,53 | Silvia Jesus         | S18 | 2007 | AJS     | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18              | Ribeira Brava  | 23.06 | 2       |
| 14.35,65 | Margarida Silva      | S18 | 2008 | CAF-SCF | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada        | 30.06 | 8       |
| 14.43,58 | Mariana Faria        | S18 | 2007 | VFC     | Setúbal    | Campeonato Regional de Inverno          | Setúbal        | 14.01 | 5 t     |
| 15.21,00 | Dawene Reis - BRA    | S18 | 2008 | ACM-A   | Terceira   | Campeonato de Pista de Meio-Fundo       | Angra Heroísmo | 27.01 | 1       |
| 15.24,53 | Leonor Soares        | S18 | 2008 | GDE     | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18              | Ribeira Brava  | 23.06 | 3       |
| 15.46,36 | Aiko Numata - JPN    | S18 | 2007 | ACB-L   | Leiria     | Campeonato Nacional Clubes - Aptº       | Vagos          | 32 t  | 18 t    |
| 15.50,57 | Laura Silveira       | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato da AASM de Meio-Fundo        | Ponta Delgada  | 16.03 | 3       |
| 15.57,56 | Catarina Ribeiro     | S18 | 2007 | JV      | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18             | Leiria         | 30.06 | 2       |
| 16.10,48 | pc Madalena Batista  | S18 | 2008 | ACB-L   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal         | 21.01 | 3       |

## 2.000m Obstáculos (0,76)

CEJ: 7.14,00 / RN: 6.48,85

Carla Salomé Rocha/FCV/Braga/02.06.2007

| MARCA    | ATLETA               | ESC | ANO  | CLUBE  | AR       | COMPETIÇÃO                  | LOCAL           | DATA  | INFORM  |
|----------|----------------------|-----|------|--------|----------|-----------------------------|-----------------|-------|---------|
| 6.59,59  | Cátia Khvas          | S18 | 2007 | ADNO   | Lisboa   | Campeonato da Europa Sub-18 | B. Bystrica-SVK | 18.07 | 13 EI 1 |
| 7.30,12  | Rita Gomes           | S18 | 2007 | CFOD   | Porto    | Campeonato do Norte Sub 18  | Lousada         | 29.06 | 1       |
| 7.36,62  | Carolina Carvalho    | S18 | 2008 | GDRJR  | Porto    | Campeonato do Norte Sub 18  | Lousada         | 29.06 | 2       |
| 7.38,41  | Caetana Neves        | S18 | 2008 | ACDRA  | Leiria   | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 06.07 | 3       |
| 7.47,34  | Leonor Alves         | S18 | 2008 | SCP    | Lisboa   | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 06.07 | 4       |
| 8.07,15  | Ana Santos           | S18 | 2007 | CFC    | Madeira  | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 06.07 | 6       |
| 8.09,55  | Vitória Braga        | S18 | 2007 | SCP    | Lisboa   | Campeonato Regional Sub18   | Lisboa (AL)     | 11.05 | 3       |
| 8.11,78  | Rita Gaspar          | S18 | 2008 | SCP    | Lisboa   | Campeonato Nacional Juvenis | Almada          | 29.06 | 1       |
| 8.20,82  | Ana Ferreira         | S18 | 2008 | CDP    | Porto    | Campeonato do Norte Sub 18  | Lousada         | 29.06 | 3       |
| 8.25,72  | Beatriz Leão         | S18 | 2007 | ARLVG  | Porto    | Campeonato do Norte Sub 18  | Lousada         | 29.06 | 4       |
| 8.36,26  | Miriam Lourenço      | S18 | 2008 | CMP-C  | Coimbra  | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 06.07 | 11      |
| 8.49,50  | Luísa Conde          | S18 | 2008 | THA    | Santarém | Campeonato Distrital Sub 18 | Rio Maior       | 08.06 | 2       |
| 8.56,68  | Clara Costa          | S18 | 2008 | LFC-F  | Braga    | Torneio de Preparação       | Braga           | 20.04 | 1       |
| 8.56,74  | Luciana Miranda      | S18 | 2008 | CDCNAV | Porto    | Torneio de Preparação       | Braga           | 20.04 | Extra   |
| 9.04,66  | Érica Dias           | S18 | 2007 | CDUL   | Lisboa   | Campeonato Regional Sub18   | Lisboa (AL)     | 11.05 | 5       |
| 9.05,19  | Matilde Mestre       | S18 | 2008 | COP    | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18  | Faro            | 29.06 | 1       |
| 9.07,91  | Francisca Amado      | S18 | 2008 | CPTSC  | Coimbra  | Campeonato Distrital Sub 18 | Coimbra         | 08.06 | 1       |
| 9.24,17  | Ana Cruz             | S18 | 2007 | GRQL   | Setúbal  | Campeonato Regional Juvenis | Almada          | 29.06 | 2       |
| 9.26,58  | Raquel Caetano       | S18 | 2008 | CRCDL  | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18  | Faro            | 29.06 | 2       |
| 9.36,21  | Matilde Duarte Ruivo | S18 | 2008 | CANAZ  | Leiria   | Campeonato Distrital Sub 18 | Leiria          | 29.06 | 3       |
| 9.45,10  | Leonor Batista       | S18 | 2007 | CPA-S  | Santarém | Campeonato Distrital Sub 18 | Rio Maior       | 08.06 | 3       |
| 9.48,67  | Marta Belchior       | S18 | 2008 | SCUT   | Lisboa   | Meeting Jovem CAOESTE       | Torres Vedras   | 17.02 | 1       |
| 9.58,42  | Luana Cunha          | S18 | 2008 | UDV    | Porto    | Campeonato do Norte Sub 18  | Lousada         | 29.06 | 6       |
| 11.12,59 | Diana Abreu - ANG    | S18 | 2008 | GRQL   | Setúbal  | Campeonato Regional Juvenis | Almada          | 29.06 | 3       |
| 11.16,71 | Mariana Ferreira     | S18 | 2008 | CDP    | Porto    | Campeonato do Norte Sub 18  | Lousada         | 29.06 | 7       |
| 11.45,10 | Filipa Moita         | S18 | 2007 | JV     | Leiria   | Campeonato Distrital Sub 18 | Leiria          | 29.06 | 4       |

Todas

## 100m Barreiras (0,76)

CEJ: 14,25 / RN: 13,07

Marisa Vaz Carvalho/SLB/Tbilisi (GEO)/15.07.2016

| MARCA | V    | ATLETA               | ESC | ANO  | CLUBE  | AR        | COMPETIÇÃO                      | LOCAL           | DATA  | INFORM   |
|-------|------|----------------------|-----|------|--------|-----------|---------------------------------|-----------------|-------|----------|
| 13,49 | 1,7  | Madalena Sampaio     | S18 | 2008 | AFS    | Lisboa    | Athletics Youth Meeting SLB     | Lisboa (AL)     | 03.07 | 1        |
| 13,82 | 0,6  | Tatiana Almeida      | S18 | 2007 | SLB    | Lisboa    | Campeonato Nacional Sub18       | Beja            | 07.07 | 1 EI 1   |
| 13,94 | 0,2  | Natacha Candé        | S18 | 2007 | JIV-SM | S. Miguel | Campeonato da Europa Sub-18     | B. Bystrica-SVK | 18.07 | HEP      |
| 13,99 | 0,2  | Iara Vacondes        | S18 | 2008 | GDIB   | Setúbal   | Encontro Lisboa - Madrid        | Lisboa (AL)     | 01.06 | Extra    |
| 14,20 | 0,9  | Anamar Jorge         | S16 | 2009 | JIV-SM | S. Miguel | Campeonato Nacional Sub18       | Beja            | 07.07 | 2 EI 3 t |
| 14,51 | 0,8  | Sara Ferreira        | S16 | 2009 | VTSC   | Braga     | Campeonato do Norte Sub 18      | Lousada         | 30.06 | 1 EI 1 t |
| 14,69 | 1,0  | Inês Pedro           | S18 | 2008 | AMONT  | Braga     | Provas Extra                    | Braga           | 26.05 | 1        |
| 14,76 | 1,8  | Laura Moreira        | S18 | 2007 | VTSC   | Braga     | Campeonato Nacional Sub18       | Beja            | 07.07 | 2 EI 1   |
| 14,86 | 0,6  | Rita Moreira         | S18 | 2008 | CAP    | Porto     | Campeonato Nacional Sub18       | Beja            | 07.07 | 4 F      |
| 14,92 | 0,3  | Laura Agostinho      | S16 | 2009 | IND-S  | Santarém  | THE FICEP - FISEC GAMES         | Bucaresta - ROM | 18.07 | 1 EI 1   |
| 15,22 | 1,8  | Inês Vila            | S16 | 2009 | SCP    | Lisboa    | Campeonato Nacional Sub18       | Beja            | 07.07 | 3 EI 1 t |
| 15,24 | 1,7  | Maria do Carmo Lúcio | S18 | 2008 | AFS    | Lisboa    | Athletics Youth Meeting SLB     | Lisboa (AL)     | 03.07 | 2        |
| 15,28 | 0,4  | Leonor Freitas       | S16 | 2009 | ESCMOV | Porto     | Campeonato Nacional Sub18       | Beja            | 07.07 | 3 EI 2 t |
| 15,36 | 1,8  | Lara Simões          | S16 | 2010 | CPPEA  | Setúbal   | Campeonato Nacional Sub18       | Beja            | 07.07 | 4 EI 1 t |
| 15,44 | 0,9  | Katerina Quinn - GBR | S18 | 2008 | JV     | Leiria    | Campeonato Nacional Sub18       | Beja            | 07.07 | 3 EL 3   |
| 15,48 | -2,8 | Carolina Frada       | S18 | 2007 | CFOD   | Porto     | Torneio Olímpico Jovem Regional | Lousada         | 05.05 | 1        |
| 15,74 | -0,4 | Antónia Freitas      | S16 | 2009 | ASCV   | Coimbra   | Campeonato Distrital Sub 18     | Coimbra         | 08.06 | 1        |
| 15,74 | 1,8  | Maria Luís Silva     | S18 | 2007 | GRECA  | Aveiro    | Campeonato Nacional Sub18       | Beja            | 07.07 | 5 EI 1   |
| 15,86 | 0,2  | Madalena Tavares     | S18 | 2007 | SCP    | Lisboa    | Encontro Lisboa - Madrid        | Lisboa (AL)     | 01.06 | 5 S 1    |
| 15,88 | 0,9  | Rita Martins         | S18 | 2007 | CPPEA  | Setúbal   | Campeonato Nacional Sub18       | Beja            | 07.07 | 4 EI 3   |
| 15,90 | -0,3 | Aminata Baldé - GBS  | S16 | 2009 | SLB    | Lisboa    | Encontro Lisboa - Madrid        | Lisboa (AL)     | 01.06 | 1 S 2 t  |
| 15,93 | 0,4  | Ana Miguel Silva     | S16 | 2010 | GRECA  | Aveiro    | Campeonato Nacional Sub18       | Beja            | 07.07 | 4 EI 2 t |
| 15,98 | 1,8  | Rita Moura           | S16 | 2009 | CASJ   | Algarve   | Campeonato Nacional Sub18       | Beja            | 07.07 | 6 EI 1 t |
| 16,02 | 0,9  | Bruna Xavier         | S18 | 2008 | CASJ   | Algarve   | Campeonato Nacional Sub18       | Beja            | 07.07 | 5 EI 3   |
| 16,14 | -1,2 | Sara Camolas         | S18 | 2007 | PFC    | Setúbal   | Campeonato Regional Juvenis     | Almada          | 30.06 | 1 EI 3   |
| 16,16 | -2,8 | Simone Morim         | S18 | 2007 | ACFR   | Porto     | Torneio Olímpico Jovem Regional | Lousada         | 05.05 | 3        |
| 16,20 | 0,2  | Marta Feliciano      | S18 | 2008 | JV     | Leiria    | Encontro Lisboa - Madrid        | Lisboa (AL)     | 01.06 | Extra    |
| 16,23 | 0,1  | Alice Varino         | S18 | 2008 | GDP-L  | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18     | Leiria          | 30.06 | 3 EI 1   |
| 16,43 | 1,8  | Margarida Carmo      | S18 | 2007 | AMAC   | Lisboa    | Campeonato Regional S18         | Lisboa (AL)     | 12.05 | 4        |
| 16,63 | 0,7  | Petra Dumont         | S16 | 2009 | JV     | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18     | Leiria          | 30.06 | 1 EI 2   |
| 16,71 | -0,1 | Beatriz Pereira      | S18 | 2007 | ADRAP  | Madeira   | Campeonato Regional Sub 18      | Ribeira Brava   | 23.06 | 1        |

|       |      |                          |     |      |          |            |  |                  |       |          |
|-------|------|--------------------------|-----|------|----------|------------|--|------------------|-------|----------|
| 16,71 | 1,4  | Diana Vilar              | S18 | 2008 | NAC      | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 27.04 | HEP      |
| 16,76 | 1,4  | Francisca Silva          | S16 | 2010 | CLAC     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior        | 08.06 | 2 t      |
| 16,80 | -1,0 | Bruna Ruela              | S18 | 2007 | PLF      | Braga      | Atleta Completo Regional               | Braga            | 06.04 | HEP      |
| 16,82 | 1,8  | Filipa Carvalho          | S16 | 2009 | SLA      | Setúbal    | Campeonato Nacional Sub18              | Beja             | 07.07 | 7 EI 1 t |
| 16,82 | -0,1 | Sara Fernandes           | S18 | 2007 | AJS      | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18             | Ribeira Brava    | 23.06 | 2        |
| 16,92 | 0,7  | Madalena Moura           | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria           | 30.06 | Extra    |
| 16,94 | 0,4  | Maria Camolas            | S18 | 2007 | PFC      | Setúbal    | Olímpico Jovem Regional                | Almada           | 05.05 | 1 S 1    |
| 16,95 | 0,8  | Margarida Oliveira       | s16 | 2009 | LAVRA    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 30.06 | 3 EI 1 t |
| 17,06 | -1,2 | Ruth Lima - BRA          | S18 | 2007 | CCSJM    | Aveiro     | Olímpico Jovem Distrital               | Vagos            | 21.04 | 3 F      |
| 17,13 | 0,9  | Camila Horta             | S16 | 2009 | COP      | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18             | Faro             | 29.06 | 3 S 2 t  |
| 17,15 | -0,3 | Nilà Viala - FRA         | S16 | 2009 | CDQ      | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18             | Faro             | 29.06 | 2 S 1 t  |
| 17,16 | 1,3  | Lara Barroso             | S18 | 2008 | CPPEA    | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 20.04 | HEP      |
| 17,18 | -0,8 | Alessandra Santos        | S16 | 2009 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria           | 30.06 | 5 F t    |
| 17,19 | 1,7  | Angelina Volkmar - GER   | S18 | 2008 | CRDS     | Algarve    | Olímpico Jovem Regional                | Açoteias         | 05.05 | 2 S 2    |
| 17,25 | -0,7 | Carolina Fernandes       | S18 | 2008 | AGV      | Viseu      | Campeonato Distrital de Juvenis        | Viseu            | 11.05 | 1 t      |
| 17,25 | -1,2 | Daniela Gorgueira        | S16 | 2010 | SLA      | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis            | Almada           | 30.06 | 3 EI 3 t |
| 17,25 | 0,8  | Inês Teixeira            | S16 | 2010 | QFC      | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis            | Almada           | 30.06 | 2 EI 1 t |
| 17,25 | 1,8  | Maria João Pacheco       | S16 | 2009 | MAC      | Porto      | Campeonato Nacional Escolar            | Lagoa            | 25.05 | 3 t      |
| 17,26 | -0,2 | Maria Leonor Pedrosa     | S18 | 2008 | CAP      | Porto      | Meeting António Ferreira               | Porto (Ramalde)  | 01.05 | 4        |
| 17,27 | 0,9  | Matilde Joaquim          | S16 | 2009 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital P Combinadas      | Pombal           | 11.05 | HEP      |
| 17,32 | -0,3 | Patrícia Filmon          | S16 | 2009 | AABV     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18             | Faro             | 29.06 | 3 S 1 t  |
| 17,34 | -1,2 | Alice Rocha              | S16 | 2010 | CBSEIXAL | Lisboa     | Campeonato Regional Juvenis            | Almada           | 30.06 | 4 EI 3 t |
| 17,35 | -0,6 | Filipa Duarte            | S18 | 2007 | CASJ     | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 06.04 | HEP      |
| 17,38 | -2,8 | Matilde Gomes            | S18 | 2007 | CAM-VC   | V. Castelo | Atleta Completo                        | Viana do Castelo | 06.04 | HEP      |
| 17,44 | 0,3  | Luna Dias                | S18 | 2007 | AACC     | Setúbal    | Olímpico Jovem Regional                | Almada           | 05.05 | 4 S 2    |
| 17,48 | -0,4 | Iara Ferreira            | S16 | 2009 | OFC      | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18            | Coimbra          | 08.06 | 2 t      |
| 17,50 | 0,9  | Nicolle Ghirllanda - SUI | S16 | 2009 | CASJ     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18             | Faro             | 29.06 | 5 S 2 t  |
| 17,51 | -1,2 | Joana Wever              | S16 | 2010 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Regional Juvenis            | Almada           | 30.06 | Extra    |
| 17,51 | -1,1 | Nádia Mata               | S18 | 2008 | SCP      | Lisboa     | Torneio Atleta Completo                | Lisboa (AL)      | 13.04 | HEP      |
| 17,58 | 0,1  | Beatriz Alves            | S18 | 2008 | ACB-L    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria           | 30.06 | 5 EI 1   |
| 17,64 | -1,3 | Ana Conde                | S18 | 2007 | ACFR     | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 11.05 | HEP      |
| 17,64 | -0,3 | Carolina Horta           | S16 | 2009 | COP      | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18             | Faro             | 29.06 | 4 S 1 t  |
| 17,65 | 0,1  | Leonor Lavos             | S18 | 2008 | GDP-L    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria           | 30.06 | 6 EI 1 t |
| 17,67 | 0,2  | Maria Leonor Tavares     | S16 | 2010 | LLFC     | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18            | Vagos            | 09.06 | 5 F t    |
| 17,72 | 0,4  | Joana Rosa               | S18 | 2007 | CPPEA    | Setúbal    | Olímpico Jovem Regional                | Almada           | 05.05 | 2 S 1    |
| 17,74 | 0,9  | Mariana Sousa            | S18 | 2007 | AGV      | Viseu      | Olímpico Jovem Distrital               | Viseu            | 11.05 | 2        |
| 17,81 | 0,9  | Maria Manaça             | S16 | 2009 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital P Combinadas      | Pombal           | 11.05 | HEP      |
| 17,86 | 1,4  | Filipa Silva             | S18 | 2008 | SCE      | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 27.04 | HEP      |
| 17,95 | 0,0  | Iris Passos              | S18 | 2008 | ACB-L    | Leiria     | Olímpico Jovem Distrital               | Marinha Grande   | 05.05 | 3        |
| 17,96 | 0,0  | Lara Lopes               | S18 | 2007 | A 20 km  | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital               | Abrantes         | 05.05 | 1 EI 1   |
| 18,00 | -0,4 | Helena Fernandes         | S18 | 2008 | ACDRSQ   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18            | Coimbra          | 08.06 | 3        |
| 18,00 | 0,1  | Luna Rodrigues           | S18 | 2008 | CPA-S    | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital               | Abrantes         | 05.05 | 1 EI 2   |
| 18,01 | 0,1  | Júlia Novo               | S18 | 2008 | ACB-L    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria           | 30.06 | 7 EI 1   |
| 18,05 | 0,8  | Inês Ferreira            | S16 | 2010 | CFOD     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 30.06 | 4 EI 1 t |
| 18,05 | 0,6  | Marta Peralta            | S16 | 2009 | CFOD     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 30.06 | 3 EI 2 t |
| 18,06 | 0,6  | Alicia Baptista - ANG    | S18 | 2007 | LAVRA    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 30.06 | 4 EL 2   |
| 18,11 | 1,8  | Carolina Bachi           | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Regional S18                | Lisboa (AL)      | 12.05 | 5 F t    |
| 18,11 | 1,7  | Victória Possante        | S18 | 2008 | CDQ      | Algarve    | Olímpico Jovem Regional                | Açoteias         | 05.05 | 4 S 2    |
| 18,12 | 0,4  | Eulália Borges           | S18 | 2008 | GRQL     | Setúbal    | Olímpico Jovem Regional                | Almada           | 05.05 | 3 S 1    |
| 18,12 | 0,0  | Mariana Costa            | S18 | 2008 | FCC      | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas       | Beja             | 13.04 | HEP      |
| 18,15 | 1,8  | Ana Teixeira             | S18 | 2008 | CPA-S    | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 20.04 | HEP      |
| 18,16 | -0,3 | Teresa Fonseca           | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Encontro Lisboa - Madrid               | Lisboa (AL)      | 01.06 | 4 S 2 t  |
| 18,23 | 0,8  | Camila Machado           | S16 | 2010 | AMONT    | Braga      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 30.06 | 5 EI 1 t |
| 18,23 | -1,8 | Irish Lobo               | S16 | 2010 | NDJL     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis            | Almada           | 30.06 | 3 EI 2 t |
| 18,28 | 0,5  | Leticia Valente          | S18 | 2008 | ACDCVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18            | Vagos            | 09.06 | 4 EI 1   |
| 18,32 | -1,8 | Carolina Paiva           | S16 | 2010 | QFC      | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis            | Almada           | 30.06 | 4 EI 2 t |
| 18,40 | 0,6  | Inês Saldanha            | S18 | 2008 | THA      | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital               | Abrantes         | 05.05 | 3 F      |
| 18,40 | 0,8  | Mafalda Cancelo          | S18 | 2007 | CDCNAV   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 30.06 | 6 EI 1 t |
| 18,52 | 2,0  | Matilde Freitas          | S18 | 2008 | ADRAP    | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Ribeira Brava    | 06.04 | HEP      |
| 18,59 | 1,3  | Matilde Matafome         | S18 | 2008 | CPA-S    | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 20.04 | HEP      |
| 18,68 | 2,0  | Carolina Pita            | S18 | 2007 | GDE      | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Ribeira Brava    | 06.04 | HEP      |
| 18,75 | 1,4  | Maria Leonor Rosa        | S16 | 2010 | GAF      | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior        | 08.06 | 3 t      |
| 18,78 | 1,4  | Elizaveta Shuyan         | S18 | 2008 | A 20 km  | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior        | 08.06 | 4        |
| 18,78 | 0,4  | Margarida António -ANG   | S18 | 2008 | GRQL     | Setúbal    | Olímpico Jovem Regional                | Almada           | 05.05 | 4 S 1    |
| 18,78 | -0,1 | Michela Durão - MOZ      | S16 | 2010 | AJS      | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18             | Ribeira Brava    | 23.06 | 3 t      |
| 18,79 | 0,7  | Margarida Calhau         | S16 | 2010 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria           | 30.06 | 4 EI 2   |
| 18,80 | -0,6 | Soraia Lourenço          | S18 | 2007 | CDQ      | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 06.04 | HEP      |
| 18,82 | -2,8 | Joana Solé               | S18 | 2007 | CYCL     | V. Castelo | Atleta Completo                        | Viana do Castelo | 06.04 | HEP      |
| 19,07 | 0,6  | Francisca Vieira         | S18 | 2007 | ESCMOV   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 30.06 | 5 EL 2   |

|       |      |                        |     |      |          |            |  |                  |       |          |
|-------|------|------------------------|-----|------|----------|------------|--|------------------|-------|----------|
| 19,07 | 1,4  | Sara Baeta             | S18 | 2007 | SCA      | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior        | 08.06 | 5        |
| 19,12 | 0,8  | Filipa Roussado        | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Regional Juvenis            | Almada           | 30.06 | Extra    |
| 19,13 | 1,4  | Lara Almeida           | S16 | 2010 | CPA-S    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior        | 08.06 | 6        |
| 19,14 | 1,8  | Carlota Calado         | S16 | 2010 | VFC      | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 20.04 | HEP      |
| 19,14 | 1,7  | Catarina Tenazinha     | S18 | 2007 | CASJ     | Algarve    | Olímpico Jovem Regional                | Açoteias         | 05.05 | 5 S 2    |
| 19,15 | 0,6  | Sara Carvalho          | S16 | 2009 | CYCL     | V. Castelo | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 30.06 | 6 EL 2 t |
| 19,17 | 0,7  | Filipa Monteiro        | S16 | 2009 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria           | 30.06 | 5 EI 2   |
| 19,23 | 1,4  | Matilde Romão          | S16 | 2009 | CLAC     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior        | 08.06 | 7 t      |
| 19,34 | 0,0  | Margarida Rosado       | S18 | 2008 | JDN      | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas       | Beja             | 13.04 | HEP      |
| 19,35 | 1,3  | Raquel Cavaco          | S18 | 2008 | PFC      | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 20.04 | HEP      |
| 19,39 | -0,1 | Luna Ribeiro - CAN     | S16 | 2010 | CSM      | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18             | Ribeira Brava    | 23.06 | 4 t      |
| 19,41 | 0,6  | Samanta Araújo         | S16 | 2009 | PLF      | Braga      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 30.06 | 7 EL 2 t |
| 19,42 | 0,9  | Francisca Reis         | S16 | 2010 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital P Combinadas      | Pombal           | 11.05 | HEP      |
| 19,46 | 0,7  | Inês Fernandes         | S16 | 2009 | ACB-L    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria           | 30.06 | 6 EI 2   |
| 19,60 | -0,6 | Carolina Pacheco       | S18 | 2007 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 06.04 | HEP      |
| 19,60 | 0,7  | Maria Manuel Brito     | S18 | 2007 | AGV      | Viseu      | Atleta Completo Distrital              | Viseu            | 13.04 | HEP      |
| 19,73 | -1,3 | Inês Morim             | S16 | 2010 | CDP      | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 11.05 | HEP      |
| 19,81 | -2,8 | Inês Rocha             | S18 | 2008 | CAM-VC   | V. Castelo | Atleta Completo                        | Viana do Castelo | 06.04 | HEP      |
| 19,95 | 0,6  | Mariana Pratas         | S18 | 2007 | CLAC     | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital               | Abrantes         | 05.05 | 6 F      |
| 20,09 | -1,3 | Liz Ferreira           | S18 | 2008 | RUNRIVER | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 11.05 | HEP      |
| 20,23 | 1,1  | Beatriz Lopes          | S16 | 2009 | CAT      | Terceira   | Provas de Observação                   | Angra Heroísmo   | 16.06 | 1        |
| 20,25 | 1,3  | Carolina Salvado       | S16 | 2009 | CPA-S    | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 20.04 | HEP      |
| 20,32 | 2,0  | Débora Martins         | S18 | 2008 | CSM      | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Ribeira Brava    | 06.04 | HEP      |
| 20,35 | 1,3  | Violeta Matos          | S16 | 2010 | CPA-S    | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 20.04 | HEP      |
| 20,37 | 0,5  | Nádia Pinho            | S18 | 2008 | ACDCVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18            | Vagos            | 09.06 | 4 EL 2   |
| 20,45 | 1,4  | Angelina Valente       | S18 | 2007 | SCBM     | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 27.04 | HEP      |
| 20,47 | -0,4 | Victória Ferreira      | S16 | 2010 | AAC      | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18            | Coimbra          | 08.06 | 4 t      |
| 20,58 | -1,8 | Camila Jota            | S16 | 2010 | CBSEIXAL | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis            | Almada           | 30.06 | 5 EI 2 t |
| 20,62 | -1,3 | Miriam Alves           | S18 | 2007 | LAVRA    | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 11.05 | HEP      |
| 20,73 | 0,8  | Catarina Pinto         | S16 | 2010 | QFC      | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis            | Almada           | 30.06 | 4 EI 1 t |
| 20,76 | 1,4  | Catarina Sousa         | S18 | 2008 | SCE      | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 27.04 | HEP      |
| 20,79 | -0,4 | Madalena Calado        | S16 | 2010 | NSCPCX   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18            | Coimbra          | 08.06 | 5 t      |
| 20,87 | -0,7 | Leonor Esteves         | S18 | 2008 | QFC      | Setúbal    | Provas Extra                           | Setúbal          | 14.04 | 4        |
| 21,00 | -0,3 | Anastasiia Mamynova-R  | S18 | 2008 | CATUNES  | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18             | Faro             | 29.06 | 5 S 1    |
| 21,02 | 2,0  | Laura Perez            | S18 | 2007 | AJS      | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Ribeira Brava    | 06.04 | HEP      |
| 21,06 | 0,7  | Inês Marques           | S18 | 2008 | AGV      | Viseu      | Atleta Completo Distrital              | Viseu            | 13.04 | HEP      |
| 21,25 | -1,3 | Ana Ferreira           | S18 | 2008 | CDP      | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 11.05 | HEP      |
| 21,33 | 0,6  | Janki Pantel - IND     | S18 | 2008 | A 20 km  | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital               | Abrantes         | 05.05 | 7 F      |
| 21,33 | -1,2 | Nádia Morais           | S18 | 2007 | HMGS     | Aveiro     | Olímpico Jovem Distrital               | Vagos            | 21.04 | 6 F      |
| 21,36 | 0,0  | Luísa Dinis            | S18 | 2007 | JV       | Leiria     | Olímpico Jovem Distrital               | Marinha Grande   | 05.05 | 7        |
| 21,42 | -1,3 | Cristiana Martins      | S18 | 2007 | CTMVPA   | Vila Real  | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 11.05 | HEP      |
| 21,43 | 1,1  | Maria Luísa Aguiar     | S16 | 2010 | CAT      | Terceira   | Provas de Observação                   | Angra Heroísmo   | 16.06 | 2        |
| 21,44 | -0,9 | Maria Campos           | S16 | 2010 | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato AASM de Juvenis             | Ponta Delgada    | 14.06 | 2 t      |
| 21,63 | 0,7  | Mafalda Valente        | S16 | 2010 | GDP-L    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria           | 30.06 | 7 EI 2   |
| 21,65 | 1,4  | Bárbara Pinho          | S18 | 2007 | ACDCVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 27.04 | HEP      |
| 21,91 | 1,8  | Eliéta Mendes          | S18 | 2008 | NSCPSX   | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 20.04 | HEP      |
| 22,12 | 0,9  | Mafalda Vicente        | S16 | 2010 | GDP-L    | Leiria     | Campeonato Distrital P Combinadas      | Pombal           | 11.05 | HEP      |
| 22,36 | 0,7  | Diva Vidal             | S16 | 2010 | CANAZ    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria           | 30.06 | 8 EI 2   |
| 22,76 | 0,5  | Eva Pinto              | S18 | 2008 | SCE      | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18            | Vagos            | 09.06 | 5 EL 2   |
| 23,80 | 0,0  | Kristina Kliamar - UKR | S18 | 2007 | JDN      | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas       | Beja             | 13.04 | HEP      |
| 23,96 | -0,6 | Íris Antunes           | S18 | 2008 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 06.04 | HEP      |
| 24,65 | 0,5  | Patrícia Bastos        | S16 | 2010 | ACDCVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18            | Vagos            | 09.06 | 5 EL 1 t |

Todas

### 300m Barreiras (0,76)

CEJ: 63,50 / RN: 58,74

Juliana Guerreiro/CBF/Vagos/24.06.2018

| MARCA | ATLETA         | ESC | ANO  | CLUBE | AR    | COMPETIÇÃO            | LOCAL | DATA  | INFORM |
|-------|----------------|-----|------|-------|-------|-----------------------|-------|-------|--------|
| 48,06 | Carolina Frada | S18 | 2007 | CFOD  | Porto | Torneio de Preparação | Braga | 20.04 | Extra  |

Todas

### 400m Barreiras (0,76)

CEJ: 63,50 / RN: 58,74

Patrícia Lopes/JOMA/Coimbra/26.06.1999

| MARCA | ATLETA           | ESC | ANO  | CLUBE | AR      | COMPETIÇÃO                     | LOCAL            | DATA  | INFORM  |
|-------|------------------|-----|------|-------|---------|--------------------------------|------------------|-------|---------|
| 60,58 | Cristina Neves   | S18 | 2007 | CSM   | Madeira | Campeonato da Europa Sub-18    | B. Bystrica-SVK  | 20.07 | 3 MF 1  |
| 63,49 | Madalena Sampaio | S18 | 2008 | AFS   | Lisboa  | Campeonato Nacional Sub-20     | Viana do Castelo | 28.07 | 3 S 2 t |
| 65,64 | Carolina Frada   | S18 | 2007 | CFOD  | Porto   | Campeonato Nacional 2ª Divisão | Viseu            | 14.07 | 3 t     |



|        |                       |     |      |         |          |  |                  |       |         |
|--------|-----------------------|-----|------|---------|----------|--|------------------|-------|---------|
| 67,24  | Beatriz Santos        | S18 | 2008 | GDD     | Évora    | Campeonato Nacional Sub18              | Beja             | 07.07 | 3 S 2   |
| 68,32  | Maria Leonor Pedrosa  | S18 | 2008 | CAP     | Porto    | Campeonato Nacional Sub-20             | Viana do Castelo | 28.07 | 1 S 1 t |
| 68,52  | Maria Camolas         | S18 | 2007 | PFC     | Setúbal  | Campeonato Nacional Sub18              | Beja             | 07.07 | 4 S 2   |
| 68,62  | Íris Passos           | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria   | Campeonato Nacional Sub-20             | Viana do Castelo | 28.07 | 2 S 1 t |
| 68,70  | Sara Camolas          | S18 | 2007 | PFC     | Setúbal  | Campeonato Nacional Sub18              | Beja             | 07.07 | 1 S 1   |
| 68,92  | Mónica Pinto          | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa   | Campeonato Regional S18                | Lisboa (AL)      | 12.05 | 1       |
| 69,11  | Catarina Seabra       | S18 | 2008 | GRE-AA  | Coimbra  | Campeonato Distrital Absoluto e Sub-23 | Coimbra          | 23.06 | 1 t     |
| 69,69  | Verónica Zueva        | S18 | 2007 | 4RUN    | Porto    | 1ª Noite Quente                        | Lousada          | 22.05 | 2 t     |
| 69,71  | Michelle Elmer        | S18 | 2007 | CPPEA   | Setúbal  | Provas Extra                           | Seixal           | 23.06 | 2       |
| 70,99  | Filipa Duarte         | S18 | 2007 | CASJ    | Algarve  | Campeonato Regional Sub-18             | Lagoa            | 30.06 | 1       |
| 71,00  | Eliéta Mendes         | S18 | 2008 | NSCPSX  | Setúbal  | Campeonato Regional de Juniores        | Seixal           | 18.07 | 1       |
| 71,15  | Marta Feliciano       | S18 | 2008 | JV      | Leiria   | Campeonato Distrital de Absolutos      | Pombal           | 09.06 | 2 t     |
| 71,19  | Alicia Baptista - ANG | S18 | 2007 | LAVRA   | Porto    | II Noite Quente                        | Braga            | 03.07 | 4 t     |
| 71,60  | Beatriz Alves         | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria   | 2ª Noite do Lís                        | Leiria           | 12.06 | 3 t     |
| 72,63  | Mafalda Cancelo       | S18 | 2007 | CDCNAV  | Porto    | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 30.06 | 3       |
| 73,01  | Luna Dias             | S18 | 2007 | AACC    | Setúbal  | Campeonato Regional de Absolutos       | Almada           | 09.06 | 2 t     |
| 74,44  | Sara Fernandes        | S18 | 2007 | AJS     | Madeira  | Campeonato Regional Sub 18             | Ribeira Brava    | 23.06 | 2       |
| 75,20  | Leonor Saraiva        | S18 | 2007 | GRE-AA  | Coimbra  | Torneio Vila de Febres                 | Febres           | 12.05 | 1 t     |
| 76,09  | Diana Vilar           | S18 | 2008 | NAC     | Aveiro   | Meeting Renato Silva                   | Vagos            | 12.05 | 6 t     |
| 76,44  | Laura Perez           | S18 | 2007 | AJS     | Madeira  | Campeonato Regional Sub 18             | Ribeira Brava    | 23.06 | 3       |
| 77,57  | Ana Teixeira          | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém | Campeonato Distrital Sub 20            | Abrantes         | 23.06 | 1       |
| 78,46  | Matilde Matafome      | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém | Campeonato de Santarém 2024            | Fátima           | 16.06 | 2 t     |
| 79,18  | Ana Santos            | S18 | 2007 | CFC     | Madeira  | Campeonato Regional de Absolutos       | Ribeira Brava    | 09.06 | 4 t     |
| 79,19  | Rita Cardoso          | S18 | 2008 | ACFR    | Porto    | I Noite Quente                         | Lousada          | 22.05 | 5 t     |
| 82,26  | Ruth Lima - BRA       | S18 | 2007 | CCSJM   | Aveiro   | Campeonato Distrital Sub-188           | Vagos            | 09.06 | 1       |
| 82,97  | Raquel Caetano        | S18 | 2008 | CRCDL   | Algarve  | Campeonato Regional Sub-18             | Lagoa            | 30.06 | 2       |
| 83,31  | Carolina D Santos     | S18 | 2007 | CAMG    | Leiria   | Campeonato Nacional 3ª Divisão         | Abrantes         | 14.07 | 7 t     |
| 84,61  | Cediane Silva - CPV   | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira  | Campeonato Regional Sub 20             | Ribeira Brava    | 30.06 | 4 t     |
| 84,67  | Bruna Xavier          | S18 | 2008 | CASJ    | Algarve  | Campeonato Regional Sub 20             | Quarteira        | 09.06 | 2 t     |
| 85,04  | Dawena Reis - BRA     | S18 | 2008 | ACM-A   | Terceira | Campeonato Regional de Absolutos       | Ponta Delgada    | 23.06 | 2 t     |
| 85,24  | Leticia Valente       | S18 | 2008 | ACDCVC  | Aveiro   | Torneio Vila de Febres                 | Febres           | 12.05 | Extra   |
| 86,92  | Nádia Morais          | S18 | 2007 | HMGS    | Aveiro   | Campeonato Distrital Absoluto          | Vagos            | 16.06 | 3 t     |
| 87,28  | Mariana Costa         | S18 | 2008 | FCC     | Beja     | Campeonato Regional Sub-18             | Lagoa            | 30.06 | Extra   |
| 87,95  | Catarina Rêgo         | S18 | 2007 | QFC     | Setúbal  | Campeonato Regional de Juniores        | Seixal           | 18.07 | 3       |
| 92,00  | Sara Baeta            | S18 | 2007 | SCA-S   | Santarém | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior        | 09.06 | 3       |
| 94,66  | Maya De Greef - BEL   | S18 | 2007 | CRCDL   | Algarve  | Campeonato Regional Sub 20             | Quarteira        | 09.06 | 4 t     |
| 94,85  | Eva Pinto             | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro   | 2ª Jornada da Taça da AAA              | Vagos            | 30.05 | 1       |
| 100,07 | Mariana Carvalho      | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria   | Campeonato Nacional Clubes - Aptº      | Vagos            | 02.06 | 23 t    |
| 114,70 | Mariana Ferreira      | S18 | 2008 | CDP     | Porto    | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 30.06 | 5       |
| 76.68  | Elizaveta Shuyvan     | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior        | 09.06 | 1       |

Todas

### 3.000m Marcha

| MARCA    | ATLETA                    | ESC | ANO  | CLUBE  | AR        | COMPETIÇÃO                            | LOCAL         | DATA  | INFORM | RN: |
|----------|---------------------------|-----|------|--------|-----------|---------------------------------------|---------------|-------|--------|-----|
| 15.06,23 | Matilde Angélico          | S18 | 2008 | CAMG   | Leiria    | Campeonato Nacional Clubes - Aptº     | Vagos         | 01.06 | 8 t    |     |
| 15.08,07 | Lara Roque                | S18 | 2008 | AABV   | Algarve   | Campeonato Nacional Clubes - Aptº     | Faro          | 01.06 | 9 t    |     |
| 15.23,20 | Isabel Luis               | S18 | 2007 | CPPEA  | Setúbal   | Campeonato Nacional 3ª Divisão        | Abrantes      | 13.07 | 1 t    |     |
| 15.42,86 | Helena Rodrigues          | S16 | 2009 | JIV-SM | S. Miguel | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 03.02 | 3 t    |     |
| 15.51,59 | pc Ana Sofia Santos       | S16 | 2009 | CPPEA  | Setúbal   | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 03.02 | 4 t    |     |
| 16.10,28 | pc Lara Beato             | S18 | 2007 | GDP-L  | Leiria    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 03.02 | 5      |     |
| 16.41,85 | pc Ana Rita Marques       | S16 | 2009 | COP    | Algarve   | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 03.02 | 6 t    |     |
| 17.09,60 | Inês Cunha                | S18 | 2008 | QFC    | Setúbal   | Campeonato Regional de Inverno        | Setúbal       | 13.01 | 2 t    |     |
| 17.53,28 | pc Beatriz Vitorino       | S16 | 2010 | ACRDCS | Leiria    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 03.02 | 7 t    |     |
| 18.07,28 | pc Natália Gonzalez - ESP | S16 | 2009 | SCP    | Lisboa    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 03.02 | 8 t    |     |
| 18.16,13 | Daniela Delgado           | S16 | 2010 | GDRV   | Setúbal   | Provas de Preparação                  | Seixal        | 10.02 | 1      |     |
| 18.40,00 | Clara Rijo                | S16 | 2010 | COP    | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18 inverno    | Faro          | 14.01 | 3 t    |     |
| 18.41,28 | Maria Ferreira            | S16 | 2010 | JIV-SM | S. Miguel | Campeonato da AASM de Inverno         | Ponta Delgada | 20.01 | 2 t    |     |
| 19.23,00 | Kiara Yong - GBR          | S16 | 2010 | ADECT  | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18 inverno    | Faro          | 14.01 | 4 t    |     |
| 19.37,46 | pc Anamar Paulino         | S16 | 2010 | OFC    | Coimbra   | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta | Pombal        | 13.01 | Extra  |     |
| 19.38,43 | pc Rosário Borges         | S16 | 2009 | OFC    | Coimbra   | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta | Pombal        | 13.01 | Extra  |     |
| 19.42,00 | Mafalda Marreiros         | S16 | 2010 | COP    | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18 inverno    | Faro          | 14.01 | 5 t    |     |
| 19.45,20 | Madalena Batista          | S18 | 2008 | ACB-L  | Leiria    | Campeonato Nacional Clubes - Aptº     | Vagos         | 01.06 | 20 t   |     |
| 19.54,51 | Solange Mata              | S18 | 2007 | QFC    | Setúbal   | Campeonato Regional de Inverno        | Setúbal       | 13.01 | 3 t    |     |
| 20.02,00 | Beatriz Svidruk           | S16 | 2009 | COP    | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18 inverno    | Faro          | 14.01 | 6 t    |     |
| 20.05,00 | Leonor Gonçalves          | S16 | 2010 | CRDS   | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18 inverno    | Faro          | 14.01 | 7 t    |     |
| 20.22,34 | Olivia Paulo              | S16 | 2009 | SCUT   | Lisboa    | Campeonato Regional Inverno S18       | Jamor (P2)    | 27.01 | 1 t    |     |
| 20.32,62 | Bruna Augusto             | S18 | 2008 | SCUT   | Lisboa    | Campeonato Regional Inverno S18       | Jamor (P2)    | 27.01 | 2      |     |
| 20.35,00 | Rita Orge                 | S18 | 2007 | COP    | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18 inverno    | Faro          | 14.01 | 8      |     |

|          |                         |     |      |         |          |                                      |            |       |      |
|----------|-------------------------|-----|------|---------|----------|--------------------------------------|------------|-------|------|
| 21.06,00 | Anastasiia Mamynova-R   | S18 | 2008 | CATUNES | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18 inverno   | Faro       | 14.01 | 9    |
| 21.30,00 | Jéssica Martins         | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18 inverno   | Faro       | 14.01 | 10   |
| 21.39,00 | Helena Palmilh          | S16 | 2010 | CRDS    | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18 inverno   | Faro       | 14.01 | 11 t |
| 21.44,00 | Carolina Pacheco        | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18 inverno   | Faro       | 14.01 | 13   |
| 21.44,00 | Isabela Davidoaia       | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18 inverno   | Faro       | 14.01 | 12   |
| 21.57,00 | Rita Herzig             | S18 | 2007 | COP     | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18 inverno   | Faro       | 14.01 | 14   |
| 21.58,30 | Isabela Davidoaia       | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve  | Campeonato Regional de Inverno 2024  | Lagoa      | 20.01 | 5 t  |
| 22.11,00 | Jennifer Trindade - BRA | S16 | 2010 | CATUNES | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18 inverno   | Faro       | 14.01 | 15 t |
| 22.11,36 | Leonor Pereira          | S16 | 2010 | GSDS    | Lisboa   | Campeonato Regional Inverno S18      | Jamor (P2) | 27.01 | 3 t  |
| 23.00,00 | Isabela Cabrita         | S18 | 2007 | CATUNES | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18 inverno   | Faro       | 14.01 | 16   |
| 23.02,07 | Luana Espírito Santo    | S16 | 2010 | SLA     | Setúbal  | Provas de Preparação                 | Seixal     | 10.02 | 2    |
| 23.33,00 | Angelina Tavares        | S16 | 2010 | ADETC   | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18 inverno   | Faro       | 14.01 | 17 t |
| 24.34,04 | Liliana Quedas          | S18 | 2008 | ACTM    | Lisboa   | Campeonato Regional de Inverno       | Jamor (P2) | 13.01 | 4 t  |
| 25.18,65 | pc Rita Silva           | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro   | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap    | Braga      | 27.01 | 25 t |
| 25.45,82 | Maria Rocha             | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro   | Campeonato Nacional Clubes - Aptº    | Vagos      | 01.06 | 23 t |
| 25.59,00 | Lara Graça              | S16 | 2010 | ADECT   | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18 inverno   | Faro       | 14.01 | 18 t |
| 26.26,50 | Janki Patel - IND       | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém | Campeonato Distrital de Inverno 2024 | Almeirim   | 03.02 | 2 t  |
| 26.27,28 | Sofia Meira             | S18 | 2007 | SLA     | Setúbal  | Campeonato Regional Clubes Inverno   | Seixal     | 06.01 | 4 t  |
| 28.27,00 | Izabely Silva - BRA     | S18 | 2008 | CATUNES | Algarve  | Campeonato Regional Sub 18 inverno   | Faro       | 14.01 | 19   |

Todas

## 5.000m Marcha

CEJ: 26.00,00 / RN: 21.30,91

Susana Feitor/CNRM/Viena (AUT)/01.07.1992

| MARCA    | ATLETA                 | ESC | ANO  | CLUBE    | AR        | COMPETIÇÃO                              | LOCAL           | DATA  | INFORM |
|----------|------------------------|-----|------|----------|-----------|---|-----------------|-------|--------|
| 24.47,97 | Matilde Angélico       | S18 | 2008 | CAMG     | Leiria    | Campeonato da Europa Sub-18             | B. Bystrica-SVK | 19.07 | 17     |
| 25.00,06 | Isabel Luis            | S18 | 2007 | CPPEA    | Setúbal   | Campeonato da Europa Sub-18             | B. Bystrica-SVK | 19.07 | 9      |
| 25.48,02 | Helena Rodrigues       | S16 | 2009 | JIV-SM   | S. Miguel | Campeonato Nacional Sub18               | Beja            | 06.07 | 2 t    |
| 26.10,45 | Ana Sofia Santos       | S16 | 2009 | CPPEA    | Setúbal   | Campeonato Nacional Sub18               | Beja            | 06.07 | 3 t    |
| 26.35,32 | Isabel Laginhas        | S16 | 2010 | ACRSD    | Guarda    | Campeonato Nacional Sub18               | Beja            | 06.07 | 5 t    |
| 26.48,11 | Lara Beato             | S18 | 2007 | GDP-L    | Leiria    | Campeonato Nacional Sub18               | Beja            | 06.07 | 6      |
| 26.48,85 | Lara Roque             | S18 | 2008 | AABV     | Algarve   | Campeonato Nacional Sub18               | Beja            | 06.07 | 7      |
| 29.09,98 | Inês Cunha             | S18 | 2008 | QFC      | Setúbal   | Campeonato Nacional Sub18               | Beja            | 06.07 | 8      |
| 29.21,47 | Daniela Delgado        | S16 | 2010 | GDRV     | Setúbal   | Campeonato Nacional Sub18               | Beja            | 06.07 | 9 t    |
| 29.23,23 | Ana Rita Marques       | S16 | 2009 | COP      | Algarve   | Campeonato Nacional Sub18               | Beja            | 06.07 | 10 t   |
| 29.23,36 | Clara Rijo             | S16 | 2010 | COP      | Algarve   | Campeonato Nacional Sub18               | Beja            | 06.07 | 11 t   |
| 30.06,92 | Beatriz Vitorino       | S16 | 2010 | ACRDCS   | Leiria    | Campeonato Nacional Sub18               | Beja            | 06.07 | 12 t   |
| 30.10,15 | Matilde C Silva        | S18 | 2008 | JV       | Leiria    | Campeonato Nacional Sub18               | Beja            | 06.07 | 13     |
| 30.45,22 | Vanessa Rosa           | S16 | 2010 | EAMT     | Setúbal   | Campeonato Regional Juvenis             | Almada          | 29.06 | 4 t    |
| 31.02,17 | Kiara Young - GBR      | S16 | 2010 | ADECT    | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18              | Faro            | 29.06 | 2 t    |
| 31.24,19 | Dawene Reis - BRA      | S18 | 2008 | ACM-A    | Terceira  | Campeonato Regional Absoluto Açores     | Ponta Delgada   | 22.06 | 1      |
| 31.58,71 | Maria Ferreira         | S16 | 2010 | JIV-SM   | S. Miguel | Torneio de Abertura de Verão            | Ponta Delgada   | 02.03 | 2      |
| 32.13,77 | Bruna Augusto          | S18 | 2008 | SCUT     | Lisboa    | Encontro Lisboa - Madridd               | Lisboa (AL)     | 01.06 | 4      |
| 33.05,51 | Carolina Mendes        | S16 | 2010 | OFC      | Coimbra   | 4º Torneio de Leiria de Marcha Atlética | Leiria          | 16.03 | Extra  |
| 33.47,35 | Rita Orge              | S18 | 2007 | COP      | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18              | Faro            | 29.06 | 4      |
| 33.57,24 | Francisca Fernandes    | S16 | 2010 | CFOD     | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada         | 29.06 | 1      |
| 34.26,21 | Ana Rita Gonçalves     | S16 | 2009 | CDQ      | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18              | Faro            | 29.06 | 5 t    |
| 35.09,11 | Joana Reis             | S16 | 2010 | JV       | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18             | Leiria          | 30.06 | 5 t    |
| 35.30,09 | Matilde Batista        | S18 | 2008 | ACB-L    | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 20             | Leiria          | 22.06 | 6 t    |
| 35.33,42 | Madalena Batista       | S18 | 2008 | ACB-L    | Leiria    | Campeonato Distrital de Absolutos       | Pombal          | 08.06 | 5 t    |
| 35.43,46 | Isabella Davidoaia     | S18 | 2007 | ADET     | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18              | Faro            | 29.06 | 6 t    |
| 36.00,22 | Sara Dos Santos        | S18 | 2007 | RUNRIVER | Porto     | Campeonato Absoluto do Norte            | Lousada         | 15.07 | 6 t    |
| 36.06,29 | Liz Ferreira           | S18 | 2008 | RUNRIVER | Porto     | Campeonato Absoluto do Norte            | Lousada         | 15.07 | 7 t    |
| 36.40,52 | Érica Nunes            | S16 | 2009 | ACM-A    | Terceira  | Provas de Observação                    | Angra Heroísmo  | 15.06 | 1      |
| 37.00,07 | Clarisse Catanho       | S18 | 2008 | ADRAP    | Madeira   | Provas Extra                            | Ribeira Brava   | 04.06 | 3 t    |
| 37.05,15 | Rebecca Albuquerque-BR | S16 | 2010 | CAP      | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada         | 29.06 | 2      |
| 37.26,29 | Anastasiia Mamynova-R  | S18 | 2008 | CATUNES  | Algarve   | Campeonato Regional Sub 20              | Faro            | 08.06 | 2 t    |
| 37.35,88 | Luísa Assunção         | S16 | 2010 | GJPB     | Aveiro    | Campeonato Distrital Sub-18             | Vagos           | 08.06 | 1      |
| 37.37,05 | Soraia Lopes           | S16 | 2010 | CFOD     | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada         | 29.06 | 3      |
| 38.24,85 | Salomé Henriques       | S16 | 2009 | DURIUS   | Vila Real | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada         | 29.06 | 4      |
| 38.27,75 | Rita Herzig            | S18 | 2007 | COP      | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18              | Faro            | 29.06 | 8      |
| 38.28,14 | Maria Fernandes        | S16 | 2010 | GJPB     | Aveiro    | Campeonato Distrital Sub-18             | Vagos           | 08.06 | 2      |
| 38.47,28 | Janki Patel - IND      | S18 | 2008 | A 20 km  | Santarém  | Campeonato Distrital Sub 18             | Rio Maior       | 08.06 | 2      |
| 40.01,65 | Liliana Quedas         | S18 | 2008 | ACRM     | Lisboa    | Provas Extra                            | Lisboa (AL)     | 21.04 | 2      |
| 40.04,66 | Eva Ventura            | S18 | 2007 | NJCPN    | C. Branco | 4º Torneio de Leiria de Marcha Atlética | Leiria          | 16.03 | Extra  |
| 41.59,56 | Isabela Cabrita        | S18 | 2007 | CATUNES  | Algarve   | Campeonato Regional Sub 20              | Faro            | 08.06 | 4 t    |
| 42.40,02 | Rita Dias              | S16 | 2009 | NJCPN    | C. Branco | 4º Torneio de Leiria de Marcha Atlética | Leiria          | 16.03 | Extra  |
| 43.52,77 | Leonor Pereira         | S18 | 2008 | NJCPN    | C. Branco | 4º Torneio de Leiria de Marcha Atlética | Leiria          | 16.03 | Extra  |
| 50.32,50 | Isabela Gomes - BRA    | S16 | 2010 | CDP      | Porto     | Campeonato do Norte Sub 18              | Lousada         | 29.06 | 5      |

Todas

## 5 Km marcha Estrada

| MARCA | ATLETA                  | ESC | ANO  | CLUBE   | AR       | COMPETIÇÃO                             | LOCAL        | DATA  | INFORM |
|-------|-------------------------|-----|------|---------|----------|--|--------------|-------|--------|
| 26.08 | E Isabel Luís           | S18 | 2007 | CPPEA   | Setúbal  | Campeonato Nacional Marcha Estrada     | Porto de Mós | 07.01 | 1      |
| 26.55 | E Matilde Angélico      | S18 | 2008 | CAMG    | Leiria   | Campeonato Nacional Marcha Estrada     | Porto de Mós | 07.01 | 2      |
| 27.13 | E Lara Roque            | S18 | 2008 | AABV    | Algarve  | Campeonato Nacional Marcha Estrada     | Porto de Mós | 07.01 | 3      |
| 27.39 | E Matilde Angélico      | S18 | 2008 | CAMG    | Leiria   | 9º Challenge Leiria de Marcha Atlética | Sismaria     | 21.01 | 1      |
| 27.44 | E Lara Beato            | S18 | 2007 | GDP-L   | Leiria   | Campeonato Nacional Marcha Estrada     | Porto de Mós | 07.01 | 4      |
| 29.58 | E Inês Cunha            | S18 | 2008 | QFC     | Setúbal  | Campeonato Nacional Marcha Estrada     | Porto de Mós | 07.01 | 5      |
| 32.13 | E Dawene Reis - BRA     | S18 | 2008 | ACM-A   | Terceira | Campeonato Nacional Marcha Estrada     | Porto de Mós | 07.01 | 6      |
| 32.53 | E Bruna Augusto         | S18 | 2008 | SCUT    | Lisboa   | Grande Prémio de Marcha                | Rio Maior    | 11.05 | 9 t    |
| 33.42 | E Madalena Batista      | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria   | Campeonato Nacional Marcha Estrada     | Porto de Mós | 07.01 | 7      |
| 38.34 | E Anastasiia Mamynova-R | S18 | 2008 | CATUNES | Algarve  | Provas Extra                           | Olhão        | 04.02 | 1      |
| 39.19 | E Isabela Cabrita       | S18 | 2007 | CATUNES | Lisboa   | Provas Extra                           | Olhão        | 04.02 | 2      |
| 40.54 | E Marta Belchior        | S18 | 2008 | SCUT    | Lisboa   | Campeonato Nacional Marcha Estrada     | Porto de Mós | 07.01 | 9      |

Todas

## 10.000m / 10 Km marcha (Pista e Estrada)

| MARCA    | ATLETA           | ESC | ANO  | CLUBE | AR     | COMPETIÇÃO                 | LOCAL            | DATA  | INFORM |
|----------|------------------|-----|------|-------|--------|----------------------------|------------------|-------|--------|
| 56.29,96 | Matilde Angélico | S18 | 2008 | CAMG  | Leiria | Campeonato Nacional Sub-20 | Viana do Castelo | 27.07 | 4 t    |

Todas

## COMPRIMENTO

CEJ: 5,80m / RN: 6,24m

Marisa Vaz Carvalho/SLB/Lisboa (AL)/21.05.2016

| MARCA | V    | ATLETA                 | ESC | ANO  | CLUBE  | AR        | COMPETIÇÃO                            | LOCAL          | DATA  | INFORM |
|-------|------|------------------------|-----|------|--------|-----------|---------------------------------------|----------------|-------|--------|
| 5,74  | -1,2 | Natacha Candé          | S18 | 2007 | JIV-SM | S. Miguel | Torneio Regional Olímpico Jovem       | Angra Heroísmo | 04.05 | 1      |
| 5,58  | 0,6  | Marta Carriço          | S18 | 2007 | ACDRA  | Leiria    | Campeonato Nacional Sub18             | Beja           | 06.07 | 2      |
| 5,54  | 1,0  | Rita Martins           | S18 | 2007 | CPPEA  | Setúbal   | Campeonato Regional de Absolutos      | Almada         | 08.06 | 1 t    |
| 5,50  | 0,7  | Maria do Carmo Lúcio   | S18 | 2008 | AFS    | Lisboa    | Campeonato Nacional Sub18             | Beja           | 06.07 | 4      |
| 5,43  | pc   | Naycira Varela         | S18 | 2007 | SCP    | Lisboa    | Provas Extra                          | Jamor (CAR)    | 18.02 | 1 t    |
| 5,36  | 1,9  | Matilde Soares         | S18 | 2007 | CAMG   | Leiria    | Meeting Renato Silva                  | Vagos          | 12.05 | 6 t    |
| 5,31  | pc   | Leonor Ascenso         | S18 | 2008 | JV     | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal         | 21.01 | 2      |
| 5,31  | -0,4 | Leonor Saraiva         | S18 | 2007 | GRE-AA | Coimbra   | Campeonato Nacional 2ª Divisão        | Viseu          | 13.07 | 6 t    |
| 5,30  | 0,8  | Laura Moreira          | S18 | 2007 | VTSC   | Braga     | Torneio Regional Olímpico Jovem       | Braga          | 11.05 | 1      |
| 5,28  | pc   | Madalena Sampaio       | S18 | 2008 | AFS    | Lisboa    | Meeting Mário Moniz Pereira           | Jamor (CAR)    | 06.01 | 5 t    |
| 5,26  | 1,4  | Katerina Quinn - GBR   | S18 | 2007 | JV     | Leiria    | Olímpico Jovem Distrital              | Marinha Grande | 04.05 | 3      |
| 5,24  | 0,7  | Diana Vatula           | S18 | 2007 | CAMG   | Leiria    | Campeonato Distrital de Absolutos     | Pombal         | 08.06 | 2 t    |
| 5,24  | 0,0  | Inês Pedro             | S18 | 2008 | AMONT  | Braga     | Torneio Regional Olímpico Jovem       | Braga          | 11.05 | 2      |
| 5,22  | 1,9  | Filipa Fernandes       | S18 | 2008 | LLFC   | Aveiro    | Campeonato Distrital de Juniores      | Viseu          | 29.06 | Extra  |
| 5,18  | 0,3  | Joana Rosa             | S18 | 2007 | CPPEA  | Setúbal   | Campeonato Regional de Absolutos      | Almada         | 08.06 | 3 t    |
| 5,13  | 1,8  | Joana Ghira            | S18 | 2008 | SCP    | Lisboa    | Campeonato Regional S18               | Lisboa (AL)    | 11.05 | 3      |
| 5,11  | pc   | Iara Vacondeus         | S18 | 2008 | GDIB   | Setúbal   | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 03.02 | 7      |
| 5,10  | 1,0  | Nicolle Moura - BRA    | S18 | 2007 | AABV   | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18            | Faro           | 29.06 | 1      |
| 5,07  | pc   | Carolina Frada         | S18 | 2007 | CFOD   | Porto     | Campeonato Norte Provas Combinadas    | Braga          | 20.01 | PEN    |
| 5,03  | 1,1  | Carolina Fernandes     | S18 | 2008 | AGV    | Viseu     | Torneio Nacional Olímpico Jovem       | Lagoa          | 18.05 | 7 G2   |
| 5,02  | 0,0  | Sofia Machado          | S18 | 2008 | GCAD   | C. Branco | Campeonato Nacional Sub18             | Beja           | 07.07 | HEP    |
| 5,00  | pc   | Laura Gomes            | S18 | 2008 | GAC-L  | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta | Pombal         | 14.01 | 4 t    |
| 4,97  | -0,5 | Angelina Volkmar - GER | S18 | 2008 | CRDS   | Algarve   | Campeonato Regional Sub 20            | Quarteira      | 09.06 | 1 t    |
| 4,91  | 0,1  | Sofia Santos           | S18 | 2007 | JV     | Leiria    | Triatlo Técnico Distrital             | Coimbra        | 17.02 | TRI    |
| 4,90  | 0,5  | Ana Beatriz Pereira    | S18 | 2007 | ADRAP  | Madeira   | Campeonato Regional Sub 20            | Ribeira Brava  | 28.06 | 2 t    |
| 4,90  | 0,8  | Beatriz Pereira        | S18 | 2007 | ADRAP  | Madeira   | Campeonato Regional Sub 18            | Ribeira Brava  | 22.06 | 1      |
| 4,87  | 0,7  | Madalena Tavares       | S18 | 2007 | SCP    | Lisboa    | Campeonato Regional Juvenis           | Almada         | 30.06 | Extra  |
| 4,86  | -0,2 | Leonor Lavos           | S18 | 2008 | GDP-L  | Leiria    | Olímpico Jovem Distrital              | Marinha Grande | 04.05 | 5      |
| 4,85  | 0,3  | Cristina Neves         | S18 | 2007 | CSM    | Madeira   | Campeonato Regional Sub 18            | Ribeira Brava  | 22.06 | 2      |
| 4,85  | 1,9  | Maria Luís Silva       | S18 | 2007 | GRECAS | Aveiro    | Meeting Renato Silva                  | Vagos          | 12.05 | 7 t    |
| 4,85  | 0,0  | Simone Morim           | S18 | 2007 | ACFR   | Porto     | Campeonato Nacional Sub18             | Beja           | 07.07 | HEP    |
| 4,83  | 1,2  | Inês Saldanha          | S18 | 2008 | THA    | Santarém  | Campeonato Distrital Sub 20           | Abrantes       | 22.06 | 3 t    |
| 4,82  | 1,2  | Carolina Ferreira      | S18 | 2007 | CFB    | Lisboa    | Meeting da Liberdade                  | Lisboa (I)     | 25.04 | 6 t    |
| 4,82  | 1,8  | Matilde Gonçalves      | S18 | 2007 | CRCDL  | Algarve   | Campeonato Regional Absoluto          | Lagoa          | 22.06 | 3 t    |
| 4,82  | -1,4 | Alice Varino           | S18 | 2008 | GDP-L  | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 20           | Leiria         | 22.06 | 4 t    |
| 4,81  | 1,5  | Mariana Costa          | S18 | 2008 | GRECAS | Aveiro    | Meeting Renato Silva                  | Vagos          | 12.05 | 10 t   |
| 4,81  | 0,0  | Matilde Filipe         | S18 | 2008 | AFDDM  | Setúbal   | Campeonato Regional Juvenis           | Almada         | 30.09 | 4      |
| 4,79  | -0,7 | Fátima Câmara          | S18 | 2007 | CFOD   | Porto     | Campeonato Nacional Clubes - Aptº     | Lousada        | 01.06 | 21 t   |
| 4,78  | 1,3  | Lara Barroso           | S18 | 2008 | CPPEA  | Setúbal   | Olímpico Jovem Regional               | Almada         | 04.05 | 4      |

|      |      |                        |     |      |         |            |                                       |                  |       |       |
|------|------|------------------------|-----|------|---------|------------|---------------------------------------|------------------|-------|-------|
| 4,77 | -1,0 | Marta Feliciano        | S18 | 2008 | JV      | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18           | Leiria           | 29.06 | 6     |
| 4,75 | 0,0  | Sara Camolas           | S18 | 2007 | PFC     | Setúbal    | Campeonato Regional de Inverno        | Setúbal          | 13.01 | 7 t   |
| 4,74 | 1,7  | Mariana Miranda        | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Regional S18               | Lisboa (AL)      | 11.05 | 7     |
| 4,73 | 1,7  | Mariana Sousa          | s18 | 2007 | AGV     | Viseu      | Campeonato Distrital de Juniores      | Viseu            | 29.06 | 3     |
| 4,71 | pc   | Francisca Ferreira     | S18 | 2007 | ACFR    | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga            | 04.02 | PEN   |
| 4,70 | pc   | Beatriz Gomes          | S18 | 2008 | GAC-L   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta | Pombal           | 14.01 | 7 t   |
| 4,69 | -0,3 | Mariana Lopes          | S18 | 2007 | AABV    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno    | Faro             | 14.01 | 1     |
| 4,68 | 1,7  | Maria Rascão           | S18 | 2008 | GDD     | Évora      | Campeonato Nacional Clubes - Aptº     | Lisboa (AL)      | 01.06 | 25 t  |
| 4,68 | 1,7  | Teresa Alves           | S18 | 2008 | CFB     | Lisboa     | Torneio de Encerramento               | Lisboa (AL)      | 27.07 | 1     |
| 4,67 | 2,0  | Beatriz Maia           | S18 | 2008 | VFC     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis           | Almada           | 30.06 | 7     |
| 4,66 | 1,5  | Lara Lopes             | S18 | 2007 | A 20 Km | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital              | Abrantes         | 04.05 | 1     |
| 4,65 | pc   | Bruna Ruela            | S18 | 2007 | PLF     | Braga      | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap     | Braga            | 27.01 | 24 t  |
| 4,65 | 0,0  | Carolina Pita          | S18 | 2007 | GDE     | Madeira    | Campeonato Regional de Inverno        | Ribeira Brava    | 06.01 | 5 t   |
| 4,64 | 0,5  | Isaura Correia         | S18 | 2008 | ACDRA   | Leiria     | Campeonato Distrital de Absolutos     | Pombal           | 08.06 | 4 t   |
| 4,64 | 2,0  | Margarida António -ANG | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Campeonato Regional de Juniores       | Seixal           | 18.07 | 4 t   |
| 4,63 | 1,9  | Jéssica Fedoriv        | S18 | 2008 | CASJ    | Algarve    | Campeonato Nacional 3ª Divisão        | Abrantes         | 13.07 | 5 t   |
| 4,63 | 0,0  | Luna Dias              | S18 | 2007 | AACC    | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas       | Almada           | 21.04 | HEP   |
| 4,63 | 0,0  | Madalena Aurélio       | S18 | 2008 | SLA     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis           | Almada           | 30.06 | 8     |
| 4,63 | 2,0  | Selma Vilar            | S18 | 2008 | CDCFASA | Guarda     | Torneio Nacional Olímpico Jovem       | Lagoa            | 18.05 | 4 G1  |
| 4,62 | -0,2 | Rafaela Pires          | S18 | 2008 | GDP-L   | Leiria     | Triatlo Técnico Distrital             | Coimbra          | 17.02 | TRI   |
| 4,61 | 1,7  | Diana Vilar            | S18 | 2008 | NAC     | Aveiro     | Olímpico Jovem Distrital              | Luso             | 20.04 | 2     |
| 4,60 | pc   | Beatriz Alves          | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal           | 21.01 | 12    |
| 4,60 | 0,1  | Inês Fernandes         | S18 | 2007 | SCE     | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18           | Vagos            | 08.06 | 2     |
| 4,60 | -0,4 | Joana Henriques        | S18 | 2008 | NSF     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno    | Faro             | 14.01 | 2     |
| 4,59 | pc   | Nádia Mata             | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18   | Jamor (CAR)      | 28.01 | 5     |
| 4,59 | pc   | Oleksandra Sliposhch   | S18 | 2007 | NDAP    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal           | 21.01 | 13    |
| 4,58 | 0,1  | Joana Solé             | S18 | 2007 | CYCL    | V. Castelo | Campeonato do Norte Sub 18            | Lousada          | 29.06 | 8     |
| 4,58 | 1,0  | Luna Rodrigues         | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital              | Abrantes         | 04.05 | 3     |
| 4,55 | 1,7  | Marina Intchala - CPV  | S18 | 2008 | JOMA    | Lisboa     | Campeonato Regional S18               | Lisboa (AL)      | 11.05 | 9     |
| 4,54 | 1,9  | Soraia Lourenço        | S18 | 2007 | CDQ     | Algarve    | Olímpico Jovem Regional               | Faro             | 04.05 | 4     |
| 4,52 | 0,3  | Marta Machado          | S18 | 2007 | GDR     | Viseu      | Campeonato Distrital de Inverno       | Viseu            | 27.01 | 3 t   |
| 4,51 | 1,9  | Ariana Teixeira        | S18 | 2007 | ADREP   | Aveiro     | 2ª Jornada Taça AAA                   | Vagos            | 30.05 | 2 t   |
| 4,50 | -0,3 | Bruna Xavier           | S18 | 2008 | CASJ    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno    | Faro             | 14.01 | 3     |
| 4,48 | 0,3  | Rafaela Queiroz        | S18 | 2008 | PLF     | Braga      | Torneio Regional Olímpico Jovem       | Braga            | 11.06 | 3     |
| 4,47 | 0,1  | Rita Torres            | S18 | 2007 | CSJSC   | Aveiro     | Meeting Arada Atlético Clube          | Arada            | 13.07 | 3     |
| 4,46 | 1,6  | Carolina D Santos      | S18 | 2007 | CAMG    | Leiria     | Campeonato Nacional 3ª Divisão        | Abrantes         | 13.07 | 8 t   |
| 4,45 | -0,8 | Margarida Carmo        | S18 | 2007 | AMAC    | Lisboa     | Meeting António Fortunato             | Torres Vedras    | 07.04 | 2 t   |
| 4,43 | -1,0 | Iris Antunes           | S18 | 2008 | ADECT   | Algarve    | Campeonato Regional Sub 20            | Quarteira        | 09.06 | 3 t   |
| 4,42 | 0,7  | Bruna Silva            | S18 | 2008 | QFC     | Setúbal    | Campeonato de Clubes de Inverno       | Seixal           | 06.01 | 5 t   |
| 4,42 | 0,6  | Sara Vilaça            | S18 | 2008 | SCB     | Braga      | Torneio de Preparação                 | Braga            | 20.04 | 11 t  |
| 4,41 | -2,3 | Filipa Duarte          | S18 | 2007 | CASJ    | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas      | Faro             | 07.04 | HEP   |
| 4,40 | 1,4  | Mariana Pratas         | S18 | 2007 | CLAC    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 20           | Abrantes         | 22.06 | 6 t   |
| 4,39 | -2,5 | Helena Fernandes       | S18 | 2008 | ACDRSQ  | Coimbra    | Campeonato Distrital Absoluto         | Coimbra          | 22.06 | 4 t   |
| 4,39 | -0,7 | Mariana Moura          | S17 | 2007 | JIV-SM  | S. Miguel  | Provas de Preparação                  | Ponta Delgada    | 11.05 | 3     |
| 4,38 | 1,1  | Camila Silva           | S18 | 2007 | GAF     | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital              | Abrantes         | 04.05 | 4     |
| 4,37 | 0,4  | Inês Rocha             | S18 | 2008 | CAM-VC  | V. Castelo | Atleta Completo                       | Viana do Castelo | 07.04 | HEP   |
| 4,36 | 2,0  | Catarina Tenazinha     | S18 | 2007 | CASJ    | Algarve    | Olímpico Jovem Regional               | Faro             | 04.05 | 5     |
| 4,36 | -1,0 | Eliéta Mendes          | S18 | 2008 | NSCPSX  | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas       | Almada           | 21.04 | HEP   |
| 4,36 | 0,0  | Lara Figueiredo        | S18 | 2008 | ACPV    | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional       | Lousada          | 04.05 | 2     |
| 4,36 | 1,5  | Matilde Gomes          | S18 | 2007 | CAM-VC  | V. Castelo | Atleta Completo                       | Viana do Castelo | 07.04 | HEP   |
| 4,36 | 1,7  | Raquel Lopes           | S18 | 2008 | THA     | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital              | Abrantes         | 04.05 | 5     |
| 4,34 | 0,0  | Laura Perez            | S18 | 2007 | AJS     | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas      | Ribeira Brava    | 07.04 | HEP   |
| 4,33 | 1,7  | Filipa Silva           | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Meeting Renato Silva                  | Vagos            | 12.05 | 11 t  |
| 4,33 | -1,3 | Margarida Ferreira     | S18 | 2007 | ACFR    | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional       | Lousada          | 04.05 | 3     |
| 4,33 | 0,8  | Matilde Matafome       | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital              | Abrantes         | 04.05 | 6     |
| 4,33 | 0,0  | Sara Fernandes         | S18 | 2007 | AJS     | Madeira    | Campeonato Regional de Inverno        | Ribeira Brava    | 06.01 | 6 t   |
| 4,32 | 0,1  | Leticia Valente        | S18 | 2008 | ACDCVC  | Aveiro     | Meeting Arada Atlético Clube          | Arada            | 13.07 | 4     |
| 4,30 | 0,0  | Alicia Batista - ANG   | S18 | 2007 | LAVRA   | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional       | Lousada          | 04.05 | 5     |
| 4,30 | 1,9  | Catarina Seabra        | S18 | 2008 | GRE-AA  | Coimbra    | Campeonato Distrital P Combinadas     | Pombal           | 12.05 | HEP   |
| 4,30 | 1,2  | Laura Marçal           | S18 | 2008 | SCA     | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital              | Abrantes         | 04.05 | 7     |
| 4,29 | 1,3  | Carolina Pacheco       | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas      | Faro             | 04.04 | HEP   |
| 4,26 | 0,0  | Matilde Nascimento     | S18 | 2008 | CAP     | Porto      | Campeonato Nacional Clubes - Aptº     | Lousada          | 01.06 | 27 t  |
| 4,25 | 1,4  | Inês Marques           | S18 | 2008 | AGV     | Viseu      | Hora do Comprimento                   | Viseu            | 17.02 | 4 t   |
| 4,24 | 1,8  | Sol Soares             | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Torneio de Abertura de Pista          | Fátima           | 06.04 | 5 t   |
| 4,23 | -0,4 | Bébora Martins         | S18 | 2008 | CSM     | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas      | Ribeira Brava    | 07.04 | HEP   |
| 4,23 | -0,1 | Filipa Pereira         | S18 | 2007 | ACPV    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18            | Lousada          | 29.06 | 11    |
| 4,23 | 1,7  | Patricia Sebastião     | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Campeonato Regional de Clubes Verão   | Almada           | 11.05 | 5 t   |
| 4,21 | -0,1 | Margarida Escobar      | S18 | 2007 | CIAIA   | Faial      | Campeonato Distrital Sub 18           | Rio Maior        | 09.06 | Extra |
| 4,20 | pc   | Margarida Abreu        | S18 | 2008 | AEAC    | Santarém   | Campeonato Distrital de Inverno 2024  | Alpiarça         | 03.02 | 5 t   |

|      |      |                        |     |      |         |            |  |                   |       |      |
|------|------|------------------------|-----|------|---------|------------|--|-------------------|-------|------|
| 4,20 | 0,1  | Sílvia Jesus           | S18 | 2007 | AJS     | Madeira    | Campeonato Regional de Absolutos       | Ribeira Brava     | 08.06 | 5 t  |
| 4,19 | -0,6 | Catarina Guerreiro     | S18 | 2007 | SPF     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno     | Faro              | 14.01 | 8    |
| 4,18 | 1,5  | Carla Cunha            | S18 | 2008 | AMCRS   | Coimbra    | Campeonato Distrital Absoluto          | Coimbra           | 22.06 | 6 t  |
| 4,18 | -1,1 | Júlia Novo             | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria            | 29.06 | 3    |
| 4,17 | 1,0  | Ariana Reis            | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Regional S18                | Lisboa (AL)       | 11.05 | 13   |
| 4,17 | 0,0  | Miriam Alves           | S18 | 2007 | LAVRA   | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional        | Lousada           | 04.05 | 7    |
| 4,16 | -0,2 | Ana Teixeira           | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada            | 21.04 | HEP  |
| 4,15 | 0,2  | Maria Manuel Brito     | S18 | 2007 | AGV     | Viseu      | Campeonato Distrital de Inverno        | Viseu             | 27.01 | 5 t  |
| 4,14 | -0,1 | Matilde Baião          | S18 | 2008 | ADCV    | Portalegre | Torneio de Saltos                      | Ponte de Sôr      | 06.01 | 1    |
| 4,11 | pc   | Filipa Moita           | S18 | 2007 | JV      | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal            | 21.01 | 16   |
| 4,10 | 0,3  | Ana Teresa Sousa       | S18 | 2008 | VTSC    | Braga      | Torneio Regional Olímpico Jovem        | Braga             | 11.05 | 5    |
| 4,08 | 0,4  | Leonor Pereira         | S18 | 2008 | NJCPN   | C. Branco  | Campeonato de Inverno P Coombinadas    | Castelo Branco    | 21.01 | PEN  |
| 4,05 | pc   | Inês Francisco         | S18 | 2007 | IFC     | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18    | Jamor (CAR)       | 28.01 | 7    |
| 4,05 | pc   | Mafalda Cancelo        | S18 | 2007 | CDCNAV  | Porto      | Campeonato Absoluto Norte P Coberta    | Braga             | 14.01 | 9 t  |
| 4,04 | 0,2  | Eduarda Rios Viana     | S18 | 2007 | CYCL    | V. Castelo | Pista em Janeiro                       | Viana do Castelo  | 27.01 | 4 t  |
| 4,04 | 0,0  | Kateryna Kalmkova-UKR  | S18 | 2007 | CIAIA   | Faial      | Taça ADIF de Saltos                    | Cidade da Horta   | 15.03 | 1    |
| 4,03 | -0,3 | Beatriz Ferreira       | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato AASM de Juvenis             | Ponta Delgada     | 15.06 | 1    |
| 4,03 | -0,7 | Matilde Freitas        | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Ribeira Brava     | 07.04 | HEP  |
| 4,02 | 0,1  | Lara Almeida           | S18 | 2008 | ADREP   | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Luso              | 17.02 | 6 t  |
| 4,02 | 0,7  | Rita Vasconcelos       | S18 | 2008 | MAC     | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional        | Lousada           | 04.05 | 9    |
| 4,01 | pc   | Laura Lopes            | S18 | 2008 | SCB     | Braga      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Braga             | 20.01 | PEN  |
| 4,00 | 1,4  | Diana Freire           | S18 | 2008 | GAF     | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital               | Abrantes          | 04.05 | 8    |
| 4,00 | -2,5 | Victória Possante      | S18 | 2008 | CDQ     | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro              | 07.04 | HEP  |
| 3,99 | -0,8 | Cristina Azevedo       | S18 | 2007 | SCB     | Braga      | Campeonato Absoluto do Norte           | Braga             | 14.06 | 20 t |
| 3,99 | 0,2  | Sofia Meira            | S18 | 2007 | SLA     | Setúbal    | Olímpico Jovem Regional                | Almada            | 04.05 | 7    |
| 3,99 | -0,6 | Vera Gaspar            | S18 | 2008 | NDAP    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 20            | Leiria            | 22.06 | 6 t  |
| 3,98 | pc   | Cristiana Martins      | S18 | 2007 | CTMVPA  | Vila Real  | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Braga             | 20.01 | PEN  |
| 3,96 | 1,2  | Beatriz Barreiras      | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18             | Ribeira Brava     | 22.06 | 8    |
| 3,96 | 0,0  | Raquel Cavaco          | S18 | 2008 | PFC     | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada            | 21.04 | HEP  |
| 3,94 | -1,3 | Margarida Rosado       | S18 | 2008 | JDN     | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas       | Beja              | 14.04 | HEP  |
| 3,92 | pc   | Maria Macedo           | S18 | 2008 | VTSC    | Braga      | I Noite Atlético em Pista Coberta      | Braga             | 10.01 | 8    |
| 3,90 | pc   | Carlota Martins        | S18 | 2007 | ACDAV   | V. Castelo | Campeonato Absoluto Norte P Coberta    | Braga             | 14.01 | 12 t |
| 3,90 | 1,6  | Catarina Oliveira      | S18 | 2008 | GDSD    | Lisboa     | Campeonato Regional S18                | Lisboa (AL)       | 11.05 | 15   |
| 3,88 | 1,3  | Catarina Sousa         | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos             | 28.04 | HEP  |
| 3,88 | 0,3  | Mariana Morim          | S18 | 2007 | CDCNAV  | Porto      | Torneio de Preparação                  | Braga             | 20.04 | 16 t |
| 3,87 | 0,1  | Ruth Lima - BRA        | S18 | 2007 | CCSJM   | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos             | 28.04 | HEP  |
| 3,86 | pc   | Francisca Nunes        | S18 | 2008 | NSCPCX  | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal            | 21.01 | 6    |
| 3,85 | 1,7  | Nádia Pinho            | S18 | 2008 | ACDCVC  | Aveiro     | Torneio Cidade de Lourosa              | Lourosa           | 01.05 | 7 t  |
| 3,84 | 0,3  | Margarida Freitas      | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato da AASM de Saltos           | Ponta Delgada     | 23.03 | 6 t  |
| 3,83 | 0,1  | Alice Vieira           | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Regional de Inverno         | Ribeira Brava     | 06.01 | 7 t  |
| 3,82 | 1,8  | Martinha Santos        | S18 | 2008 | CDAA    | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital               | Abrantes          | 04.05 | 10   |
| 3,81 | pc   | Elizaveta Shuyvan      | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Alpiarça          | 20.01 | 17   |
| 3,80 | 0,3  | Cediane Silva - CPV    | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Regional de Inverno         | Ribeira Brava     | 06.01 | 8 t  |
| 3,80 | -0,1 | Laura Ribeiro          | S18 | 2008 | NJCPN   | C. Branco  | Campeonato de Inverno P Coombinadas    | Castelo Branco    | 21.01 | PEN  |
| 3,78 | 1,1  | Eulália Borges         | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Campeonato de Clubes de Inverno        | Seixal            | 06.01 | 2 t  |
| 3,77 | 0,3  | Bárbara Pinho          | S18 | 2007 | ACDCVC  | Aveiro     | Campeonato Dist P Combinadas Inverno   | Luso              | 07.01 | PEN  |
| 3,76 | 0,5  | Angelina Valente       | S18 | 2007 | SCBM    | Aveiro     | Torneio Bruno Saramago                 | Branca            | 25.04 | 6    |
| 3,75 | 0,3  | Luna Duarte            | S18 | 2008 | VTSC    | Braga      | Torneio Regional Olímpico Jovem        | Braga             | 11.05 | 9    |
| 3,74 | -2,2 | Mariana Costa          | S18 | 2008 | FCC     | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas       | Beja              | 14.04 | HEP  |
| 3,74 | 0,5  | Petra Faria            | S18 | 2008 | CSM     | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18             | Ribeira Brava     | 22.06 | 9    |
| 3,73 | 1,6  | Anastasiia Mamynova-R  | S18 | 2008 | CATUNES | Algarve    | Olímpico Jovem Regional                | Faro              | 04.05 | 11   |
| 3,73 | 1,1  | Flor dde Oliveira      | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Olímpico Jovem Regional                | Almada            | 04.05 | 8    |
| 3,72 | 0,0  | Ana Ferreira           | S18 | 2008 | CDP     | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada           | 12.05 | HEP  |
| 3,72 | -0,6 | Joana Costa            | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato AASM de Juvenis             | Ponta Delgada     | 15.06 | 2    |
| 3,70 | -2   | Kristina Kliamar - UKR | S18 | 2007 | JDN     | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas       | Beja              | 14.04 | HEP  |
| 3,68 | -1,5 | Leonor Borges          | S18 | 2007 | AMA-VR  | Vila Real  | Torneio Olímpico Jovem                 | Vila Pouca Aguiar | 04.05 | 2    |
| 3,68 | 0,9  | Rita Vieira            | S18 | 2007 | LLFC    | Aveiro     | Campeonato Dist P Combinadas Inverno   | Luso              | 07.01 | PEN  |
| 3,67 | 0,3  | Eva Pinto              | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Olímpico Jovem Distrital               | Luso              | 20.04 | 6    |
| 3,67 | -1,1 | Maria Leonor Santos    | S18 | 2007 | ACDRSQ  | Coimbra    | Triatlo Técnico Distrital              | Coimbra           | 17.02 | TRI  |
| 3,67 | -2,0 | Micaela Pinheiro       | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior         | 09.06 | 13   |
| 3,65 | -0,5 | Daniela Oliveira       | S18 | 2007 | ACRVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub 23 Inverno    | Vagos             | 13.01 | 6 t  |
| 3,65 | 1,8  | Joana Ferreira         | S18 | 2008 | ACRVC   | Aveiro     | Olímpico Jovem Distrital               | Luso              | 20.04 | 7    |
| 3,64 | -1,0 | Inês Silva             | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato AASM de Juvenis             | Ponta Delgada     | 15.06 | 3    |
| 3,63 | 2,0  | Eva Ventura            | S18 | 2008 | NJCPN   | C. Branco  | Campeonato de Inverno P Coombinadas    | Castelo Branco    | 21.01 | PEN  |
| 3,61 | 1,1  | Beatriz Moniz          | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Torneio de Abertura de Verão           | Ponta Delgada     | 02.03 | 6 t  |
| 3,61 | 0,5  | Jankii Patel - IND     | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital               | Abrantes          | 04.05 | 9    |
| 3,61 | 1,8  | Nádia Morais           | S18 | 2007 | HMGS    | Aveiro     | Torneio Cidade de Lourosa              | Lourosa           | 01.05 | 9 t  |
| 3,59 | 1,7  | Amélia André           | S18 | 2008 | CDAA    | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital               | Abrantes          | 04.05 | 11   |
| 3,58 | -0,4 | Maria Pimentel         | S18 | 2007 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato AASM de Juvenis             | Ponta Delgada     | 15.06 | 4    |

|      |      |                  |     |      |          |            |  |                  |       |      |
|------|------|------------------|-----|------|----------|------------|--|------------------|-------|------|
| 3,56 | -2,2 | Marta Braz       | S18 | 2007 | JDN      | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas       | Beja             | 14.04 | HEP  |
| 3,55 | 0,2  | Rafaela Viana    | S18 | 2007 | EAT      | Porto      | Torneio de Preparação                  | Braga            | 20.04 | 20 t |
| 3,53 | 0,1  | Bárbara Castro   | S18 | 2008 | ASCDUR   | Aveiro     | Campeonato Dist P Combinadas Inverno   | Luso             | 07.01 | PEN  |
| 3,51 | 1,7  | Maria Martins    | S18 | 2008 | JOBRA    | Aveiro     | Torneio Bruno Saramago                 | Branca           | 25.04 | 8    |
| 3,51 | 0,0  | Mariana Marques  | S18 | 2008 | MAC      | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 29.06 | 27   |
| 3,51 | -0,1 | Mónica Furtado   | S18 | 2008 | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato AASM de Juvenis             | Ponta Delgada    | 15.06 | 5    |
| 3,49 | 1,2  | Leonor Paredes   | S18 | 2008 | CDCFASA  | Guarda     | Encontro de Atletismo "Abaixo de Zero" | Castelo Branco   | 13.01 | 8 t  |
| 3,49 | -1,9 | Margarida Silva  | S18 | 2008 | CAF-SCF  | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 29.06 | 28   |
| 3,47 | 1,2  | Sofia Reis       | S18 | 2007 | CDOL     | S. Miguel  | Campeonato da AASM de Inverno          | Ponta Delgada    | 20.01 | 3 t  |
| 3,46 | 0,0  | Catarina Viana   | S18 | 2008 | MAC      | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 29.06 | 29   |
| 3,46 | -1,6 | Inês Pereira     | S18 | 2007 | SCUT     | Lisboa     | Meeting António Fortunato              | Torres Vedras    | 07.04 | 3 t  |
| 3,46 | 1,0  | Mariana Resende  | S18 | 2007 | LAVRA    | Porto      | Torneio de Preparação                  | Braga            | 20.04 | 21 t |
| 3,45 | -0,5 | Sara Matos       | S18 | 2008 | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato AASM de Juvenis             | Ponta Delgada    | 15.06 | 6    |
| 3,44 | 0,0  | Rita Rocha       | S18 | 2008 | CAF-SCF  | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 29.06 | 30   |
| 3,40 | 0,1  | Raquel Caetano   | S18 | 2008 | CRCDL    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno     | Faro             | 14.01 | 13   |
| 3,38 | 0,9  | Cláudia Carvalho | S18 | 2007 | JOBRA    | Aveiro     | Torneio Bruno Saramago                 | Branca           | 25.04 | 10   |
| 3,34 | -0,2 | Luana Pinto      | S18 | 2008 | HCF      | Vila Real  | Torneio de Abertura de Pista           | Vila Real        | 23.03 | 6 t  |
| 3,26 | 0,0  | Liz Ferreira     | S18 | 2008 | RUNRIVER | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 12.05 | HEP  |
| 3,19 | -0,2 | Laura Silveira   | S18 | 2008 | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato AASM de Juvenis             | Ponta Delgada    | 15.06 | 7    |
| 3,06 | -0,8 | Camila Ferraz    | S18 | 2007 | GRE-AA   | Coimbra    | Triatlo Técnico Distrital              | Coimbra          | 17.02 | TRI  |
| 2,90 | -0,6 | Laura Crasto     | S18 | 2007 | ADBAR    | V. Castelo | Pista em Janeiro                       | Viana do Castelo | 27.01 | 10 t |
| 2,86 | 0,4  | Violeta Coelho   | S18 | 2008 | ACRVC    | Aveiro     | Torneio Bruno Saramago                 | Branca           | 25.04 | 12   |
| 2,81 | pc   | Liliana Quedas   | S18 | 2008 | ACRM     | Lisboa     | Provas Extra                           | Jamor (CAR)      | 18.02 | 4 t  |
| 1,20 | 4,6  | Carlota Paiva    | S18 | 2008 | MAC      | Porto      | 3ª Noite Quente                        | Leça da Palmeira | 12.06 | 6 t  |

Todas

## TRIPLO SALTO

CEJ: 12,20m / RN: 12,87m

Patrícia Mamona/JOMA/Marrakech (MOR)/14.07.2005

| MARCA | V    | ATLETA                 | ESC | ANO  | CLUBE   | AR         | COMPETIÇÃO                             | LOCAL          | DATA  | INFORM |
|-------|------|------------------------|-----|------|---------|------------|--|----------------|-------|--------|
| 11,48 | 1,2  | Naycira Varela         | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Meeting do Trabalhador                 | Lisboa (I)     | 01.05 | 4 t    |
| 11,41 | pc   | Natacha Candé          | S18 | 2007 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap      | Pombal         | 27.01 | 8 t    |
| 11,34 | -0,6 | Leonor Ascenso         | S18 | 2008 | JV      | Leiria     | Campeonato Distrital Sub-20            | Leiria         | 23.06 | 1      |
| 11,33 | 1,7  | Joana Ghira            | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Regional S23 e Seniores     | Lisboa (AL)    | 23.06 | 4 t    |
| 11,21 | -0,3 | Nicolle Moura - BRA    | S18 | 2007 | AABV    | Algarve    | Campeonato Regional de Inverno 2024    | Faro           | 21.01 | 2 t    |
| 11,13 | -0,4 | Marta Carriço          | S18 | 2008 | ACDRA   | Leiria     | Campeonato Nacional 2ª Divisão         | Viseu          | 14.07 | 4 t    |
| 11,05 | pc   | Nádia Mata             | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Regional de Inverno         | Jamor (CAR)    | 13.01 | 5 t    |
| 10,96 | 0,4  | Leonor Saraiva         | S18 | 2007 | GRE-AA  | Coimbra    | Campeonato Nacional Sub18              | Beja           | 07.07 | 8      |
| 10,95 | pc   | Fátima Câmara          | S18 | 2007 | CFOD    | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta   | Braga          | 04.02 | 5      |
| 10,87 | 0,8  | Helena Fernandes       | S18 | 2008 | ACDRSQ  | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub-18            | Coimbra        | 10.06 | 1      |
| 10,82 | pc   | Katerina Quinn - GBR   | S18 | 2008 | JV      | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta  | Pombal         | 13.01 | 1 t    |
| 10,80 | 0,1  | Rita Martins           | S18 | 2007 | CPPEA   | Setúbal    | Campeonato Regional de Absolutos       | Almada         | 09.06 | 2 t    |
| 10,78 | pc   | Matilde Soares         | S18 | 2007 | CAMG    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal         | 20.01 | 3      |
| 10,77 | 1,8  | Filipa Fernandes       | S18 | 2008 | LLFC    | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-20            | Vagos          | 23.06 | 1      |
| 10,75 | -0,3 | Isaura Correia         | S18 | 2008 | ACDRA   | Leiria     | 2ª Noite do Lis                        | Leiria         | 12.06 | 2 t    |
| 10,70 | -1,2 | Angelina Volkmar - GER | S18 | 2008 | CRCDL   | Algarve    | Campeonato Regional Sub-20             | Faro           | 08.06 | 2 t    |
| 10,70 | -0,5 | Diana Vatula           | S18 | 2007 | CAMG    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria         | 30.06 | 4      |
| 10,67 | pc   | Mariana Baixinho       | S18 | 2008 | SLB     | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18    | Jamor (P2)     | 27.01 | 5      |
| 10,63 | 0,6  | Madalena Tavares       | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Regional S18                | Lisboa (AL)    | 12.05 | 4      |
| 10,57 | 0,1  | Beatriz Gomes          | S18 | 2008 | GAC-L   | Leiria     | Campeonato Nacional Sub18              | Beja           | 07.07 | 15     |
| 10,55 | 1,8  | Beatriz Maia           | S18 | 2008 | VFC     | Setúbal    | Provas de Preparação                   | Lisboa (AL)    | 17.07 | Extra  |
| 10,48 | 1,2  | Oleksandra Sliposhch   | S18 | 2007 | NDAP    | Leiria     | Meeting da Inclusão                    | Lisboa (AL)    | 26.05 | Extra  |
| 10,26 | 0,1  | Bruna Xavier           | S18 | 2008 | CASJ    | Algarve    | Campeonato Regional de Inverno 2024    | Faro           | 21.01 | 5 t    |
| 10,22 | 0,5  | Joana Rosa             | S18 | 2007 | CPPEA   | Setúbal    | Campeonato Nacional 3ª Divisão         | Abrantes       | 14.07 | 4 t    |
| 10,22 | 1,7  | Sofia Machado          | S18 | 2008 | GCAD    | C. Branco  | Encontro de Atletismo "Abaixo de Zero" | Castelo Branco | 13.01 | 2 t    |
| 10,18 | 1,9  | Inês Rocha             | S18 | 2008 | CAM-VC  | V. Castelo | Campeonato Nacional 3ª Divisão         | Abrantes       | 14.07 | 5 t    |
| 10,10 | -1,8 | Beatriz Pereira        | S18 | 2007 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Regional de Absolutos       | Ribeira Brava  | 09.06 | 2 t    |
| 9,97  | pc   | Beatriz Ferrari - BRA  | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18    | Jamor (P2)     | 27.01 | 8      |
| 9,96  | 1,4  | Lara Lopes             | S18 | 2007 | A 20 Km | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior      | 08.06 | 4      |
| 9,87  | 0,3  | Matilde Nascimento     | S18 | 2008 | CAP     | Porto      | Campeonato Nacional 3ª Divisão         | Abrantes       | 14.07 | 6 t    |
| 9,77  | 0,5  | Matilde Freitas        | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18             | Ribeira Brava  | 23.06 | 2      |
| 9,64  | 0,0  | Rafaela Queiroz        | S18 | 2008 | PLF     | Braga      | II Noite Atlética                      | Braga          | 03.07 | 3 t    |
| 9,59  | pc   | Diana Vilar            | S18 | 2008 | NAC     | Aveiro     | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap      | Braga          | 27.01 | 25 t   |
| 9,56  | 1,5  | Camila Silva           | S18 | 2007 | GAF     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior      | 08.06 | 6      |
| 9,53  | -1,6 | Maria Luís Silva       | S18 | 2007 | GRECAS  | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18            | Vagos          | 09.06 | 2      |
| 9,52  | -0,5 | Sílvia Jesus           | S18 | 2007 | AJS     | Madeira    | Campeonato Regional de Absolutos       | Ribeira Brava  | 09.06 | 3 t    |
| 9,50  | 0,0  | Margarida Ferreira     | S18 | 2007 | ACFR    |            | Provas Extra                           | Braga          | 11.05 | 5 t    |
| 9,49  | pc   | Inês Saldanha          | S18 | 2008 | THA     | Santarém   | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Alpiarça       | 04.02 | 2 t    |
| 9,31  | -0,7 | Filipa Duarte          | S18 | 2007 | CASJ    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 20             | Faro           | 08.06 | 3 t    |

|      |      |                   |     |      |         |            |  |               |       |     |
|------|------|-------------------|-----|------|---------|------------|--|---------------|-------|-----|
| 9,30 | 1,8  | Mariana Pratas    | S18 | 2007 | CLAC    | Santarém   | Campeonato de Santarém 2024            | Fátima        | 16.06 | 7 t |
| 9,28 | pc   | Luna Rodrigues    | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Alpiarça      | 21.01 | 6   |
| 9,25 | 0,9  | Ana Teixeira      | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior     | 08.06 | 7   |
| 9,19 | pc   | Mafalda Cancelo   | S18 | 2007 | CDCNAV  | Porto      | Torneio Jovem do Norte                 | Braga         | 17.02 | 4   |
| 9,12 | 0,6  | Carolina Pita     | S18 | 2007 | GDE     | Madeira    | Campeonato Regional Sub 20             | Ribeira Brava | 30.06 | 3 t |
| 9,12 | -0,4 | Vera Gaspar       | S18 | 2008 | NDAP    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 20            | Leiria        | 23.06 | 6   |
| 9,11 | pc   | Raquel Lopes      | S18 | 2008 | THA     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Alpiarça      | 21.01 | 9   |
| 9,05 | 0,7  | Sofia Reis        | S18 | 2007 | CDOL    | S. Miguel  | Torneio de Abertura de Verão           | Ponta Delgada | 01.03 | 2   |
| 9,04 | pc   | Diana Freire      | S18 | 2008 | GAF     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Alpiarça      | 21.01 | 11  |
| 9,00 | 0,3  | Luna Andrade      | S18 | 2007 | AJS     | Madeira    | Campeonato Regional Sub 20             | Ribeira Brava | 30.06 | 4 t |
| 8,85 | 1,9  | Carolina Miguel   | S18 | 2007 | A 20 Km | Santarém   | Campeonato de Santarém 2024            | Fátima        | 16.06 | 8 t |
| 8,81 | 0,8  | Matilde Baião     | S18 | 2008 | ADCV    | Portalegre | Torneio de Saltos                      | Ponte de Sôr  | 06.01 | 1   |
| 8,69 | -2,0 | Leticia Valente   | S18 | 2008 | ACDCVC  | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18            | Vagos         | 09.06 | 4   |
| 7,90 | pc   | Elizaveta Shuyvan | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Alpiarça      | 04.02 | 8 t |
| 7,89 | pc   | Amélia André      | S18 | 2008 | CDA     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Alpiarça      | 21.01 | 18  |
| 7,83 | 1,3  | Martinha Santos   | S18 | 2008 | CDA     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior     | 08.06 | 9   |

Todas

## ALTURA

CEJ: 1,74m / RN: 1,79m

Marisa Anselno/CASM/Funchal/11.05.2002

| MARCA       | ATLETA                  | ESC        | ANO         | CLUBE         | AR               | COMPETIÇÃO                               | LOCAL                | DATA         | INFORM     |
|-------------|-------------------------|------------|-------------|---------------|------------------|--|----------------------|--------------|------------|
| <b>1,81</b> | <b>Natacha Candé</b>    | <b>S18</b> | <b>2007</b> | <b>JIV-SM</b> | <b>S. Miguel</b> | <b>Campeonato Nacional Sub-20</b>        | <b>Viana Castelo</b> | <b>27.07</b> | <b>1 t</b> |
| 1,60        | pc Inês Pedro           | S18        | 2008        | AMONT         | Braga            | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal               | 09.03        | TRI        |
| 1,58        | pc Madalena Sampaio     | S18        | 2008        | AFS           | Lisboa           | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap        | Pombal               | 28.01        | 6 t        |
| 1,58        | Maria Luís Silva        | S18        | 2007        | GRECAS        | Aveiro           | Campeonato Nacional 2ª Divisão           | Viseu                | 13.07        | 4 t        |
| 1,58        | Rita Moreira            | S18        | 2008        | CAP           | Porto            | Campeonato Nacional Sub18                | Beja                 | 06.07        | 2          |
| 1,57        | Mariana Miranda         | S18        | 2007        | SCP           | Lisboa           | Campeonato Regional Sub 23 e Seniores    | Lisboa (AL)          | 22.06        | 3 t        |
| 1,56        | Beatriz Santos          | S18        | 2008        | GDD           | Évora            | Campeonato do Alentejo de Pista          | Beja                 | 11.05        | 1 t        |
| 1,56        | pc Carlota Paiva        | S18        | 2008        | MAC           | Porto            | Campeonato Absoluto Norte P Coberta      | Braga                | 14.01        | 3 t        |
| 1,55        | Ana Moreira             | S18        | 2008        |               | Porto            | Campeonato Nacional Escolar              | Lagoa                | 25.05        | 1 t        |
| 1,55        | Joana Rosa              | S18        | 2007        | CPPEA         | Setúbal          | Campeonato Nacional Sub18                | Beja                 | 06.07        | 3          |
| 1,53        | Maria Rascão            | S18        | 2008        | GDD           | Évora            | Campeonato do Alentejo de Pista          | Beja                 | 11.05        | 2 t        |
| 1,51        | pc Carolina Frada       | S18        | 2007        | CFOD          | Porto            | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga                | 20.01        | PEN        |
| 1,51        | Joana Ghira             | S18        | 2008        | SCP           | Lisboa           | Jornada Especial                         | Lisboa (AL)          | 23.03        | 2          |
| 1,51        | Sofia Machado           | S18        | 2008        | GCAD          | C. Branco        | Campeonato Nacional Sub-20               | Viana do Castelo     | 27.07        | HEP        |
| 1,50        | Alice Varino            | S18        | 2008        | GDP-L         | Leiria           | Campeonato Distrital Sub 20              | Leiria               | 22.06        | 2 t        |
| 1,49        | Carolina Fernandes      | S18        | 2008        | AGV           | Viseu            | Atleta Completo Distrital                | Viseu                | 13.04        | HEP        |
| 1,48        | Angelina Volkmar - GER  | S18        | 2008        | CRDS          | Algarve          | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro                 | 02.03        | TRI        |
| 1,48        | pc Francisca Ferreira   | S18        | 2007        | ACFR          | Porto            | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta     | Braga                | 04.02        | PEN        |
| 1,48        | Pav Leonor Ascenso      | S18        | 2008        | JV            | Leiria           | Salto em Altura em Sala Distrital        | Batalha              | 09.02        | 1          |
| 1,48        | Nadine Pires            | S18        | 2008        | JV            | Leiria           | Triatlo Técnico Distrital                | Coimbra              | 17.02        | TRI        |
| 1,48        | Nicolle Moura - BRA     | S18        | 2007        | AABV          | Algarve          | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro                 | 02.03        | TRI        |
| 1,47        | Marina Intchala - CPV   | S18        | 2008        | JOMA          | Lisboa           | Campeonato Regional S20                  | Lisboa (AL)          | 06.07        | 2 t        |
| 1,46        | pc Leonor Lavos         | S18        | 2008        | GDP-L         | Leiria           | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta    | Pombal               | 13.01        | 5 t        |
| 1,46        | Marta Graunke - GER     | S18        | 2007        | AABV          | Algarve          | Campeonato Regional Absoluto             | Faro                 | 23.06        | 2 t        |
| 1,46        | Matilde Freitas         | S18        | 2008        | ADRAP         | Madeira          | Campeonato Regional Sub 18               | Ribeira Brava        | 23.06        | 1          |
| 1,46        | pc Olga Velez           | S18        | 2008        | AAC           | Coimbra          | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal               | 20.01        | 2          |
| 1,45        | Luna Dias               | S18        | 2007        | AACC          | Setúbal          | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal               | 17.02        | TRI        |
| 1,45        | Luna Rodrigues          | S18        | 2008        | CPA-S         | Santarém         | Campeonato Distrital Sub 18              | Rio Maior            | 08.06        | 2          |
| 1,45        | pc Simone Morim         | S18        | 2007        | ACFR          | Porto            | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga                | 20.01        | PEN        |
| 1,44        | pc Joana Seixas         | S18        | 2008        | ACB-L         | Leiria           | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap        | Pombal               | 28.01        | 13 t       |
| 1,44        | Mariana Intchala - CPV  | S18        | 2008        | JOMA          | Lisboa           | Meeting do Trabalhador                   | Lisboa (I)           | 01.05        | 4 t        |
| 1,44        | Marta Carriço           | S18        | 2007        | ACDRA         | Leiria           | Campeonato Nacional Clubes - Aptº        | Lisboa (AL)          | 01.06        | 18 t       |
| 1,44        | pc Vitória Anjos        | S18        | 2007        | CBF           | Algarve          | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap        | Pombal               | 27.01        | 13 t       |
| 1,42        | pc Catarina Seabra      | S18        | 2008        | GRE-AA        | Coimbra          | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta  | Pombal               | 06.01        | 4 t        |
| 1,42        | Catarina Tenazinha      | S18        | 2007        | CASJ          | Algarve          | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro                 | 02.03        | TRI        |
| 1,42        | pc Katerina Quinn - GBR | S18        | 2008        | JV            | Leiria           | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal               | 02.03        | TRI        |
| 1,42        | pc Marta Feliciano      | S18        | 2008        | JV            | Leiria           | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal               | 02.03        | TRI        |
| 1,42        | pc Rita Martins         | S18        | 2007        | CPPEA         | Setúbal          | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal               | 09.03        | TRI        |
| 1,42        | Rute Bandarra           | S18        | 2007        | ADTT          | Setúbal          | Campeonato Regional de Inverno           | Setúbal              | 13.01        | 4 t        |
| 1,41        | Luana Rodrigues         | S18        | 2008        | CPA-S         | Santarém         | Campeonato de Santarém                   | Fátima               | 15.06        | 1 t        |
| 1,40        | Isaura Correia          | S18        | 2008        | ACDRA         | Leiria           | Campeonato Nacional 2ª Divisão           | Viseu                | 13.07        | 7 t        |
| 1,40        | Mariana Costa           | S18        | 2008        | FCC           | Beja             | Salto em Altura Distrital e P Preparação | Beja                 | 20.01        | 1          |
| 1,40        | Matilde Gomes           | S18        | 2008        | CAM-VC        | V. Castelo       | Campeonato Nacional 3ª Divisão           | Abrantes             | 13.07        | 4 t        |
| 1,40        | Matilde Moura           | S18        | 2008        | GDRJR         | Porto            | 3ª Noite Quente                          | Leça da Palmeira     | 12.06        | 4 t        |
| 1,38        | Ariana Reis             | S18        | 2007        | SCP           | Lisboa           | Campeonato Regional S18                  | Lisboa (AL)          | 11.05        | 6          |
| 1,38        | Catarina Sousa          | S18        | 2008        | SCE           | Aveiro           | Meeting Arada Atlético Clube             | Arada                | 13.07        | 1          |
| 1,38        | Jéssica Fedoriv         | S18        | 2008        | CASJ          | Algarve          | Campeonato Regional Sub 20               | Quarteira            | 09.06        | 2 t        |

|      |     |                        |     |      |         |            |  |                  |       |     |
|------|-----|------------------------|-----|------|---------|------------|--|------------------|-------|-----|
| 1,38 |     | Madalena Tavares       | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Torneio Atleta Completo                  | Lisboa (AL)      | 13.04 | HEP |
| 1,37 | Pav | Maria Jesus            | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria     | Salto em Altura em Sala Distrital        | Batalha          | 09.02 | 2   |
| 1,37 |     | Silvia Jesus           | S18 | 2007 | AJS     | Madeira    | Campeonato Regional de Inverno           | Ribeira Brava    | 06.01 | 2 t |
| 1,36 |     | Ana Beatriz Pereira    | S18 | 2007 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas         | Ribeira Brava    | 06.04 | HEP |
| 1,36 |     | Déborá Martins         | S18 | 2008 | CSM     | Madeira    | Campeonato Regional Sub 20               | Ribeira Brava    | 30.06 | 3 t |
| 1,36 |     | Lara Barroso           | S18 | 2008 | CPPEA   | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal           | 17.02 | TRI |
| 1,36 |     | Lara Lopes             | S18 | 2007 | A 20 Km | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18              | Rio Maior        | 08.06 | 3   |
| 1,36 |     | Rita Vasconcelos       | S18 | 2008 | MAC     | Porto      | Campeonato CLDE Porto                    | Póvoa de Varzim  | 23.03 | 3   |
| 1,35 |     | Carolina Pacheco       | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas         | Faro             | 06.04 | HEP |
| 1,35 |     | Rosário Reis           | S18 | 2008 | BAC     | Beja       | Salto em Altura Distrital e P Preparação | Beja             | 20.01 | 2   |
| 1,35 |     | Ruth Lima - BRA        | S18 | 2007 | CCSJM   | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas   | Vagos            | 27.04 | HEP |
| 1,34 | pc  | Helena Fernandes       | S18 | 2008 | ACDRSQ  | Coimbra    | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal           | 02.03 | TRI |
| 1,34 |     | Maria do Carmo Lúcio   | S18 | 2008 | AFS     | Lisboa     | Torneio Atleta Completo                  | Lisboa (AL)      | 13.04 | HEP |
| 1,34 |     | Nádia Mata             | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | Torneio Atleta Completo                  | Lisboa (AL)      | 13.04 | HEP |
| 1,33 |     | Alicia Baptista - ANG  | S18 | 2007 | LAVRA   | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Lousada          | 11.05 | HEP |
| 1,33 |     | Eulália Borges         | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal           | 17.02 | TRI |
| 1,33 |     | Margarida António -ANG | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal           | 17.02 | TRI |
| 1,32 |     | Alice Vieira           | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18               | Ribeira Brava    | 23.06 | 4   |
| 1,32 | pc  | Bruna Ruela            | S18 | 2008 | PLF     | Braga      | Triatlo Técnico Jovem do Norte           | Braga            | 17.02 | TRI |
| 1,32 |     | Laura Baltazar         | S18 | 2008 | JV      | Leiria     | Triatlo Técnico Distrital                | Coimbra          | 17.02 | TRI |
| 1,32 | pc  | Laura Moreira          | S18 | 2008 | VTSC    | Braga      | Triatlo Técnico Jovem do Norte           | Braga            | 17.02 | TRI |
| 1,32 |     | Rita Ferreira          | S18 | 2007 | ACDRSQ  | Coimbra    | Triatlo Técnico Distrital                | Coimbra          | 17.02 | TRI |
| 1,30 | pc  | Beatriz Alves          | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal           | 02.03 | TRI |
| 1,30 | pc  | Camila Silva           | S18 | 2007 | A 20 km | Santarém   | Torneio de Salto em Altura em Sala       | Alpiarça         | 28.01 | 1   |
| 1,30 |     | Eliéta Mendes          | S18 | 2008 | NSCPSX  | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal           | 17.02 | TRI |
| 1,30 | pc  | Filipa Duarte          | S18 | 2007 | CASJ    | Algarve    | Salto Altura Sala e Torneio Preparação   | VR Stº António   | 27.01 | 1   |
| 1,30 |     | Francisca Gouveia      | S18 | 2008 | GDE     | Madeira    | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava    | 24.02 | TRI |
| 1,30 | pc  | Inês Saldanha          | S18 | 2008 | THA     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno   | Alpiarça         | 20.01 | 3   |
| 1,30 |     | Kateryna Kalmykova-UKR | S18 | 2008 | CIAIA   | Faial      | Triatlo Técnico Jovem Regional           | Cidade da Horta  | 17.02 | TRI |
| 1,30 |     | Letícia Valente        | S18 | 2008 | ACDCVC  | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa          | 10.02 | 5 t |
| 1,30 |     | Margarida Rosado       | S18 | 2008 | JDN     | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas         | Beja             | 13.04 | HEP |
| 1,30 |     | Maria Camolas          | S18 | 2007 | PFC     | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal           | 17.02 | TRI |
| 1,30 |     | Maria Inácio           | S18 | 2008 | COP     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 20               | Quarteira        | 09.06 | 4 t |
| 1,30 |     | Mariana Sousa          | S18 | 2007 | AGV     | Viseu      | Campeonato Distrital Absoluto            | Viseu            | 16.06 | 2 t |
| 1,30 | pc  | Sol Soares             | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno   | Alpiarça         | 20.01 | 5   |
| 1,29 |     | Beatriz Barreiras      | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Regional de Inverno           | Ribeira Brava    | 06.01 | 4 t |
| 1,29 |     | Bruna Xavier           | S18 | 2008 | CASJ    | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas         | Faro             | 06.04 | HEP |
| 1,29 |     | Diana Vilar            | S18 | 2008 | NAC     | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas   | Vagos            | 27.04 | HEP |
| 1,29 |     | Joana Solé             | S18 | 2007 | CYCL    | V. Castelo | Atleta Completo                          | Viana do Castelo | 06.04 | HEP |
| 1,28 |     | Inês Fonseca           | S18 | 2008 | PLF     | Braga      | Provas Extra                             | Braga            | 11.05 | 5 t |
| 1,28 | pc  | Inês Rocha             | S18 | 2008 | CAM-VC  | V. Castelo | Triatlo Técnico Jovem do Norte           | Braga            | 17.02 | TRI |
| 1,28 |     | Rafaela Mateus - ANG   | S18 | 2007 | AABV    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | TRI |
| 1,28 |     | Sara Camolas           | S18 | 2007 | PFC     | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas          | Almada           | 20.04 | HEP |
| 1,27 |     | Ana Conde              | S18 | 2007 | ACFR    | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Lousada          | 11.05 | HEP |
| 1,26 | pc  | Sara Baeta             | S18 | 2007 | SCA     | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | TRI |
| 1,25 |     | Dawena Reis - BRA      | S18 | 2008 | ACM-A   | Terceira   | Triatlo Técnico Jovem Regional           | Cidade da Horta  | 17.02 | TRI |
| 1,25 |     | Mariana Morim          | S18 | 2007 | CDCNAV  | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18               | Lousada          | 29.06 | 10  |
| 1,25 |     | Matilde Matafome       | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas          | Almada           | 20.04 | HEP |
| 1,25 |     | Patrícia Sebastião     | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Campeonato Regional de Clubes Verão      | Almada           | 11.05 | 3 t |
| 1,25 |     | Silvia Soares          | S18 | 2008 | ARPC    | Terceira   | Torneio Triatlo Técnico Jovem S. Jorge   | Velas (S. Jorge) | 27.01 | TRI |
| 1,25 | pc  | Soraia Lourenço        | S18 | 2007 | CDQ     | Algarve    | Salto Altura Sala e Torneio Preparação   | VR Stº António   | 27.01 | 4   |
| 1,24 | pc  | Cristiana Martins      | S18 | 2007 | CTMVPA  | Vila Real  | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga            | 20.01 | PEN |
| 1,24 |     | Cristina Neves         | S18 | 2007 | CSM     | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas         | Ribeira Brava    | 06.04 | HEP |
| 1,24 | pc  | Denisa Rodrigues       | S18 | 2008 | CAS     | Guarda     | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal           | 09.03 | TRI |
| 1,24 |     | Eva Ventura            | S18 | 2008 | NJCPN   | C. Branco  | Campeonato de Inverno P Coombinadas      | Castelo Branco   | 21.01 | PEN |
| 1,24 |     | Filipa Silva           | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa          | 10.02 | TRI |
| 1,24 | pc  | Leonor Pinto           | S18 | 2008 | CFOD    | Porto      | Triatlo Técnico Jovem                    | Braga            | 28.01 | TRI |
| 1,24 | pc  | Maria Macedo           | S18 | 2008 | VTSC    | Braga      | Triatlo Técnico Jovem                    | Braga            | 28.01 | TRI |
| 1,24 |     | Mariana Lopes          | S18 | 2007 | AABV    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | TRI |
| 1,24 |     | Matilde Gonçalves      | S18 | 2007 | CRCDL   | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | TRI |
| 1,22 | pc  | Amélia André           | S18 | 2008 | CDAA    | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | TRI |
| 1,22 | pc  | Ana Teixeira           | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | TRI |
| 1,22 | pc  | Elizaveta Shuyvan      | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | TRI |
| 1,22 | pc  | Vera Gaspar            | S18 | 2008 | NDAP    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal           | 20.01 | 13  |
| 1,21 |     | Bárbara Castro         | S18 | 2008 | ASCDUR  | Aveiro     | Campeonato Dist P Combinadas Inverno     | Luso             | 07.01 | PEN |
| 1,21 | pc  | Laura Lopes            | S18 | 2008 | SCB     | Braga      | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga            | 20.01 | PEN |
| 1,20 |     | Angelina Valente       | S18 | 2007 | SCBM    | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas   | Vagos            | 27.04 | HEP |
| 1,20 |     | Eva Pinto              | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas   | Vagos            | 27.04 | HEP |
| 1,20 |     | Francisca Cortinhas    | S18 | 2007 | CSM     | Madeira    | Campeonato Regional Sub 20               | Ribeira Brava    | 30.06 | 5 t |



|      |     |                        |     |      |          |            |  |                  |       |     |
|------|-----|------------------------|-----|------|----------|------------|--|------------------|-------|-----|
| 1,20 |     | Íris Antunes           | S18 | 2008 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas         | Faro             | 06.04 | HEP |
| 1,20 | Pav | Ísis Passos            | S18 | 2008 | ACB-L    | Leiria     | Salto em Altura em Sala Distrital        | Batalha          | 09.02 | 6   |
| 1,20 |     | Jéssica Martins        | S18 | 2007 | ADECT    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | TRI |
| 1,20 |     | Kristina Kliamar - UKR | S18 | 2007 | JDN      | Beja       | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Beja             | 24.02 | TRI |
| 1,20 |     | Lisiane Silva          | S18 | 2008 | CATUNES  | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | TRI |
| 1,20 |     | Madalena Rocha         | S18 | 2007 | ARPC     | Terceira   | Torneio Triatlo Técnico Jovem S. Jorge   | Velas (S. Jorge) | 27.01 | TRI |
| 1,20 |     | Mara Sousa             | S18 | 2008 | ARPC     | Terceira   | Torneio Triatlo Técnico Jovem S. Jorge   | Velas (S. Jorge) | 27.01 | TRI |
| 1,20 | pc  | Maria Beatrice         | S18 | 2008 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18      | Jamor (CAR)      | 28.01 | 9   |
| 1,20 |     | Marta Braz             | S18 | 2007 | JDN      | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas         | Beja             | 13.04 | HEP |
| 1,20 |     | Sofia Reis             | S18 | 2007 | CDOL     | S. Miguel  | Campeonato AASM de Triatlo               | Ponta Delgada    | 01.02 | TRI |
| 1,20 | pc  | Victória Possante      | S18 | 2008 | CDQ      | Algarve    | Salto Altura Sala e Torneio Preparação   | VR Stº António   | 27.01 | 5   |
| 1,19 |     | Inês Marques           | S18 | 2008 | AGV      | Viseu      | Atleta Completo Distrital                | Viseu            | 13.04 | HEP |
| 1,18 |     | Bárbara Pinho          | S18 | 2007 | ACDCVC   | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa          | 10.02 | TRI |
| 1,18 |     | Carolina Pita          | S18 | 2007 | GDE      | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas         | Ribeira Brava    | 06.04 | HEP |
| 1,18 | pc  | Filipa Moita           | S18 | 2008 | GDP-L    | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal           | 02.03 | TRI |
| 1,18 | pc  | Júlia Novo             | S18 | 2008 | ACB-L    | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal           | 02.03 | TRI |
| 1,18 |     | Laura Perez            | S18 | 2007 | AJS      | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas         | Ribeira Brava    | 06.04 | HEP |
| 1,18 | pc  | Luísa Dinis            | S18 | 2007 | JV       | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal           | 02.03 | TRI |
| 1,18 |     | Luna Andrade           | S18 | 2007 | AJS      | Madeira    | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava    | 24.02 | TRI |
| 1,18 |     | Miriam Alves           | S18 | 2007 | LAVRA    | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Lousada          | 11.05 | 5   |
| 1,18 |     | Rita Vieira            | S18 | 2007 | LLFC     | Aveiro     | Campeonato Dist P Combinadas Inverno     | Luso             | 07.01 | PEN |
| 1,16 |     | Maria Manuel Brito     | S18 | 2007 | AGV      | Viseu      | Atleta Completo Distrital                | Viseu            | 13.04 | HEP |
| 1,15 |     | Isabela Davidoaia      | S18 | 2007 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno       | Faro             | 14.01 | 5   |
| 1,15 | pc  | Janki Patel - IND      | S18 | 2008 | A 20 Km  | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno   | Alpiarça         | 20.01 | 8   |
| 1,15 |     | Letícia Avlente        | S18 | 2008 | ACDCVC   | Aveiro     | Torneio João Rocha                       | Branca           | 09.03 | 6   |
| 1,15 |     | Letícia Azevedo        | S18 | 2008 | ARPC     | Terceira   | Torneio Triatlo Técnico Jovem S. Jorge   | Velas (S. Jorge) | 27.01 | TRI |
| 1,15 |     | Liz Ferreira           | S18 | 2008 | RUNRIVER | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Lousada          | 11.05 | HEP |
| 1,15 |     | Madalena Pardal        | S18 | 2008 | JDN      | Beja       | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Beja             | 24.02 | TRI |
| 1,15 |     | Maya De Greef - BEL    | S18 | 2007 | CRCDL    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 20               | Quarteira        | 09.06 | 5 t |
| 1,15 |     | Sara Fernandes         | S18 | 2007 | AJS      | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas         | Ribeira Brava    | 06.06 | HEP |
| 1,15 |     | Solange Mata           | S18 | 2007 | QFC      | Setúbal    | Campeonato Regional Clubes Inverno       | Seixal           | 06.01 | TRI |
| 1,14 | pc  | Raquel Lopes           | S18 | 2008 | THA      | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | TRI |
| 1,13 | pc  | Rafaela Queiroz        | S18 | 2008 | PLF      | Braga      | Torneio Jovem do Norte                   | Braga            | 17.02 | 6   |
| 1,12 |     | Emily Lopes - BRA      | S18 | 2007 | CRCDL    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | TRI |
| 1,12 |     | Nádia Pinho            | S18 | 2008 | ACDCVC   | Aveiro     | Campeonato Dist P Combinadas Inverno     | Luso             | 07.01 | PEN |
| 1,10 | pc  | Iara Alves             | S18 | 2008 | OCL      | Algarve    | Salto Altura Sala e Torneio Preparação   | VR Stº António   | 27.01 | 6   |
| 1,10 | pc  | Inaki Patel - IND      | S18 | 2008 | A 20 Km  | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | TRI |
| 1,10 |     | Mariana Oliveira       | S18 | 2007 | ARPC     | Terceira   | Torneio Triatlo Técnico Jovem S. Jorge   | Velas (S. Jorge) | 27.01 | TRI |
| 1,10 | pc  | Martinha Santos        | S18 | 2008 | CDA      | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | TRI |
| 1,06 |     | Salomé Rodrigues       | S18 | 2007 | CAS      | Guarda     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Seia             | 17.02 | TRI |
| 1,05 |     | Leonor Santos          | S18 | 2008 | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato AASM de Triatlo               | Ponta Delgada    | 01.02 | TRI |
| 1,05 |     | Leonor Louzeiro        | S18 | 2008 | JDN      | Beja       | Salto em Altura Distrital e P Preparação | Beja             | 20.01 | 6   |
| 1,04 |     | Laura Castro           | S18 | 2008 | ADB-VC   | V. Castelo | Triatlo Técnico Jovem 2024               | Viana Castelo    | 10.02 | TRI |

Todas

## VARA

CEJ: 3,65m / RN: 3,85m

Eleanor Tavares/CSM/A-Sous-Bois (FRA)/26.06.2002

| MARCA | ATLETA | ESC                  | ANO | CLUBE | AR      | COMPETIÇÃO | LOCAL                                 | DATA          | INFORM |      |
|-------|--------|----------------------|-----|-------|---------|------------|---------------------------------------|---------------|--------|------|
| 3,20  | pc     | Léna Galdes          | S18 | 2007  | SLB     | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 03.02  | 1    |
| 3,05  | pc     | Matilde Freitas      | S18 | 2008  | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 03.02  | 2    |
| 2,80  | pc     | Ana Beatriz Pereira  | S18 | 2007  | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 03.02  | 3    |
| 2,80  |        | Mafalda Andrade      | S18 | 2008  | CAP     | Porto      | Campeonato Nacional Sub18             | Beja          | 06.07  | 4    |
| 2,70  | pc     | Inês Figueiredo      | S18 | 2008  | JV      | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta | Pombal        | 14.01  | 3 t  |
| 2,70  | pc     | Nádia Mata           | S18 | 2008  | SCP     | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 03.02  | 4    |
| 2,60  |        | Beatriz Pereira      | S18 | 2007  | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18            | Ribeira Brava | 22.06  | 2    |
| 2,50  |        | Íris Passos          | S18 | 2008  | ACB-L   | Leiria     | Meeting Renato Silva                  | Vagos         | 12.05  | 5 t  |
| 2,50  | pc     | Mariana Costa        | S18 | 2008  | GRECAS  | Aveiro     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 03.02  | 6    |
| 2,45  |        | Lara Barroso         | S18 | 2008  | CPPEA   | Setúbal    | Campeonato Nacional 3ª Divisão        | Abrantes      | 14.07  | 2 t  |
| 2,45  |        | Mónica Pinto         | S18 | 2007  | SCP     | Lisboa     | Encontro Lisboa - Madrid              | Lisboa (AL)   | 01.06  | 4    |
| 2,35  | pc     | Sol Soares           | S18 | 2008  | A 20 km | Santarém   | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 03.02  | 7    |
| 2,30  | pc     | Diana Vilar          | S18 | 2008  | NAC     | Aveiro     | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap     | Braga         | 27.01  | 14 t |
| 2,30  |        | Alice Varino         | S18 | 2008  | GDP-L   | Leiria     | Campeonato Distrital de Absolutos     | Pombal        | 08.06  | 3 t  |
| 2,20  | pc     | Olga Velez           | S18 | 2008  | AAC     | Coimbra    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 03.02  | 13   |
| 2,05  |        | Filipa Duarte        | S18 | 2007  | CASJ    | Algarve    | Campeonato Regional de Inverno 2024   | Lagoa         | 20.01  | 1    |
| 1,90  |        | Isaura Correia       | S18 | 2008  | ACDRA   | Leiria     | Provas de Preparação                  | Leiria        | 10.07  | 3 t  |
| 1,85  | pc     | Rafaela Mateus - ANG | S18 | 2007  | AABV    | Algarve    | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap     | Pombal        | 27.01  | 23 t |

Todas

# PESO (3 kg)

CEJ: 14,40m / RN: 15,76m

Isabel Ribeiro/SCB/Braga/19.03.2005

| MARCA | ATLETA                   | ESC | ANO  | CLUBE   | AR         | COMPETIÇÃO                             | LOCAL             | DATA  | INFORM |
|-------|--------------------------|-----|------|---------|------------|--|-------------------|-------|--------|
| 14,82 | Natacha Candé            | S18 | 2007 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato Nacional Sub18              | Beja              | 07.07 | 1      |
| 13,26 | Eliany Monteverde-STP    | S18 | 2007 | SLB     | Lisboa     | Meeting da Liberdade                   | Lisboa (I)        | 25.04 | 1      |
| 12,81 | Eliane Varela            | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Meeting do Trabalhador                 | Lisboa (I)        | 01.05 | 2      |
| 12,35 | pc Soraia Teixeira       | S18 | 2007 | ACM-A   | Terceira   | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta   | Braga             | 04.02 | 2      |
| 12,25 | Sofia Ganoshenko         | S18 | 2008 | AABV    | Algarve    | 6ª Jornada de Lançamentos JV           | Leiria (CNL)      | 03.08 | Extra  |
| 11,94 | Ariana Sofia Pereira     | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | Meeting da Liberdade                   | Lisboa (I)        | 25.04 | 3      |
| 11,76 | Ana Nascimento - STP     | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Meeting do Trabalhador                 | Lisboa (I)        | 01.05 | 4      |
| 11,73 | Fátima Câmara            | S18 | 2007 | CFOD    | Porto      | Campeonato Nacional Sub18              | Beja              | 07.07 | 5      |
| 11,08 | pc Iara Tembe            | S18 | 2007 | CSM     | Madeira    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta   | Braga             | 03.02 | 7      |
| 10,98 | Sofia Chermysys          | S18 | 2008 | JV      | Leiria     | Torneio Internacional de Lançamentos   | Leiria (CNL)      | 23.06 | 1      |
| 10,91 | Carla Mendes             | S18 | 2007 | SLA     | Setúbal    | Provas Extra                           | Setúbal           | 13.04 | 1      |
| 10,88 | pc Bruna Ruela           | S18 | 2008 | PLF     | Braga      | Triatlo Técnico Jovem do Norte         | Braga             | 17.02 | TRI    |
| 10,85 | pc Ariana Teixeira       | S18 | 2007 | ADREP   | Aveiro     | II Noite Atlética de Pista Coberta     | Braga             | 24.01 | Extra  |
| 10,78 | Alice Varino             | S18 | 2008 | GDP-L   | Leiria     | Encontro Lisboa - Madrid               | Lisboa (AL)       | 01.06 | Extra  |
| 10,67 | Beatriz Sobral           | S18 | 2008 | NDJL    | Setúbal    | Campeonato Regional de JUnvenis        | Almada            | 30.06 | 2      |
| 10,53 | Liliana Anselmo          | S18 | 2007 | ADCV    | Portalegre | II Torneio de Lançamentos ADCV         | Castelo de Vide   | 17.02 | 1      |
| 10,41 | pc Carolina Frada        | S18 | 2007 | CFOD    | Porto      | Troféu Ibérico Ptovas Combinadas       | Ourense - ESP     | 16.03 | PEN    |
| 10,36 | Madalena Sampaio         | S18 | 2008 | AFS     | Lisboa     | Campeonato Nacional Escolar            | Lagoa             | 24.05 | 3      |
| 10,35 | Simone Morim             | S18 | 2007 | ACFR    | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada           | 11.05 | HEP    |
| 10,33 | pc Khushboo Sehrwar -IND | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18    | Jamor (P2)        | 27.01 | 6      |
| 10,23 | Carolina Fernandes       | S18 | 2008 | AGV     | Viseu      | Campeonato Nacional Sub18              | Beja              | 06.07 | HEP    |
| 10,21 | Lilly Martins - USA      | S18 | 2007 | ACB-L   | Leiria     | 5ª Jornada de Lançamentos JV           | Leiria (CNL)      | 22.05 | 2      |
| 10,04 | pc Laura Moreira         | S18 | 2008 | VTSC    | Braga      | Triatlo Técnico Jovem do Norte         | Braga             | 17.02 | TRI    |
| 10,04 | Leonor Lavos             | S18 | 2008 | GDP-L   | Leiria     | Encontro Lisboa - Madrid               | Lisboa (AL)       | 01.06 | Extra  |
| 9,93  | Laura Baltazar           | S18 | 2008 | JV      | Leiria     | Triatlo Técnico Distrital              | Coimbra           | 17.02 | TRI    |
| 9,93  | Sara Lopes               | S18 | 2008 | PLF     | Braga      | Provas Extra                           | Viana do Castelo  | 14.07 | Extra  |
| 9,78  | pc Matilde Gomes         | S18 | 2008 | CAM-VC  | V. Castelo | Triatlo Técnico Jovem do Norte         | Braga             | 17.02 | TRI    |
| 9,65  | Rita Ribeiro             | S18 | 2007 | CAP     | Porto      | Campeonato CLDE Porto                  | Póvoa de Varzim   | 23.03 | 3      |
| 9,64  | Lara Barroso             | S18 | 2008 | CPPEA   | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional        | Seixal            | 17.02 | TRI    |
| 9,57  | Sara Camolas             | S18 | 2007 | PFC     | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada            | 20.04 | HEP    |
| 9,56  | Beatriz Rodrigues        | S18 | 2008 | CVT     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18             | Faro              | 29.06 | 3      |
| 9,55  | Marta Peralta            | S18 | 2008 | CFOD    | Porto      | Campeonato CLDE Porto                  | Póvoa de Varzim   | 23.03 | 4      |
| 9,52  | Margarida António -ANG   | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis            | Almada            | 30.06 | 4      |
| 9,51  | Márcia Gomes             | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | Meeting da Liberdade                   | Lisboa (I)        | 25.04 | 6      |
| 9,48  | pc Inês Pedro            | S18 | 2008 | AMONT   | Braga      | Triatlo Técnico Jovem                  | Braga             | 28.01 | TRI    |
| 9,42  | pc Beatriz Inácia        | S18 | 2008 | AJJ     | Portalegre | Triatlo Jovem Nacional                 | Pombal            | 09.03 | TRI    |
| 9,42  | Camila Petraboy          | S18 | 2007 | JV      | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria            | 30.06 | 3      |
| 9,36  | Emily Lopes - BRA        | S18 | 2007 | CRCDL   | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18             | Faro              | 29.06 | TRI    |
| 9,30  | Alyzy Lima - STP         | S18 | 2007 | ADCL    | V. Castelo | Torneio de Lançamentos II              | Viana do Castelo  | 11.05 | 1      |
| 9,28  | pc Carolina D Santos     | S18 | 2007 | CAMG    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal            | 20.01 | 4      |
| 9,13  | Ana Teixeira             | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada            | 20.04 | HEP    |
| 9,13  | Sara Baeta               | S18 | 2007 | SCA     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior         | 08.06 | 6      |
| 9,12  | Isabel Melo              | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato Regional Sub 18             | Ponta Delgada     | 22.06 | 2      |
| 9,07  | Bruna Xavier             | S18 | 2008 | CASJ    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024          | Faro              | 02.03 | TRI    |
| 8,94  | Madalena Santos - STP    | S18 | 2008 | PLF     | Braga      | Provas Extra                           | Viana do Castelo  | 14.07 | Extra  |
| 8,94  | Maria Oliveira           | S18 | 2007 | CDCNAV  | Porto      | Torneio de Lançamentos II              | Viana do Castelo  | 11.05 | Extra  |
| 8,81  | Bárbara Pinho            | S18 | 2007 | ACDCVC  | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos             | 27.04 | HEP    |
| 8,80  | pc Marta Feliciano       | S18 | 2008 | JV      | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital        | Pombal            | 02.03 | TRI    |
| 8,75  | Beatriz Gomes            | S18 | 2008 | GAC-L   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria            | 30.06 | 4      |
| 8,75  | Cristiana Martins        | S18 | 2007 | CTMVPA  | Vila Real  | Triatlo Técnico Jovem Distrital        | Vila Pouca Aguiar | 10.02 | TRI    |
| 8,67  | Maria Luís Silva         | S18 | 2007 | GRECAS  | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos             | 27.04 | HEP    |
| 8,65  | pc Ana Teresa Sousa      | S18 | 2008 | VTSC    | Braga      | Torneio Jovem do Norte                 | Braga             | 17.02 | 3      |
| 8,61  | Camila Ferraz            | S18 | 2007 | GRE-AA  | Coimbra    | Campeonato Escolar de Pista            | Febres            | 19.03 | 1      |
| 8,58  | Maria Manuel Brito       | S18 | 2007 | AGV     | Viseu      | 25º Triatlo Técnico                    | Viseu             | 02.03 | TRI    |
| 8,53  | Clara Borba              | S18 | 2008 | CAT     | Terceira   | Campeonato Regional Sub 18             | Ponta Delgada     | 22.06 | 3      |
| 8,49  | Luna Dias                | S18 | 2007 | AACC    | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada            | 20.04 | HEP    |
| 8,49  | Sara Cunha               | S18 | 2007 | CAP     | Porto      | II Noite Atlética                      | Braga             | 03.07 | Extra  |
| 8,40  | pc Rita Martins          | S18 | 2007 | CPPEA   | Setúbal    | Triatlo Jovem Nacional                 | Pombal            | 09.03 | TRI    |
| 8,38  | Janki Patel - IND        | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior         | 08.06 | 8      |
| 8,35  | Inês Marques             | S18 | 2008 | AGV     | Viseu      | Atleta Completo Distrital              | Viseu             | 13.04 | HEP    |
| 8,34  | Luísa Maia               | S18 | 2008 | CRCDL   | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18             | Faro              | 29.06 | 6      |
| 8,33  | Ana Conde                | S18 | 2007 | ACFR    | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada           | 05.05 | HEP    |
| 8,29  | Leonor Esteves           | S18 | 2008 | QFC     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis            | Almada            | 30.06 | 6      |
| 8,29  | Vanessa Castravet-MDA    | S18 | 2008 | CANAZ   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18            | Leiria            | 30.06 | 6      |
| 8,20  | Maria Do Carmo Lúcio     | S18 | 2008 | AFS     | Lisboa     | Torneio Atleta Completo                | Lisboa (AL)       | 13.04 | HEP    |

|      |    |                        |     |      |         |            |  |                  |        |       |
|------|----|------------------------|-----|------|---------|------------|--|------------------|--------|-------|
| 8,17 |    | Miriam Fernandes       | S18 | 2008 | COP     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18             | Faro             | 29.06  | 7     |
| 8,09 | pc | Maria Macedo           | S18 | 2008 | VTSC    | Braga      | Torneio Jovem do Norte                 | Braga            | 17.02  | 6     |
| 8,07 |    | Nicole Mendonça        | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Regional de Inverno         | Ribeira Brava    | 06.01  | 2     |
| 8,03 |    | Diana Vatula           | S18 | 2007 | CAMG    | Leiria     | Triatlo Técnico Distrital              | Coimbra          | 17.02  | TRI   |
| 8,03 |    | Margarida Carmo        | S18 | 2007 | AMAC    | Lisboa     | Meeting Jovem SCUT ATHLETICS           | Torres Vedras    | 17.03  | 3 t   |
| 8,02 |    | Rita Vieira            | S18 | 2007 | LLFC    | Aveiro     | Campeonato Dist P Combinadas Inverno   | Luso             | 07.01  | PEN   |
| 8,00 | pc | Camila Silva           | S18 | 2007 | GAF     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Alpiarça         | 20.01  | 6     |
| 7,98 |    | Filipa Silva           | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Torneio João Rocha                     | Branca           | 09.03  | 4     |
| 7,94 | pc | Inaki Patel - IND      | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital        | Alpiarça         | 24.02  | TRI   |
| 7,92 | pc | Ana Beatriz Pereira    | S18 | 2007 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Ribeira Brava    | 06.04H | TRI   |
| 7,92 | pc | Laura Feijão           | S18 | 2007 | CLAC    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Alpiarça         | 20.01  | 7     |
| 7,91 | pc | Nádia Mata             | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | Triatlo Técnico Regional               | Jamor (CAR)      | 03.03  | TRI   |
| 7,90 |    | Madalena Tavares       | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Torneio Atleta Completo                | Lisboa (AL)      | 13.04  | HEP   |
| 7,89 |    | Matilde Canedo         | S18 | 2008 | CFOD    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lourosa          | 30.06  | 11    |
| 7,85 |    | Luiza Cappi - BRA      | S18 | 2008 | ADECT   | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18             | Faro             | 29.06  | 8     |
| 7,83 | pc | Oleksandra Sliposhch   | S18 | 2007 | NDAP    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal           | 20.01  | 9     |
| 7,80 |    | Carolina Branco        | S18 | 2008 | CRAL    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno     | Faro             | 14.01  | 2     |
| 7,80 | pc | Maria Inês Silva       | S18 | 2007 | ACDRA   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal           | 20.01  | 10    |
| 7,80 |    | Sofia Machado          | S18 | 2008 | GCAD    | C. Branco  | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta   | Braga            | 04.02  | PEN   |
| 7,77 | pc | Mariana Costa          | S18 | 2007 | GSDS    | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18    | Jamor (P2)       | 27.01  | 8     |
| 7,75 |    | Isabel Lobo            | S18 | 2008 | GDD     | Évora      | Triatlo Técnico Distrital              | Évora            | 03.03  | TRI   |
| 7,75 |    | Leonor Santos          | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato AASM de Juvenis             | Ponta Delgada    | 15.06  | 3     |
| 7,74 | pc | Katerina Quenn - GBR   | S18 | 2008 | JV      | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital        | Pombal           | 02.03  | TRI   |
| 7,74 |    | Mariana Lopes          | S18 | 2007 | AABV    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024          | Faro             | 02.03  | TRI   |
| 7,71 |    | Angelina Valente       | S18 | 2007 | SCBM    | Aveiro     | Torneio de Encerramento                | Vagos            | 27.07  | 1     |
| 7,70 |    | Lara Gonçalves         | S18 | 2007 | TOTAD   | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno     | Faro             | 14.01  | 3     |
| 7,67 | pc | Rita Rocha             | S18 | 2008 | SCF-P   | Porto      | Campeonato Nacional ANDDI e Extras     | Braga            | 14.01  | Extra |
| 7,64 |    | Maria Rascão           | S18 | 2008 | GDD     | Évora      | Triatlo Técnico Distrital              | Évora            | 03.03  | TRI   |
| 7,58 | pc | Francisca Ferreira     | S18 | 2008 | ACFR    | Porto      | Triatlo Técnico Jovem do Norte         | Braga            | 17.02  | TRI   |
| 7,58 |    | Gabriela Tciesu - ANG  | S18 | 2008 | OCL     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno     | Faro             | 14.01  | 6     |
| 7,53 |    | Eliéta Mendes          | S18 | 2008 | NSCPSX  | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 20.04  | HEP   |
| 7,53 |    | Jéssica Martins        | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno     | Faro             | 14.01  | 7     |
| 7,53 |    | Sofia Santos           | S18 | 2007 | JV      | Leiria     | Triatlo Técnico Distrital              | Coimbra          | 17.02  | TRI   |
| 7,50 |    | Leonor Santos          | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato AASM de Olímpico Jovem      | Ponta Delgada    | 20.04  | 3     |
| 7,49 |    | Matilde Freitas        | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Ribeira Brava    | 06.04  | HEP   |
| 7,39 |    | Rita Torres            | S18 | 2007 | CSJSC   | Aveiro     | Torneio Bruno Saramago                 | Branca           | 25.04  | 2     |
| 7,38 | pc | Beatriz Francisco      | S18 | 2007 | JDAL    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Alpiarça         | 20.01  | 9     |
| 7,38 |    | Leticia Azevedo        | S18 | 2008 | ARPC    | Terceira   | Torneio Triatlo Técnico Jovem S. Jorge | Velas (S. Jorge) | 27.01  | TRI   |
| 7,36 | pc | Sol Soares             | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital        | Alpiarça         | 24.02  | TRI   |
| 7,33 |    | Maria Camolas          | S18 | 2007 | PFC     | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional        | Seixal           | 17.02  | TRI   |
| 7,32 |    | Rita Orge              | S18 | 2007 | COP     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno     | Faro             | 14.01  | 8     |
| 7,28 |    | Nadine Pires           | S18 | 2008 | JV      | Leiria     | Triatlo Técnico Distrital              | Coimbra          | 17.02  | TRI   |
| 7,26 |    | Débora Martins         | S18 | 2008 | CSM     | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Ribeira Brava    | 06.04  | HEP   |
| 7,26 |    | Inês Rocha             | S18 | 2008 | CAM-VC  | V. Castelo | Atleta Completo                        | Viana do Castelo | 06.04  | HEP   |
| 7,22 |    | Leonor Fontes          | S18 | 2007 | CDCNAV  | Porto      | Provas Extra                           | Viana do Castelo | 14.07  | Extra |
| 7,21 |    | Bruna Pereira          | S18 | 2007 | ESG     | Porto      | Provas de Preparação                   | Maia             | 06.01  | 4     |
| 7,16 |    | Matilde Baião          | S18 | 2008 | ADCV    | Portalegre | II Torneio de Lançamentos ADCV         | Castelo de Vide  | 17.02  | 3     |
| 7,13 |    | Laura Meira            | S18 | 2008 | CLAC    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior        | 08.06  | 11    |
| 7,09 |    | Mariana Sousa          | S18 | 2007 | AGV     | Viseu      | 25º Triatlo Técnico                    | Viseu            | 02.03  | TRI   |
| 7,07 |    | Rafaela Pires          | S18 | 2008 | GDP-L   | Leiria     | Triatlo Técnico Distrital              | Coimbra          | 17.02  | TRI   |
| 7,05 |    | Catarina Seabra        | S18 | 2008 | GRE-AA  | Coimbra    | Campeonato Distrital P Combinadas      | Pombal           | 11.05  | HEP   |
| 7,05 |    | Leonor Louzeiro        | S18 | 2008 | JDN     | Beja       | Provas de Preparação de Pista III      | Beja             | 06.01  | 1     |
| 7,01 |    | Camila Fonseca         | S18 | 2008 | AACC    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis            | Almada           | 30.06  | 9     |
| 6,99 |    | Madalena Pardal        | S18 | 2008 | JDN     | Beja       | Triatlo Técnico Jovem Distrital        | Beja             | 24.02  | TRI   |
| 6,97 |    | Filipa Duarte          | S18 | 2007 | CASJ    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024          | Faro             | 02.03  | TRI   |
| 6,95 |    | Filipa Fernandes       | S18 | 2008 | LLFC    | Aveiro     | Meeting Arada Atlético Clube           | Arada            | 13.07  | 1     |
| 6,93 |    | Beatriz Santos         | S18 | 2008 | GDD     | Évora      | Triatlo Técnico Distrital              | Évora            | 03.03  | TRI   |
| 6,93 |    | Margarida Rosado       | S18 | 2008 | JDN     | Beja       | Triatlo Técnico Jovem Distrital        | Beja             | 24.02  | TRI   |
| 6,90 |    | Kateryna Kalmykova-U   | S18 | 2007 | CIAIA   | Faial      | Triatlo Técnico Jovem Regional         | Cidade da Horta  | 17.02  | TRI   |
| 6,88 |    | Mariana Custódio       | S18 | 2007 | GDP-L   | Leiria     | Jornadas de Lançamentos - 2ª           | Leiria (CNL)     | 16.01  | 8     |
| 6,87 |    | Angelina Volkmar - GER | S18 | 2008 | CRDS    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024          | Faro             | 02.03  | TRI   |
| 6,87 |    | Carolina Pita          | S18 | 2007 | GDE     | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Ribeira Brava    | 06.04  | HEP   |
| 6,85 |    | Marta Braz             | S18 | 2007 | JDN     | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas       | Beja             | 13.04  | HEP   |
| 6,82 |    | Diana Vilar            | S18 | 2008 | NAC     | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 27.04  | HEP   |
| 6,81 |    | Bárbara Castro         | S18 | 2008 | ASCDUR  | Aveiro     | Campeonato Dist P Combinadas Inverno   | Luso             | 07.01  | PEN   |
| 6,80 | pc | Beatriz Alves          | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital        | Pombal           | 02.03  | TRI   |
| 6,80 |    | Rafaela Viana          | S18 | 2007 | EAT     | Porto      | Provas de Preparação                   | Maia             | 06.01  | 5     |
| 6,78 |    | Joana Rosa             | S18 | 2007 | CPPEA   | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional        | Seixal           | 17.02  | TRI   |
| 6,76 |    | Juliana Armelim        | S18 | 2007 | CAT     | Terceira   | Provas de Observação                   | Angra Heroísmo   | 16.03  | 4     |

|      |    |                       |     |      |          |            |  |                  |       |       |
|------|----|-----------------------|-----|------|----------|------------|--|------------------|-------|-------|
| 6,76 | pc | Leonor Pinto          | S18 | 2008 | CFOD     | Porto      | Triatlo Técnico Jovem do Norte           | Braga            | 17.02 | TRI   |
| 6,75 | pc | Júlia Novo            | S18 | 2008 | ACB-L    | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal           | 02.03 | TRI   |
| 6,74 |    | Matilde Valentim      | S18 | 2008 | CDCNAV   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18               | Lousada          | 30.06 | 17    |
| 6,72 |    | Petra Faria           | S18 | 2008 | CSM      | Madeira    | Torneio de Preparação                    | Funchal          | 27.01 | 2     |
| 6,71 |    | Mara Sousa            | S18 | 2008 | ARPC     | Terceira   | Torneio Triatlo Técnico Jovem S. Jorge   | Velas (S. Jorge) | 27.01 | TRI   |
| 6,67 |    | Madalena Valentim     | S18 | 2008 | CDCNAV   | Porto      | Provas Extra                             | Viana do Castelo | 14.07 | Extra |
| 6,65 |    | Catarina Tenazinha    | S18 | 2007 | CASJ     | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | TRI   |
| 6,64 | pc | Leonor Ascenso        | S18 | 2008 | JV       | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal           | 02.03 | TRI   |
| 6,64 |    | Patrícia Sebastião    | S18 | 2008 | GRQL     | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal           | 17.02 | TRI   |
| 6,63 | pc | Helena Fernandes      | S18 | 2008 | ACDRSQ   | Coimbra    | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal           | 02.03 | TRI   |
| 6,63 |    | Rita Herzig           | S18 | 2007 | COP      | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno       | Faro             | 14.01 | 10    |
| 6,60 |    | Matilde Gonçalves     | S18 | 2007 | CRCDL    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | TRI   |
| 6,59 | pc | Raquel Rodrigues      | S18 | 2008 | JDAL     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno   | Alpiarça         | 20.01 | 13    |
| 6,58 |    | Matilde C. Silva      | S18 | 2008 | JV       | Leiria     | Jornadas de Lançamentos - 2ª             | Leiria (CNL)     | 16.01 | 9     |
| 6,56 |    | Luna Andrade          | S18 | 2007 | AJS      | Madeira    | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava    | 24.02 | TRI   |
| 6,56 |    | Soraia Lourenço       | S18 | 2007 | CDQ      | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas         | Faro             | 06.04 | HEP   |
| 6,53 |    | Cristina neves        | S18 | 2007 | CSM      | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas         | Ribeira Brava    | 06.04 | HEP   |
| 6,46 |    | Alexandra Aguiar      | S18 | 2007 | CSM      | Madeira    | Campeonato Regional de Inverno           | Ribeira Brava    | 06.01 | 3     |
| 6,46 |    | Miriam Alves          | S18 | 2007 | LAVRA    | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Lousada          | 11.05 | HEP   |
| 6,45 |    | Catarina Sousa        | S18 | 2008 | SCE      | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas   | Vagos            | 27.04 | HEP   |
| 6,43 |    | Joana Solé            | S18 | 2007 | CYCL     | V. Castelo | Atleta Completo                          | Viana do Castelo | 06.04 | HEP   |
| 6,41 |    | Francisca Antão       | S18 | 2008 | JIV-SM   | S. Miguel  | Taça de Inverno da AASM                  | Ponta Delgada    | 06.01 | 4     |
| 6,40 |    | Francisca Ferreira    | S18 | 2008 | CSM      | Madeira    | Torneio de Preparação                    | Funchal          | 27.01 | 3     |
| 6,38 | pc | Francisca Nunes       | S18 | 2008 | NSCPSX   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal           | 20.01 | 7     |
| 6,36 |    | Ana Ferreira          | S18 | 2008 | CDP      | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Lousada          | 05.05 | HEP   |
| 6,35 |    | Simone Valente        | S18 | 2008 | ECAFC    | C. Branco  | Triatlo Técnico Distrital                | Castelo Branco   | 10.02 | TRI   |
| 6,34 | pc | Raquel Lopes          | S18 | 2008 | THA      | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | TRI   |
| 6,32 |    | Nicolle Moura - BRA   | S18 | 2007 | AABV     | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | TRI   |
| 6,27 |    | Letícia Valente       | S18 | 2008 | ACDCVC   | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa          | 10.02 | TRI   |
| 6,27 |    | Margarida Domingos    | S18 | 2008 | SCP      | Lisboa     | Meeting da Liberdade                     | Lisboa (I)       | 25.04 | 7     |
| 6,25 |    | Silvia Soares         | S18 | 2008 | ARPC     | Terceira   | Torneio Triatlo Técnico Jovem S. Jorge   | Velas (S. Jorge) | 27.01 | TRI   |
| 6,22 | pc | Elizaveta Shuyvan     | S18 | 2008 | A 20 Km  | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | TRI   |
| 6,21 |    | Dawena Reis - BRA     | S18 | 2008 | ACM-A    | Terceira   | Triatlo Técnico Jovem Regional           | Cidade da Horta  | 17.02 | TRI   |
| 6,21 |    | Raquel Acvaco         | S18 | 2008 | PFC      | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas          | Almada           | 20.04 | HEP   |
| 6,20 |    | Victória Possante     | S18 | 2008 | CDQ      | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas         | Faro             | 06.04 | HEP   |
| 6,19 |    | Ruth Lima - BRA       | S18 | 2008 | CCSJM    | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas   | Vagos            | 27.04 | HEP   |
| 6,18 | pc | Matilde Matafome      | S18 | 2008 | CPA-S    | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | TRI   |
| 6,13 |    | Carolina Pacheco      | S18 | 2007 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas         | Faro             | 06.04 | HEP   |
| 6,13 |    | Matilde Mestre        | S18 | 2008 | COP      | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno       | Faro             | 14.01 | 11    |
| 6,06 |    | Maria Pires           | S18 | 2008 | CDP      | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18               | Lousada          | 30.06 | 20    |
| 6,03 |    | Laura Barbosa         | S18 | 2007 | JIV-SM   | S. Miguel  | Torneio de Abertura de Verão             | Ponta Delgada    | 02.03 | 5     |
| 6,03 |    | Lisandra Aguiar       | S18 | 2008 | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato AASM de Juvenis               | Ponta Delgada    | 15.06 | 4     |
| 6,02 |    | Íris Antunes          | S18 | 2008 | ADECT    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | TRI   |
| 6,02 | pc | Rita Fonseca          | S18 | 2008 | NSCPSX   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal           | 20.01 | 8     |
| 6,02 |    | Vanessa Martins       | S18 | 2007 | OCL      | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | TRI   |
| 6,01 |    | Filipa Cabral         | S18 | 2008 | EBA      | S. Miguel  | Campeonato AASM de Olímpico Jovem        | Ponta Delgada    | 20.04 | 5     |
| 6,01 |    | Mariana Marques       | S18 | 2008 | MAC      | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18               | Lousada          | 30.06 | 21    |
| 6,00 | pc | Denisa Rodrigues      | S18 | 2008 | CAS      | Guarda     | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal           | 09.03 | TRI   |
| 5,99 |    | Maria Inácio          | S18 | 2008 | COP      | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | TRI   |
| 5,96 |    | Inês Azeitona         | S18 | 2008 | ADCV     | Portalegre | II Torneio de Lançamentos ADCV           | Castelo de Vide  | 17.02 | 4     |
| 5,96 |    | Luana Rodrigues       | S18 | 2008 | CPA-S    | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas          | Almada           | 20.04 | HEP   |
| 5,96 | pc | Martinha Santos       | S18 | 2008 | CDAA     | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | TRI   |
| 5,95 | pc | Laura Lopes           | S18 | 2008 | SCB      | Braga      | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga            | 20.01 | PEN   |
| 5,93 |    | Leonor Aguiar         | S18 | 2007 | CAT      | Terceira   | Campeonato Regional Sub 18               | Ponta Delgada    | 22.06 | 7     |
| 5,91 |    | Liz Ferreira          | S18 | 2008 | RUNRIVER | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Lousada          | 11.05 | HEP   |
| 5,89 |    | Bruna Augusto         | S18 | 2008 | SCUT     | Lisboa     | Meeting Jovem SCUT ATHLETICS             | Torres Vedras    | 17.03 | 5 t   |
| 5,89 | pc | Lúisa Dinis           | S18 | 2007 | JV       | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal           | 02.03 | TRI   |
| 5,84 |    | Isabela Cabrita       | S18 | 2007 | CATUNES  | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno       | Faro             | 14.01 | 12    |
| 5,84 |    | Madalena Rocha        | S18 | 2007 | ARPC     | Terceira   | Torneio Triatlo Técnico Jovem S. Jorge   | Velas (S. Jorge) | 27.01 | TRI   |
| 5,83 | pc | Mariana Pratas        | S18 | 2007 | CLAC     | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | TRI   |
| 5,81 |    | Lara Bastos           | S18 | 2008 | ACRVC    | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18              | Vagos            | 09.06 | 7     |
| 5,81 | pc | Mafalda Melo          | S18 | 2007 | ACRM     | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18      | Jamor (P2)       | 27.01 | 13    |
| 5,80 |    | Lisiane Silva         | S18 | 2008 | CATUNES  | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | TRI   |
| 5,80 |    | Sofia Reis            | S18 | 2007 | CDOL     | S. Miguel  | Campeonato da AASM de Inverno            | Ponta Delgada    | 20.01 | 3     |
| 5,76 |    | Leonor Saraiva        | S18 | 2007 | GRE-AA   | Coimbra    | Triatlo Técnico Distrital                | Coimbra          | 17.02 | TRI   |
| 5,73 |    | Nádia Pinho           | S18 | 2008 | ACDCVC   | Aveiro     | Torneio João Rocha                       | Branca           | 09.03 | 11    |
| 5,73 |    | Sara Fernandes        | S18 | 2007 | AJS      | Madeira    | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava    | 24.02 | TRI   |
| 5,70 |    | Alicia Baptista - ANG | S18 | 2007 | LAVRA    | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Lousada          | 11.05 | HEP   |
| 5,69 |    | Beatriz Silva         | S18 | 2007 | CDP      | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18               | Lousada          | 30.06 | 22    |

|      |                        |     |      |         |            |  |                  |       |       |
|------|------------------------|-----|------|---------|------------|--|------------------|-------|-------|
| 5,66 | Salomé Rodrigues       | S18 | 2007 | CAS     | Guarda     | Triatlo Técnico Jovem Distrital        | Seia             | 17.02 | TRI   |
| 5,64 | Marta Graunke - GER    | S18 | 2007 | AABV    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024          | Faro             | 02.03 | TRI   |
| 5,64 | Teresa Marques         | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Regional S18                | Lisboa (AL)      | 11.05 | 99    |
| 5,61 | Rafaela Mateus - ANG   | S18 | 2007 | AABV    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024          | Faro             | 02.03 | TRI   |
| 5,60 | Rita Ferreira          | S18 | 2007 | ACDRSQ  | Coimbra    | Triatlo Técnico Distrital              | Coimbra          | 17.02 | TRI   |
| 5,58 | Marta Chambel          | S18 | 2008 | CVT     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18             | Faro             | 29.06 | 13    |
| 5,57 | Francisca Cortinhas    | S18 | 2007 | CSM     | Madeira    | Triatlo Técnico Regional               | Ribeira Brava    | 24.02 | TRI   |
| 5,56 | Yara Campos            | S18 | 2008 | GCAD    | C. Branco  | Triatlo Técnico Distrital              | Castelo Branco   | 10.02 | TRI   |
| 5,55 | Maria Liz Ferreira     | S18 | 2008 | SCUT    | Lisboa     | Meeting Jovem SCUT ATHLETICS           | Torres Vedras    | 17.03 | 6 t   |
| 5,52 | Francisca C. Gouveia   | S18 | 2008 | GDE     | Madeira    | Triatlo Técnico Regional               | Ribeira Brava    | 24.02 | TRI   |
| 5,44 | Eva Ventura            | S18 | 2008 | NJCPN   | C. Branco  | Campeonato de Inverno P Coombinadas    | Castelo Branco   | 21.01 | PEN   |
| 5,42 | Laura Perez            | S18 | 2007 | AJS     | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Ribeira Brava    | 06.04 | H     |
| 5,38 | pc Filipa Moita        | S18 | 2008 | GDP-L   | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital        | Pombal           | 02.03 | TRI   |
| 5,33 | pc Amélia André        | S18 | 2008 | CDAA    | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital        | Alpiarça         | 24.02 | TRI   |
| 5,32 | Eva Pinto              | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Torneio Bruno Saramago                 | Branca           | 25.04 | 3     |
| 5,32 | Rita Durão             | S18 | 2008 | ADCV    | Portalegre | II Torneio de Lançamentos ADCV         | Castelo de Vide  | 17.02 | 5     |
| 5,28 | Beatriz Viegas         | S18 | 2007 | CAF-SCF | Porto      | II Noite Atlética                      | Braga            | 03.07 | Extra |
| 5,19 | pc Inês Saldanha       | S18 | 2008 | THA     | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital        | Alpiarça         | 24.02 | TRI   |
| 5,17 | Mariana Costa          | S18 | 2008 | FCC     | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas       | Beja             | 13.04 | HEP   |
| 5,03 | Eulália Borges         | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional        | Seixal           | 17.02 | TRI   |
| 5,03 | Maria Leonor Santos    | S18 | 2007 | ACDRSQ  | Coimbra    | Triatlo Técnico Distrital              | Coimbra          | 17.02 | TRI   |
| 5,01 | pc Laura Domingos      | S18 | 2008 | GAF     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Alpiarça         | 20.01 | 17    |
| 4,99 | Margarida Silva        | S18 | 2008 | CAF-SCF | Porto      | II Noite Atlética                      | Braga            | 03.07 | Extra |
| 4,82 | Laura Castro           | S18 | 2008 | ADB-VC  | V. Castelo | Triatlo Técnico Jovem 2024             | Viana do Castelo | 10.02 | TRI   |
| 4,76 | Kristina Kliamar - UKR | S18 | 2007 | JDN     | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas       | Beja             | 13.04 | HEP   |
| 4,72 | Diana Carneiro         | S18 | 2007 | ACDRSQ  | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18            | Coimbra          | 10.06 | 6     |
| 4,68 | Mariana Oliveira       | S18 | 2007 | ARPC    | Terceira   | Torneio Triatlo Técnico Jovem S. Jorge | Velas (S. Jorge) | 27.01 | TRI   |
| 4,30 | Iara Alves             | S18 | 2008 | OCL     | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024          | Faro             | 02.03 | TRI   |
| 3,45 | Laura Ribeiro          | S18 | 2008 | NJCPN   | C. Branco  | Campeonato de Inverno P Coombinadas    | Castelo Branco   | 21.01 | HEP   |

Todas

## DISCO (1 kg)

CEJ: 40,50m / RN: 53,94m

Irina Rodrigues/JV/Leiria/01.03.2008

| MARCA | ATLETA                  | ESC | ANO  | CLUBE   | AR         | COMPETIÇÃO                           | LOCAL           | DATA  | INFORM |
|-------|-------------------------|-----|------|---------|------------|--------------------------------------|-----------------|-------|--------|
| 38,87 | Ariana Teixeira         | S18 | 2007 | ADREP   | Aveiro     | Campeonato Nacional Sub18            | Beja            | 06.07 | 1      |
| 37,70 | Soraia Teixeira         | S18 | 2007 | ACM-A   | Terceira   | Torneio Internacional de Lançamentos | Leiria (CNL)    | 22.06 | 1      |
| 37,12 | Iara Tembe              | S18 | 2007 | CSM     | Madeira    | Provas Extra                         | Funchal         | 05.05 | 1 t    |
| 35,77 | Sofia Ganoshenko        | S18 | 2008 | AABV    | Algarve    | 6ª Jornada de Lançamentos JV         | Leiria (CNL)    | 03.08 | Extra  |
| 34,50 | Eliany Monteverde - STP | S18 | 2007 | SLB     | Lisboa     | Campeonato Regional S18              | Lisboa (AL)     | 11.05 | 1      |
| 34,05 | Bruna Ruela             | S18 | 2007 | PLF     | Braga      | Provas Extra                         | Braga           | 12.05 | 2 t    |
| 33,76 | Ana Nascimento - STP    | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub18            | Beja            | 06.07 | 5      |
| 33,30 | Sara Cunha              | S18 | 2007 | CAP     | Porto      | Campeonato Absoluto do Norte         | Braga           | 14.06 | 3 t    |
| 33,11 | Aderlene Binta          | S16 | 2010 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub18            | Beja            | 06.07 | 6      |
| 33,04 | Matilde Macheta         | S16 | 2010 | QFC     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis          | Almada          | 29.06 | 1 t    |
| 32,68 | Carolina D' Santos      | S18 | 2007 | CAMG    | Leiria     | Meeting Fernando Alves               | Marinha Grande  | 19.05 | 3 t    |
| 30,63 | Lara Gonçalves          | S18 | 2007 | TOTAD   | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18           | Lagoa           | 30.06 | 4      |
| 30,15 | Camila Petreboy         | S18 | 2007 | JV      | Leiria     | Campeonato Distrital de Absolutos    | Pombal          | 08.06 | 4 t    |
| 30,12 | Eliane Varela           | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | THE FICEP - FISEC GAMES              | Bucareste - ROM | 20.07 | 4      |
| 30,08 | Aitana Rey - ESP        | S16 | 2009 | ADCL    | V. Castelo | Jornada de Lançamentos 3             | Vila N Cerveira | 05.06 | 3 t    |
| 29,93 | Liliana Anselmo         | S18 | 2007 | ADCV    | Portalegre | 2º Torneio de Lançamentos do Sôr     | Ponte de Sôr    | 17.03 | 2      |
| 29,28 | Filipa Gouveia          | S16 | 2009 | CDQ     | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18           | Lagoa           | 30.06 | 2 t    |
| 29,02 | Natália Svirsa          | S16 | 2009 | CBA-S   | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18          | Rio Maior       | 09.06 | 2 t    |
| 28,10 | Carla Mendes            | S18 | 2007 | SLA     | Setúbal    | Campeonato Regional de Absolutos     | Almada          | 08.06 | 2 t    |
| 28,06 | Rafaela Lacerda         | S16 | 2009 | CIAIA   | Faial      | Campeonato Distrital Sub 18          | Rio Maior       | 09.06 | Extra  |
| 28,00 | Beatriz Sobral          | S18 | 2008 | NDJL    | Setúbal    | Campeonato Regional de Absolutos     | Almada          | 08.06 | 3 t    |
| 27,64 | Clara Teixeira          | S16 | 2010 | AJS     | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18           | Funchal         | 23.06 | 2 t    |
| 27,26 | Rita Ribeiro            | S18 | 2007 | CAP     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18           | Lousada         | 30.06 | 3      |
| 26,13 | Leonor Louzeiro         | S18 | 2008 | JDN     | Beja       | Campeonato do Alentejo de Pista      | Beja            | 11.05 | 3 t    |
| 26,10 | Beatriz Francisco       | S18 | 2008 | JDAL    | Santarém   | Campeonato de Santarém 2024          | Fátima          | 15.06 | 2 t    |
| 26,09 | Liliana Teotónio        | S16 | 2009 | JV      | Leiria     | Torneio Internacional de Lançamentos | Leiria (CNL)    | 23.06 | 4 t    |
| 25,98 | Márcia Gomes            | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | Provas de preparação                 | Lisboa (AL)     | 17.07 | 6 t    |
| 25,53 | Lara Silva              | S16 | 2009 | QFC     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis          | Almada          | 29.06 | 5      |
| 25,48 | Anthonella Hernandez    | S16 | 2010 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18           | Funchal         | 23.06 | 3 t    |
| 24,69 | Leonor Esteves          | S18 | 2008 | QFC     | Setúbal    | Campeonato Regional de Juniores      | Almada          | 04.07 | 1      |
| 24,45 | Ariana Sofia Pereira    | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | Campeonato de Lançamentos Inverno    | Jamor (P2)      | 28.01 | 7 t    |
| 24,43 | Miriam Cachulo          | S16 | 2009 | A 20 Km | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18          | Rio Maior       | 09.06 | 4 t    |
| 24,19 | Mariana Silva           | S16 | 2009 | LAVRA   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18           | Lousada         | 30.06 | 4 t    |
| 23,69 | Beatriz Rodrigues       | S18 | 2008 | CVT     | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18           | Lagoa           | 30.06 | 3      |

|       |                        |     |      |          |            |                                     |                  |       |       |
|-------|------------------------|-----|------|----------|------------|-------------------------------------|------------------|-------|-------|
| 23,59 | Sara Lopes             | S16 | 2009 | AGDAK    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis         | Almada           | 29.06 | 9 t   |
| 23,34 | Mariana Silva          | S16 | 2010 | SUOVAIS  | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18         | Coimbra          | 10.06 | 1 t   |
| 22,86 | Madalena Santos - STP  | S18 | 2008 | PLF      | Braga      | Provas Extra                        | Viana do Castelo | 13.07 | Extra |
| 22,81 | Maria Oliveira         | S18 | 2007 | CDCNAV   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada          | 30.06 | 5     |
| 22,66 | Kyra Morrison - USA    | S18 | 2008 | AABV     | Algarve    | Meeting Vítor Tavares               | Faro             | 27.04 | 3 t   |
| 22,36 | Francisca Nunes        | S18 | 2008 | NSCPCX   | Coimbra    | 2ª Jornada da Taça AAA              | Vagos            | 30.05 | Extra |
| 22,13 | Mariana Peralta        | S16 | 2009 | CAMG     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria           | 29.06 | 3 t   |
| 21,96 | Maria Gomes            | S16 | 2009 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria           | 29.06 | 4 t   |
| 21,90 | Clara Borba            | S18 | 2008 | CAT      | Terceira   | Campeonato Regional de Absolutos    | Ponta Delgada    | 22.06 | 4 t   |
| 21,55 | Mónica Silva           | S16 | 2009 | SUOVAIS  | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18         | Coimbra          | 10.06 | 2 t   |
| 21,19 | Inês Rodrigues         | S16 | 2009 | CSGAIA   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada          | 30.06 | 6 t   |
| 21,11 | Ana Neves              | S18 | 2007 | ACRVC    | Aveiro     | Campeonato de Lançamentos Inverno   | Vagos            | 03.02 | 1     |
| 21,07 | Inês Alves Reis        | S16 | 2009 | LLFC     | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos            | 08.06 | 3 t   |
| 21,04 | Rafaela Relvas         | S18 | 2007 | SCUT     | Lisboa     | Meeting Jovem CAOESTE               | Torres Vedras    | 17.02 | 4 t   |
| 20,81 | Maria Inês Silva       | S18 | 2007 | ACDRA    | Leiria     | Jornadas de Lançamentos - 3         | Marinha Grande   | 10.02 | 5 t   |
| 20,71 | Marta Braz             | S18 | 2007 | JDN      | Beja       | Campeonato Distrital de Lançamentos | Beja             | 03.02 | 1     |
| 20,68 | Raquel Rodrigues       | S18 | 2008 | JDAL     | Santarém   | 4ª Jornada de Lançamentos           | Leiria (CNL)     | 01.05 | 9 t   |
| 20,58 | Nicole Mendonça        | S18 | 2008 | ADRAP    | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18          | Funchal          | 23.06 | 4     |
| 20,48 | Inês Silva             | S16 | 2009 | JAM      | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos            | 08.06 | 4 t   |
| 20,46 | Leonor Fontes          | S18 | 2007 | CDCNAV   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada          | 30.06 | 7     |
| 20,44 | Isabel Melo            | S18 | 2008 | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato Regional de Absolutos    | Ponta Delgada    | 22.06 | 7 t   |
| 20,36 | Sofia Carvalho         | S16 | 2009 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria           | 29.06 | 5 t   |
| 20,17 | Alicia Almeida         | S16 | 2009 | CANAZ    | Leiria     | Campeonato Distrital de Lançamentos | Leiria (CNL)     | 17.02 | 5 t   |
| 20,08 | Beatriz Gomes          | S18 | 2008 | GAC-L    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria (CNL)     | 29.06 | 6     |
| 19,90 | Carolina Quintal       | S16 | 2010 | AJS      | Madeira    | Provas Extra                        | Funchal          | 18.02 | 8 t   |
| 19,77 | Rita Durão             | S18 | 2008 | ADCV     | Portalegre | II Torneio de Lançamentos ADCV      | Castelo de Vide  | 17.02 | 2     |
| 19,71 | Rita Vieira            | S18 | 2007 | LLFC     | Aveiro     | Campeonato de Lançamentos Inverno   | Vagos            | 03.02 | 2     |
| 19,68 | Clara Cunha            | S16 | 2009 | ACM-A    | Terceira   | Provas de Observação                | Angra Heroísmo   | 15.06 | 2 t   |
| 19,50 | Margarida António -ANG | S18 | 2008 | GRQL     | Setúbal    | Campeonato Regional de Lançamentos  | Almada           | 04.02 | 8 t   |
| 19,48 | Matilde Canedo         | S18 | 2008 | CFOD     | Porto      | Provas Extra                        | Braga            | 12.05 | Extra |
| 19,28 | Bruna Augusto          | S18 | 2008 | SCUT     | Lisboa     | Meeting António Fortunato           | Torres Vedras    | 07.04 | 11 t  |
| 19,26 | Laura Feijão           | S18 | 2007 | CLAC     | Santarém   | Campeonato de Santarém 2024         | Fátima           | 15.06 | 7 t   |
| 19,03 | Lara Saraiva           | S16 | 2009 | CLAC     | Santarém   | Campeonato Distrital de Lançamentos | Fátima           | 10.02 | 7 t   |
| 18,98 | Lúisa Maia             | S18 | 2008 | CRCDL    | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18          | Lagoa            | 30.06 | 5     |
| 18,96 | Janki Patel - IND      | S18 | 2008 | A 20 Km  | Santarém   | Campeonato Distrital de Lançamentos | Fátima           | 10.02 | 8 t   |
| 18,84 | Rafaela Viana          | S18 | 2007 | EAT      | Porto      | 2ª Noite Quentte                    | Lousada          | 05.06 | 4 t   |
| 18,74 | Laura Meira            | S18 | 2008 | CLAC     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18         | Rio Maior        | 09.06 | 7     |
| 18,71 | Sara Lopes             | S18 | 2008 | PLF      | Braga      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada          | 30.06 | 8     |
| 18,68 | Inês Barros            | S18 | 2007 | AEAC     | Santarém   | Campeonato de Santarém 2024         | Fátima           | 15.06 | 8 t   |
| 18,64 | Maria Gonçalves        | S16 | 2010 | QFC      | Setúbal    | Campeonato Regional de Lançamentos  | Almada           | 04.02 | 11 t  |
| 18,44 | Bruna Ferreira         | S16 | 2009 | PLF      | Braga      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada          | 30.06 | 9 t   |
| 18,24 | Beatriz Inácia         | S18 | 2008 | AJJ      | Portalegre | Provas de Preparação de Lançamentos | Vendas Novas     | 10.02 | Extra |
| 18,21 | Fátima Câmara          | S18 | 2007 | CFOD     | Porto      | Campeonato Absoluto do Norte        | Braga            | 14.06 | 15 t  |
| 18,20 | Mariana Pontes         | S18 | 2008 | AJL      | Évora      | Provas de Preparação de Lançamentos | Vendas Novas     | 10.02 | 10    |
| 18,15 | Margarida Carmo        | S18 | 2007 | AMAC     | Lisboa     | Meeting António Fortunato           | Torres Vedras    | 07.04 | 13 t  |
| 18,10 | Matilde Vieira         | S16 | 2009 | GAF      | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18         | Rio Maior        | 09.06 | 9 t   |
| 17,84 | Matilde Matos          | S16 | 2009 | CDP-C    | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18         | Coimbra          | 10.06 | 4 t   |
| 17,83 | Luiza Cappi - BRA      | S18 | 2008 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 20          | Quarteira        | 09.06 | 3 t   |
| 17,63 | Maria Macedo           | S18 | 2008 | VTSC     | Braga      | Torneio de Preparação               | Braga            | 20.04 | 5 t   |
| 17,36 | Ana Conde              | S18 | 2007 | ACFR     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada          | 30.06 | 10    |
| 17,30 | Leonor Carvalho        | S16 | 2009 | SCB      | Braga      | Campeonato Regional de Lançamentos  | Braga            | 18.02 | 2 t   |
| 17,29 | Mélanie Manta          | S16 | 2009 | CRCDL    | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18          | Lagoa            | 30.06 | 6 t   |
| 17,29 | Sofia Pinto            | S18 | 2007 | CACOD    | Braga      | Campeonato Regional de Lançamentos  | Braga            | 18.02 | 3     |
| 17,26 | Juliana Armelim        | S18 | 2007 | CAT      | Terceira   | Provas de Observação                | Angra Heroísmo   | 09.03 | 4 t   |
| 17,20 | Nilà Viala - FRA       | S16 | 2009 | CDQ      | Algarve    | Campeonato Regional de Lançamentos  | Faro             | 10.02 | 4 t   |
| 16,94 | Madalena Pardal        | S18 | 2008 | JDN      | Beja       | Campeonato Distrital de Lançamentos | Beja             | 03.02 | 2     |
| 16,91 | Lara Mendes            | S16 | 2009 | CARDES   | Viseu      | Campeonato Distrital Absoluto       | Viseu            | 16.06 | 1 t   |
| 16,68 | Margarida Brandão      | S16 | 2010 | RUNRIVER | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada          | 30.06 | 11 t  |
| 16,61 | Diva Vidal             | S16 | 2010 | CANAZ    | Leiria     | Campeonato Distrital de Lançamentos | Leiria (CNL)     | 17.02 | 6 t   |
| 16,60 | Marta Belchior         | S18 | 2008 | SCUT     | Lisboa     | Campeonato Regional S18             | Lisboa (AL)      | 11.05 | 7     |
| 16,56 | Angelina Valente       | S18 | 2007 | SCBM     | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos            | 08.06 | 5     |
| 16,39 | Anastasiia Mamynova-R  | S18 | 2008 | CATUNES  | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18          | Lagoa            | 30.06 | 7     |
| 16,14 | Inês Santos            | S16 | 2009 | JAM      | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos            | 08.06 | 6 t   |
| 15,96 | Camila Fonseca         | S18 | 2008 | AACC     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis         | Almada           | 29.06 | 10    |
| 15,90 | Rita Silva             | S16 | 2009 | JAM      | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos            | 08.06 | 7 t   |
| 15,78 | Marta Chambel          | S18 | 2008 | CVT      | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18          | Lagoa            | 30.06 | 8     |
| 15,74 | Jéssica Martins        | S18 | 2008 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 20          | Quarteira        | 09.06 | 5 t   |
| 15,66 | Ariana Esik            | S16 | 2009 | SCP      | Lisboa     | Campeonato Regional S18             | Lisboa (AL)      | 11.05 | 8 t   |
| 15,66 | Érica Medeiros         | S16 | 2009 | ACB-L    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria           | 29.06 | 8 t   |

|       |                        |     |      |         |            |                                      |                  |       |       |
|-------|------------------------|-----|------|---------|------------|--------------------------------------|------------------|-------|-------|
| 15,58 | Alexandra Aguiar       | S18 | 2007 | CSM     | Madeira    | Campeonato Regional de Absolutos     | Funchal          | 09.06 | 8 t   |
| 15,50 | Maria Jardim           | S16 | 2009 | GDE     | Madeira    | Provas Extra                         | Funchal          | 18.02 | 10 t  |
| 15,49 | Lara Ribeiro           | S16 | 2009 | SLA     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis          | Almada           | 29.06 | 11 t  |
| 15,40 | Alyzy Lima - STP       | S16 | 2007 | ADCL    | V. Castelo | Torneio de Pista                     | Viana do Castelo | 30.05 | 2     |
| 15,40 | Íris Antunes           | S18 | 2008 | ADECT   | Algarve    | Campeonato Regional de Lançamentos   | Faro             | 10.02 | 5     |
| 15,19 | Bárbara Pinho          | S18 | 2007 | ACDCVC  | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-20          | Vagos            | 22.06 | 4 t   |
| 15,16 | Anna Frederica Santos  | S16 | 2009 | SCBM    | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18          | Vagos            | 08.06 | 8 t   |
| 15,07 | Isabela Davidoaia      | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve    | Campeonato Regional de Lançamentos   | Faro             | 10.02 | 6     |
| 15,00 | Matilde Valentim       | S18 | 2008 | CDCNAV  | Porto      | Provas Extra                         | Viana do Castelo | 13.07 | Extra |
| 14,93 | Gabriela Moutinho      | S16 | 2009 | MAC     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18           | Lousada          | 30.06 | 12 t  |
| 14,77 | Inês Figueiredo        | S18 | 2008 | AMCRS   | Coimbra    | Campeonato Distrital Absoluto        | Coimbra          | 22.06 | 6 t   |
| 14,75 | Carolina Gomes         | S18 | 2008 | COP     | Algarve    | Campeonato Regional Absoluto         | Lagoa            | 22.06 | 9 t   |
| 14,56 | Francisca Ferreira     | S18 | 2008 | CSM     | Madeira    | Provas Extra                         | Funchal          | 18.02 | 11 t  |
| 14,56 | Maria Madeira          | S18 | 2008 | CVSP    | Portalegre | Campeonato Distrital de Lançamentos  | Ponte de Sôr     | 04.02 | 2     |
| 14,30 | Matilde Baião          | S18 | 2008 | ADCV    | Portalegre | Campeonato Distrital de Lançamentos  | Ponte de Sôr     | 04.02 | 3     |
| 14,17 | Gabriela Tchiesu - ANG | S18 | 2008 | OCL     | Algarve    | Campeonato Regional de Lançamentos   | Faro             | 10.02 | 8     |
| 14,13 | Irish Lobo             | S16 | 2010 | NDJL    | Setúbal    | Campeonato Regional de Lançamentos   | Almada           | 04.02 | 14 t  |
| 14,12 | Mariana Vicente        | S16 | 2010 | CARDES  | Viseu      | Campeonato Distrital Absoluto        | Viseu            | 16.06 | 2     |
| 13,91 | Leonor Canivete        | S18 | 2007 | AJL     | Évora      | Provas de Preparação de Lançamentos  | Vendas Novas     | 10.02 | 11    |
| 13,85 | Beatriz Neves          | S16 | 2009 | GAF     | Santarém   | Campeonato Distrital de Lançamentos  | Fátima           | 10.02 | 13 t  |
| 13,84 | Vitória Barradas       | S16 | 2010 | GDE     | Madeira    | Provas Extra                         | Funchal          | 18.02 | 12 t  |
| 13,62 | Anita Fernandes        | S16 | 2010 | MAC     | porto      | Campeonato do Norte Sub 18           | Lousada          | 30.06 | 14 t  |
| 13,44 | Luana Espírito Santo   | S16 | 2010 | SLA     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis          | Almada           | 29.06 | 13 t  |
| 13,43 | Carla Guimarães - STP  | S16 | 2009 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Regional Juvenis          | Almada           | 29.06 | Extra |
| 13,27 | Lara Bastos            | S18 | 2008 | ACRVC   | Aveiro     | Campeonato de Lançamentos Inverno    | Vagos            | 03.02 | 5     |
| 13,20 | Victória Possante      | S18 | 2008 | CDQ     | Algarve    | Campeonato Regional de Lançamentos   | Faro             | 10.02 | 9     |
| 13,17 | Francisca Fernandes    | S16 | 2010 | CFOD    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18           | Lousada          | 30.06 | 15 t  |
| 13,14 | Susana Martins         | S16 | 2009 | OCL     | Algarve    | Campeonato Regional de Lançamentos   | Faro             | 10.02 | 10 t  |
| 12,98 | Cediane Silva - CPV    | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Regional Sub 20           | Funchal          | 30.06 | 4 t   |
| 12,89 | Rita Herzig            | S18 | 2007 | COP     | Algarve    | Campeonato Regional Absoluto         | Lagoa            | 22.06 | 14 t  |
| 12,48 | Matilde Mestre         | S18 | 2008 | COP     | Algarve    | Campeonato Regional Absoluto         | Lagoa            | 22.06 | 15 t  |
| 12,41 | Mariana Videira        | S16 | 2009 | ADCCJC  | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18          | Vagos            | 08.06 | 10 t  |
| 12,39 | Bianca Pereira         | S16 | 2009 | AABV    | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18           | Lagoa            | 30.06 | 11 t  |
| 12,38 | Luciana Gamboa         | S16 | 2010 | OCL     | Algarve    | Campeonato Regional de Lançamentos   | Faro             | 10.02 | 11 t  |
| 12,31 | Beatriz Silva          | S18 | 2007 | CDP     | Porto      | Torneio de Preparação                | Braga            | 20.04 | 6 t   |
| 12,10 | Maria Pires            | S18 | 2008 | CDP     | Porto      | Torneio de Preparação de Lançamentos | Lousada          | 28.01 | 2     |
| 12,00 | Mariana Pratas         | S18 | 2007 | CLAC    | Santarém   | Campeonato Distrital de Lançamentos  | Fátima           | 10.02 | 14 t  |
| 11,74 | Leonor Aguiar          | S18 | 2007 | CAT     | Terceira   | Campeonato de Ilha Sub-20            | Angra Heroísmo   | 15.06 | 4 t   |
| 11,57 | Priscila Pinto         | S16 | 2009 | OCL     | Algarve    | Campeonato Regional de Lançamentos   | Faro             | 10.02 | 12 t  |
| 11,47 | Elizaveta Shuyvan      | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Campeonato Distrital de Lançamentos  | Fátima           | 10.02 | 15 t  |
| 11,46 | Kristina kliamar - UKR | S18 | 2007 | JDN     | Beja       | Campeonato Distrital de Lançamentos  | Beja             | 03.02 | 3     |
| 11,32 | Inês Alves             | S16 | 2009 | CLAC    | Santarém   | Campeonato Distrital de Lançamentos  | Fátima           | 10.02 | 16 t  |
| 11,30 | Isabela Gomes - BRA    | S16 | 2010 | CDP     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18           | Lousada          | 30.06 | 16 t  |
| 11,25 | Lara Silva             | S16 | 2010 | CDP     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18           | Lousada          | 30.06 | 17 t  |
| 11,08 | Carolina King          | S18 | 2008 | QFC     | Setúbal    | Campeonato Regional de Lançamentos   | Almada           | 04.02 | 15 t  |
| 10,38 | Fernanda Mayikano      | S16 | 2009 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Regional de Lançamentos   | Almada           | 04.02 | Extra |
| 10,13 | Juliana Hinderyckx-BEL | S18 | 2007 | CASJ    | Algarve    | Campeonato Regional Absoluto         | Lagoa            | 22.06 | 17 t  |
| 10,10 | Mariana Marques        | S18 | 2008 | MAC     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18           | Lousada          | 30.06 | 18    |
| 10,08 | Mafalda Melo           | S18 | 2007 | ACRM    | Lisboa     | Campeonato de Lançamentos Inverno    | Jamor (P2)       | 28.01 | 11 t  |
| 9,87  | Laura Domingos         | S18 | 2008 | GAF     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18          | Rio Maior        | 09.06 | 11    |
| 9,10  | Mayena Pereira         | S16 | 2009 | GRQL    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis          | Almada           | 29.06 | 14 t  |

Todas

## MARTELO (3 kg)

CEJ: 57,00m / RN: 64,85m

Ana Durão/ADCL/Viana do Castelo/07.06.2003

| MARCA | ATLETA                 | ESC | ANO  | CLUBE | AR         | COMPETIÇÃO                           | LOCAL           | DATA  | INFORM |
|-------|------------------------|-----|------|-------|------------|--------------------------------------|-----------------|-------|--------|
| 59,00 | Aixa Vidal - ESP       | S18 | 2007 | ADCL  | V. Castelo | Jornada de Lançamentos 3             | Vila N Cerveira | 05.06 | 1      |
| 54,12 | Khushboo Sehrawat -IND | S18 | 2007 | SCP   | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub18            | Beja            | 06.07 | 1      |
| 53,32 | Beatriz Sobral         | S18 | 2008 | NDJL  | Setúbal    | 4ª Jornada de Lançamentos JV         | Leiria (CNL)    | 01.05 | 2      |
| 46,18 | Iara Tembe             | S18 | 2007 | CSM   | Madeira    | Campeonato Regional de Lançamentos   | Funchal         | 17.02 | 1      |
| 45,33 | Sara Cunha             | S18 | 2007 | CAP   | Porto      | 1ª Jornada de Lançamentos JV         | Leiria (CNL)    | 20.01 | Extra  |
| 44,71 | Mariana Dantas         | S18 | 2008 | ADCL  | V. Castelo | Torneio Internacional de Lançamentos | Vila N Cerveira | 27.04 | 4      |
| 42,94 | Camila Petraboy        | S18 | 2007 | JV    | Leiria     | 5ª Jornada de Lançamentos JV         | Leiria (CNL)    | 22.05 | 2      |
| 41,74 | Raquel Rodrigues       | S18 | 2008 | JDAL  | Santarém   | 4ª Jornada de Lançamentos JV         | Leiria          | 01.05 | Extra  |
| 41,07 | Rafaela Libânio        | S18 | 2008 | CANAZ | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18          | Leiria (CNL)    | 29.06 | 3      |
| 40,95 | Helena Alípio          | S18 | 2007 | JV    | Leiria     | Torneio Internacional de Lançamentos | Leiria (CNL)    | 23.06 | 5      |
| 39,40 | Filipa Maia            | S18 | 2008 | SLB   | Lisboa     | Campeonato Distrital Sub 18          | Leiria (CNL)    | 29.06 | Extra  |
| 39,28 | Inês Barros            | S18 | 2007 | AEAC  | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18          | Rio Maior       | 09.06 | 2      |

|       |                         |     |      |         |            |                                     |                  |       |       |
|-------|-------------------------|-----|------|---------|------------|-------------------------------------|------------------|-------|-------|
| 38,47 | Vanessa Castravet-MDA   | S18 | 2008 | CANAZ   | Leiria     | 4ª Jornada de Lançamentos JV        | Leiria           | 01.05 | 3     |
| 38,20 | Sofia Ganoshenko        | S18 | 2008 | AABV    | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18          | Faro             | 29.06 | 1     |
| 36,84 | Clara Borba             | S18 | 2008 | CAT     | Terceira   | Campeonato Regional Absoluto Açores | Ponta Delgada    | 23.06 | 1     |
| 36,66 | Diana Freire            | S18 | 2008 | GAF     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18         | Rio Maior        | 09.06 | 4     |
| 36,42 | Mariana Custódio        | S18 | 2007 | GDP-L   | Leiria     | 1ª Jornada de Lançamentos JV        | Leiria (CNL)     | 20.01 | 6     |
| 35,25 | Beatriz Rodrigues       | S18 | 2008 | CVT     | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18          | Faro             | 29.06 | 2     |
| 34,89 | Lara Gonçalves          | S18 | 2007 | TOTAD   | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18          | FARO             | 29.06 | 3     |
| 34,05 | Camila Silva            | S18 | 2007 | GAF     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18         | Rio Maior        | 09.06 | 5     |
| 33,42 | Laura Gonçalves         | S18 | 2007 | TOTAD   | Algarve    | Provas Extra                        | Faro             | 23.06 | 1     |
| 31,93 | Beatriz Silva           | S18 | 2007 | CDP     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada          | 29.06 | 4     |
| 31,84 | Sara Lopes              | S18 | 2008 | PLF     | Braga      | Torneio de Preparação               | Braga            | 20.04 | 2     |
| 31,74 | Juliana Armelin         | S18 | 2007 | CAT     | Terceira   | Provas de Observação                | Angra Heroísmo   | 17.03 | 1     |
| 29,97 | Soraia Teixeira         | S18 | 2007 | ACM-A   | Terceira   | Provas Extra                        | Angra Heroísmo   | 20.01 | 2 t   |
| 29,40 | Leonor Aguiar           | S18 | 2007 | CAT     | Terceira   | Campeonato de Sub-18 da Terceira    | Angra Heroísmo   | 29.06 | 2     |
| 29,35 | Beatriz Francisco       | S18 | 2008 | JDAL    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18         | Rio Maior        | 09.06 | 6     |
| 29,18 | Alexandra Aguiar        | S18 | 2007 | CSM     | Madeira    | Campeonato Regional de Lançamentos  | Funchal          | 17.02 | 4     |
| 29,02 | Carla Mendes            | S18 | 2007 | SLA     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis         | Almada           | 29.06 | 5     |
| 28,08 | Rita Saro               | S18 | 2008 | CPTSC   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18         | Coimbra          | 10.06 | 2     |
| 28,06 | Liliana Anselmo         | S18 | 2007 | ADCV    | Portalegre | 2º Torneio de Lançamentos do Sôr    | Ponte de Sôr     | 17.03 | 1     |
| 27,94 | Marta Braz              | S18 | 2007 | JDN     | Beja       | Campeonato Distrital de Lançamentos | Beja             | 03.02 | 1     |
| 27,14 | Laura Feijão            | S18 | 2007 | CLAC    | Santarém   | Campeonato Distrital de Lançamentos | Fátima           | 10.02 | 8     |
| 26,47 | Luiza Cappi - BRA       | S18 | 2008 | ADECT   | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro             | 29.06 | 4     |
| 25,66 | Isabel Melo             | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato Regional Sub 18          | Ponta Delgada    | 23.06 | 4     |
| 25,01 | Francisca Antão         | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato da AASM de Lançamentos   | Ponta Delgada    | 26.01 | 1     |
| 24,61 | Margarida Rosado        | S18 | 2008 | JDN     | Beja       | Campeonato Distrital de Lançamentos | Beja             | 03.02 | 2     |
| 24,14 | Matilde Couto           | S18 | 2007 | CARDES  | Viseu      | Provas Extra                        | Viseu            | 16.06 | 1     |
| 24,00 | Petra Faria             | S18 | 2008 | CSM     | Madeira    | Torneio de Preparação               | Funchal          | 27.01 | 3     |
| 23,93 | Maria Inês Silva        | S18 | 2007 | ACDRA   | Leiria     | Campeonato Distrital de Lançamentos | Leiria (CNL)     | 17.02 | 7     |
| 23,83 | Rafaela Viana           | S18 | 2007 | EAT     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada          | 29.06 | 9     |
| 23,05 | Laura Domingos          | S18 | 2008 | GAF     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18         | Rio Maior        | 09.06 | 11    |
| 22,84 | Débora Almeida          | S18 | 2007 | ADTT    | Setúbal    | Campeonato Regional de Lançamentos  | Almada           | 04.02 | 4     |
| 22,49 | Margarida António - ANG | S16 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis         | Almada           | 29.06 | 7 t   |
| 22,43 | Miriam Fernandes        | S18 | 2008 | COP     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro             | 29.06 | 6     |
| 22,09 | Francisca Ferreira      | S18 | 2008 | CSM     | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18          | Funchal          | 22.06 | 4     |
| 22,05 | Janki Patel - IND       | S18 | 2008 | A 20 km | Santarém   | Campeonato Distrital de Lançamentos | Fátima           | 10.02 | 10    |
| 21,65 | Ana Beatriz Sousa       | S18 | 2008 | ADCCJC  | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos            | 08.06 | 3     |
| 21,64 | Leonor Fontes           | S18 | 2007 | CDCNAV  | Porto      | Torneio de Lançamentos II           | Viana do CASTelo | 11.05 | Extra |
| 21,59 | Rita Durão              | S18 | 2008 | ADCV    | Portalegre | Campeonato Distrital de Lançamentos | Ponte de Sôr     | 04.02 | 1     |
| 20,92 | Rita Ribeiro            | S18 | 2007 | CAP     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada          | 29.06 | 12    |
| 20,62 | Maria Pires             | S18 | 2008 | CDP     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18          | Lousada          | 29.06 | 13    |
| 20,38 | Leonor Santos           | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato Regional Sub 18          | Ponta Delgada    | 23.06 | 5     |
| 20,38 | Sara Baeta              | S18 | 2007 | SCA     | Santarém   | Campeonato Distrital de Lançamentos | Fátima           | 10.02 | 11    |
| 20,04 | Rita Fonseca            | S18 | 2008 | NSCPCX  | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria           | 30.06 | Extra |
| 19,94 | Ana Neves               | S18 | 2007 | ACRVC   | Aveiro     | Campeonato de Lançamentos Inverno   | Vagos            | 03.02 | 1     |
| 19,21 | Nicole Mendonça         | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18          | Funchal          | 22.06 | 5     |
| 18,61 | Matilde Canedo          | S18 | 2008 | CFOD    | Porto      | Provas Extra                        | Braga            | 11.05 | Extra |
| 18,25 | Jéssica Martins         | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro             | 29.06 | 8     |
| 18,21 | Matilde Baião           | S18 | 2008 | ADCV    | Portalegre | Campeonato Distrital de Lançamentos | Ponte de Sôr     | 04.02 | 2     |
| 18,14 | Marta Chambel           | S18 | 2008 | CVT     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro             | 29.06 | 9     |
| 17,97 | Luna Rodrigues          | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18         | Leiria           | 30.06 | Extra |
| 17,83 | Luisa Maia              | S18 | 2008 | CRCDL   | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18          | Faro             | 29.06 | 11    |
| 14,19 | Bárbara Pinho           | S18 | 2007 | ACDCVC  | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18         | Vagos            | 08.06 | 9     |
| 11,94 | Maria Madeira           | S18 | 2008 | CVSP    | Portalegre | Campeonato Distrital de Lançamentos | Ponte de Sôr     | 04.02 | 3     |
| 10,76 | Francisca Nunes         | S18 | 2008 | NSCPCX  | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18         | Coimbra          | 10.06 | 4     |

Todas

## DARDO (500 g)

CEJ: 46,50m / RN: 50,20m

Cláudia Ferreira/CAC/Leiria/09.09.2015

| MARCA | ATLETA                 | ESC | ANO  | CLUBE  | AR        | COMPETIÇÃO                        | LOCAL          | DATA  | INFORM |
|-------|------------------------|-----|------|--------|-----------|-----------------------------------|----------------|-------|--------|
| 40,74 | Natacha Candé          | S18 | 2007 | JIV-SM | S. Miguel | Campeonato Regional p Combinadas  | Lisboa (AL)    | 09.06 | Extra  |
| 36,90 | Sofia Chemyrys         | S18 | 2008 | JV     | Leiria    | Campeonato de Lançamentos Inverno | Vagos          | 03.02 | Extra  |
| 36,19 | Margarida António -ANG | S18 | 2008 | GRQL   | Setúbal   | Campeonato Nacional Sub18         | Beja           | 06.07 | 2      |
| 34,67 | Inês Pedro             | S18 | 2008 | AMONT  | Braga     | Atleta Completo Regional          | Braga          | 07.04 | HEP    |
| 34,40 | Sofia Pinto            | S18 | 2007 | CACOD  | Braga     | Campeonato Nacional Sub18         | Beja           | 06.07 | 3      |
| 31,20 | Maria Oliveira         | S18 | 2007 | CDCNAV | Porto     | Campeonato Nacional Sub18         | Beja           | 06.07 | 5      |
| 30,91 | Maria Manuel Brito     | S18 | 2007 | AGV    | Viseu     | Campeonato Nacional Escolar       | Lagoa          | 25.05 | 1      |
| 30,75 | Camila Fonseca         | S18 | 2008 | AACC   | Setúbal   | Campeonato Nacional Sub18         | Beja           | 06.07 | 7      |
| 30,15 | Margarida Escobar      | S18 | 2007 | CIAIA  | Faial     | Torneio Olímpico Jovem Regional   | Angra Heroísmo | 05.05 | 1      |



|       |                        |     |      |         |            |  |                  |       |       |
|-------|------------------------|-----|------|---------|------------|--|------------------|-------|-------|
| 28,28 | Leonor Lavos           | S18 | 2008 | GDP-L   | Leiria     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Pombal           | 12.05 | HEP   |
| 27,11 | Filipa Silva           | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Torneio Nacional Olímpico Jovem        | Lagoa            | 19.05 | 7     |
| 26,22 | Carolina Frada         | S18 | 2008 | CFOD    | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional        | Lousada          | 04.05 | 1     |
| 26,13 | Luna Dias              | S18 | 2007 | AACC    | Setúbal    | Campeonato Regional P. Combinadas      | Almada           | 21.04 | HEP   |
| 25,73 | Maria Bastos           | S18 | 2007 | JAM     | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18            | Vagos            | 09.06 | 2     |
| 25,45 | Ana Teixeira           | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Campeonato Regional S18                | Lisboa (AL)      | 12.05 | Extra |
| 25,19 | Luiza Cappi - BRA      | S18 | 2008 | ADECT   | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18             | Faro             | 29.06 | 1     |
| 25,16 | Rita Fonseca           | S18 | 2008 | NSCPCX  | Coimbra    | Meeting Mário Rui Ferreira             | Coimbra          | 27.04 | 1     |
| 24,54 | Simone Morim           | S18 | 2007 | ACFR    | Porto      | Campeonato Nacional Sub18              | Beja             | 07.07 | HEP   |
| 24,48 | Sofia Machado          | S18 | 2008 | GCAD    | C. Branco  | Campeonato Nacional Sub18              | Beja             | 07.07 | HEP   |
| 24,33 | Victória Possante      | S18 | 2008 | CDQ     | Algarve    | Campeonato Regional de Lançamentos     | Faro             | 10.02 | 2     |
| 24,11 | Beatriz Inácia         | S18 | 2008 | AJJ     | Portalegre | II Torneio de Lançamentos ADCV         | Castelo de Vide  | 17.02 | 1     |
| 23,23 | Kyra Morrison - UAS    | S18 | 2008 | AABV    | Algarve    | Olímpico Jovem Regional                | Açoteias         | 05.05 | 1     |
| 23,10 | Carolina Fernandes     | S18 | 2008 | AGV     | Viseu      | Atleta Completo Distrital              | Viseu            | 14.04 | HEP   |
| 22,69 | Alice Varino           | S18 | 2008 | GDP-L   | Leiria     | Campeonato Nacional Sub18              | Beja             | 07.07 | HEP   |
| 22,39 | Matilde Gonçalves      | S18 | 2008 | HCF     | Vila Real  | Torneio Nacional Olímpico Jovem        | Lagoa            | 19.05 | 9     |
| 22,12 | Sara Cunha             | S18 | 2007 | CAP     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 29.06 | 4     |
| 22,05 | Madalena Sampaio       | S18 | 2008 | AFS     | Lisboa     | Torneio Atleta Completo                | Lisboa (AL)      | 14.04 | HEP   |
| 22,01 | Maria do Carmo Lúcio   | S18 | 2008 | AFS     | Lisboa     | Torneio Atleta Completo                | Lisboa (AL)      | 14.04 | HEP   |
| 21,99 | Jéssica Martins        | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve    | Campeonato Regional de Lançamentos     | Faro             | 10.02 | 3     |
| 21,99 | Madalena Batista       | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria     | 5ª Jornada de Lançamentos JV           | Leiria (CNL)     | 22.05 | 2     |
| 21,91 | Sara Camolas           | S18 | 2007 | PFC     | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | HEP   |
| 21,85 | Leonor Diogo           | S18 | 2008 | CBA-S   | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital               | Abrantes         | 05.05 | 2     |
| 21,59 | Ariana Teixeira        | S18 | 2007 | ADREP   | Aveiro     | Olímpico Jovem Distrital               | Luso             | 20.04 | 2     |
| 21,57 | Maria Luís Silva       | S18 | 2007 | GRECAS  | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 28.04 | HEP   |
| 21,56 | Lara Barroso           | S18 | 2008 | CPPEA   | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | HEP   |
| 21,41 | Beatriz Pereira        | S18 | 2007 | ADRAP   | Madeira    | Torneio Nacional Olímpico Jovem        | Lagoa            | 19.05 | 11    |
| 21,26 | Margarida Rosado       | S18 | 2008 | JDN     | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas       | Beja             | 14.04 | HEP   |
| 21,10 | Janki Patel - IND      | S18 | 2008 | A 20 km | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital               | Abrantes         | 05.05 | 3     |
| 20,70 | Isabel Melo            | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato AASM de Juvenis             | Ponta Delgada    | 15.06 | 2     |
| 20,69 | Sofia Ganoshenko       | S18 | 2008 | AABV    | Algarve    | Olímpico Jovem Regional                | Açoteias         | 05.05 | 2     |
| 20,65 | Sara Baeta             | S18 | 2007 | SCA     | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital               | Abrantes         | 05.05 | 4     |
| 20,50 | Eliane Varela          | S18 | 2007 | SCP     | Lisboa     | THE FICEP - FISEC GAMES                | Bucareste - ROM  | 17.97 | 9     |
| 20,29 | Mariana Costa          | S18 | 2008 | FCC     | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas       | Beja             | 14.04 | HEP   |
| 19,66 | Isabel Lobo            | S18 | 2008 | GDD     | Évora      | Torneio Nacional Olímpico Jovem        | Lagoa            | 19.05 | 14    |
| 19,59 | Fátima Mota - VNZ      | S18 | 2007 | MAC     | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional        | Lousada          | 04.05 | 4     |
| 19,22 | Inês Rocha             | S18 | 2008 | CAM-VC  | V. Castelo | Atleta Completo                        | Viana do Castelo | 07.04 | HEP   |
| 19,18 | Ana Beatriz Sousa      | S18 | 2008 | ADCCJC  | Aveiro     | Olímpico Jovem Distrital               | Luso             | 20.04 | 3     |
| 19,09 | Rita Vieira            | S18 | 2007 | LLFC    | Aveiro     | Campeonato de Lançamentos Inverno      | Vagos            | 03.02 | 4     |
| 18,87 | Raquel Cavaco          | S18 | 2008 | PFC     | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | HEP   |
| 18,86 | Camila Ferraz          | S18 | 2007 | GRE-AA  | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18            | Coimbra          | 08.06 | 3     |
| 18,86 | Maria Camolas          | S18 | 2007 | PFC     | Setúbal    | Olímpico Jovem Regional                | Almada           | 05.05 | 5     |
| 18,53 | Leonor Santos          | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato AASM de Olímpico Jovem      | Ponta Delgada    | 20.04 | 3     |
| 18,32 | Emily Lopes - BRA      | S18 | 2007 | CRCDL   | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18             | Faro             | 29.06 | 6     |
| 18,28 | Nicole Mendonça        | S18 | 2008 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18             | Ribeira Brava    | 22.06 | 2     |
| 18,22 | Lara Gonçalves         | S18 | 2007 | TOTAD   | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18             | Faro             | 29.06 | 7     |
| 18,02 | Alexandra Aguiar       | S18 | 2007 | CSM     | Madeira    | Campeonato Regional de Lançamentos     | Funchal          | 17.02 | 2     |
| 17,94 | Gabriela Tchiesu - ANG | S18 | 2008 | OCL     | Algarve    | Campeonato Regional de Lançamentos     | Faro             | 10.02 | 5     |
| 17,90 | Inês Marques           | S18 | 2008 | AGV     | Viseu      | Olímpico Jovem Distrital               | Viseu            | 11.05 | 2     |
| 17,86 | Diana Vilar            | S18 | 2008 | NAC     | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 28.04 | HEP   |
| 17,67 | Rita Ribeiro           | S18 | 2007 | CAP     | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional        | Lousada          | 04.05 | 5     |
| 17,66 | Bruna Ruela            | S18 | 2007 | PLF     | Braga      | Atleta Completo Regional               | Braga            | 07.04 | HEP   |
| 17,50 | Maria Macedo           | S18 | 2008 | VTSC    | Braga      | Torneio Regional Olímpico Jovem        | Braga            | 12.05 | 2     |
| 17,48 | Petra Faria            | S18 | 2008 | CSM     | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18             | Ribeira Brava    | 22.06 | 3     |
| 17,44 | Lara Vieira            | S18 | 2008 |         | C. Branco  | Torneio Nacional Olímpico Jovem        | Lagoa            | 19.05 | 15    |
| 17,42 | Leonor Santos          | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato AASM de Juvenis             | Ponta Delgada    | 15.06 | 3     |
| 17,40 | Leonor Canivete        | S18 | 2007 | AJL     | Évora      | Provas Extra                           | Vendas Novas     | 13.04 | 1     |
| 17,38 | Márcia Gomes           | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | Provas de Preparação                   | Lisboa (AL)      | 17.07 | 1     |
| 17,34 | Luana Filipe           | S18 | 2008 | AMAC    | Lisboa     | Campeonato Regional S18                | Lisboa (AL)      | 12.05 | 5     |
| 17,14 | Luna Rodrigues         | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | HEP   |
| 17,08 | Ana Beatriz Pereira    | S18 | 2007 | ADRAP   | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Funchal          | 07.04 | HEP   |
| 16,77 | Leonor Fontes          | S18 | 2007 | CDCNAV  | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 29.06 | 7     |
| 16,74 | Fátima Câmara          | S18 | 2007 | CFOD    | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional        | Lousada          | 04.05 | 6     |
| 16,65 | Matilde Canedo         | S18 | 2008 | CFOD    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 29.06 | 9     |
| 16,57 | Bárbara Pinho          | S18 | 2007 | ACDCVC  | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 28.04 | HEP   |
| 16,31 | Alyzy Lima - STP       | S18 | 2007 | ADCI    | V. Castelo | Torneio de Lançamentos II              | Viana do Castelo | 11.05 | 2     |
| 16,23 | Marta Melchior         | S18 | 2008 | SCUT    | Lisboa     | Campeonato Regional S18                | Lisboa (AL)      | 12.05 | 7     |
| 16,15 | Cristiana Martins      | S18 | 2007 | CTMMPA  | Vila Real  | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 12.05 | HEP   |
| 16,07 | Leonor Louzeiro        | S18 | 2008 | JDN     | Beja       | Campeonato Distrital de Lançamentos    | Beja             | 03.02 | 3     |

|       |                        |     |      |          |            |  |                  |       |       |
|-------|------------------------|-----|------|----------|------------|--|------------------|-------|-------|
| 16,03 | Beatriz Rodrigues      | S18 | 2008 | CVT      | Algarve    | Campeonato Regional de Lançamentos     | Faro             | 10.02 | 7     |
| 15,98 | Beatriz Barreiras      | S18 | 2008 | ADRAP    | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18             | Funchal          | 22.06 | 5     |
| 15,83 | Madalena Pardal        | S18 | 2008 | JDN      | Beja       | Campeonato Distrital de Lançamentos    | Beja             | 03.02 | 4     |
| 15,71 | Catarina Sousa         | S18 | 2008 | SCE      | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 28.04 | HEP   |
| 15,60 | Bruna Xavier           | S18 | 2008 | CASJ     | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 07.04 | HEP   |
| 15,54 | Rita Saro              | S18 | 2008 | CPTSC    | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18            | Coimbra          | 08.06 | 6     |
| 15,46 | Leticia Valente        | S18 | 2008 | ACDCVC   | Aveiro     | Olímpico Jovem Distrital               | Luso             | 20.04 | 5     |
| 15,13 | Jéssica Fedoriv        | S18 | 2008 | CASJ     | Algarve    | Olímpico Jovem Regional                | Açoteias         | 05.05 | 5     |
| 15,09 | Cristina Neves         | S18 | 2007 | CSM      | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Funchal          | 07.04 | HEP   |
| 15,05 | Angelina Valente       | S18 | 2007 | SCBM     | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 28.04 | HEP   |
| 14,92 | Mafalda Pombo          | S18 | 2008 | GDR      | Viseu      | Olímpico Jovem Distrital               | Viseu            | 11.05 | 3     |
| 14,92 | Soraia Lourenço        | S18 | 2007 | CDQ      | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 07.04 | HEP   |
| 14,77 | Marta Braz             | S18 | 2007 | JDN      | Beja       | Torneio Nacional Olímpico Jovem        | Lagoa            | 19.05 | 16    |
| 14,70 | Matilde Baião          | S18 | 2008 | ADCV     | Portalegre | II Torneio de Lançamentos ADCV         | Castelo de Vide  | 17.02 | 2     |
| 14,69 | Carolina Pacheco       | S18 | 2007 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 07.04 | HEP   |
| 14,69 | Filipa Duarte          | S18 | 2007 | CASJ     | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 07.04 | HEP   |
| 14,57 | Sofia Reis             | S18 | 2008 | CDOL     | S. Miguel  | Campeonato da AASM de Lançamentos      | Ponta Delgada    | 26.01 | 4     |
| 14,37 | Matilde Gomes          | S18 | 2007 | CAM-VC   | V. Castelo | Atleta Completo                        | Viana do Castelo | 07.04 | HEP   |
| 14,31 | Mariana Pontes         | S18 | 2008 | AJL      | Évora      | Provas Extra                           | Vendas Novas     | 13.04 | 2     |
| 14,30 | Luna Andrade           | S18 | 2007 | AJS      | Madeira    | Campeonato Regional de Lançamentos     | Funchal          | 17.02 | 5     |
| 14,15 | Eliana Martins         | S18 | 2007 | SCA      | Santarém   | Campeonato Distrital de Lançamentos    | Fátima           | 10.02 | 6     |
| 14,09 | Carolina Pita          | S18 | 2007 | GDE      | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Funchal          | 07.04 | HEP   |
| 14,04 | Ana Terse Sousa        | S18 | 2008 | VTSC     | Braga      | Torneio Regional Olímpico Jovem        | Braga            | 12.05 | 3     |
| 14,04 | Inês Azeitona          | S18 | 2008 | ADCV     | Portalegre | II Torneio de Lançamentos ADCV         | Castelo de Vide  | 17.02 | 3     |
| 14,01 | Leonor Esteves         | S18 | 2008 | QFC      | Setúbal    | Provas de Preparação de Lançamentos    | Vendas Novas     | 10.02 | Extra |
| 13,94 | Débora Martins         | S18 | 2009 | CSM      | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Funchal          | 07.04 | HEP   |
| 13,40 | Liz Ferreira           | S18 | 2008 | RUNRIVER | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional        | Lousada          | 04.05 | 7     |
| 13,36 | Camila Silva           | S18 | 2007 | GAF      | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital               | Abrantes         | 05.05 | 5     |
| 13,22 | Catarina Seabra        | S18 | 2008 | GRE-AA   | Coimbra    | Campeonato Distrital P Combinadas      | Pombal           | 12.05 | HEP   |
| 13,13 | Laura Meira            | S18 | 2008 | CLAC     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18            | Rio Maior        | 08.06 | 8     |
| 13,11 | Íris Antunes           | S18 | 2008 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 07.04 | HEP   |
| 13,05 | Matilde Freitas        | S18 | 2008 | ADRAP    | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Funchal          | 07.04 | HEP   |
| 12,94 | Sofia Ambrósio         | S18 | 2008 | GDD      | Évora      | Provas Extra                           | Vendas Novas     | 13.04 | 3     |
| 12,79 | Laura Perez            | S18 | 2007 | AJS      | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Funchal          | 07.04 | HEP   |
| 12,64 | Marta Chambel          | S18 | 2008 | CVT      | Algarve    | Olímpico Jovem Regional                | Açoteias         | 05.05 | 7     |
| 12,53 | Mariana Sousa          | S18 | 2007 | AGV      | Viseu      | Atleta Completo Distrital              | Viseu            | 14.04 | HEP   |
| 12,33 | Isabela Davidoaia      | S18 | 2007 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Regional de Lançamentos     | Faro             | 10.02 | 11    |
| 12,21 | Rafaela Viana          | S18 | 2007 | EAT      | Porto      | I Noite Atléica                        | Braga            | 29.05 | Extra |
| 12,07 | Joana Solé             | S18 | 2007 | CYCL     | V. Castelo | Atleta Completo                        | Viana do Castelo | 07.04 | HEP   |
| 12,05 | Beatriz Silva          | S18 | 2007 | CDP      | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional        | Lousada          | 04.05 | 9     |
| 12,03 | Maria Pires            | S18 | 2008 | CDP      | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18             | Lousada          | 29.06 | 13    |
| 11,95 | Miriam Alves           | S18 | 2007 | LAVRA    | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 12.05 | HEP   |
| 11,89 | Matilde Couto          | S18 | 2007 | CARDES   | Viseu      | Olímpico Jovem Distrital               | Viseu            | 11.05 | 4     |
| 11,67 | Rosário Reis           | S18 | 2008 | BAC      | Beja       | Provas de Preparação                   | Beja             | 20.01 | 3     |
| 11,41 | Matilde Matafome       | S18 | 2008 | CPA-S    | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | HEP   |
| 11,13 | Raquel Lopes           | S18 | 2008 | THA      | Santarém   | Olímpico Jovem Distrital               | Abrantes         | 05.05 | 6     |
| 11,00 | Nádia Mata             | S18 | 2008 | SCP      | Lisboa     | Torneio Atleta Completo                | Lisboa (AL)      | 14.04 | HEP   |
| 10,61 | Eva Pinto              | S18 | 2008 | SCE      | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 28.04 | HEP   |
| 10,55 | Nádia Pinho            | S18 | 2008 | ACDCVC   | Aveiro     | Olímpico Jovem Distrital               | Luso             | 20.04 | 8     |
| 10,31 | Eliéta Mendes          | S18 | 2008 | NSCPSX   | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | HEP   |
| 10,21 | Kristina Kliamar - UKR | S18 | 2007 | JDN      | Beja       | Campeonato Distrital de Lançamentos    | Beja             | 03.02 | 5     |
| 10,06 | Alicia Baptista - ANG  | S18 | 2007 | LAVRA    | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 12.05 | HEP   |
| 9,91  | Sandriana Costa        | S18 | 2007 | CYCL     | V. Castelo | Olímpico Jovem Distrital               | Viana do Castelo | 05.05 | 1     |
| 9,60  | Mariana Teixeira       | S18 | 2008 | AAM-M    | Madeira    | Campeonato Regional Sub 18             | Funchal          | 22.06 | 8     |
| 9,29  | Diana Carneiro         | S18 | 2007 | ACDRSQ   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18            | Coimbra          | 08.06 | 9     |
| 8,79  | Sara Fernandes         | S18 | 2007 | AJS      | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Funchal          | 07.04 | HEP   |
| 8,30  | Ana Ferreira           | S18 | 2008 | CDP      | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 12.05 | HEP   |
| 8,14  | Mariana Beja           | S18 | 2008 | CYCL     | V. Castelo | Olímpico Jovem Distrital               | Viana do Castelo | 05.05 | 2     |
| 8,11  | Isabela Cabrita        | S18 | 2007 | CATUNES  | Algarve    | Olímpico Jovem Regional                | Açoteias         | 05.05 | 9     |
| 7,84  | Joana Soares           | S18 | 2008 | CYCL     | V. Castelo | Olímpico Jovem Distrital               | Viana do Castelo | 05.05 | 3     |
| 7,60  | Joana Rosa             | S18 | 2007 | CPPEA    | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | HEP   |
| 6,59  | Mariana Ferreira       | S18 | 2008 | CDP      | Porto      | Torneio Olímpico Jovem Regional        | Lousada          | 04.05 | 10    |

Todas

# HEPTATLO

[100m Barreiras - Altura - Peso - 200m // Comprimento - Dardo - 800 m]

CEJ: 4.950 / RN: 5.734 Pontos

Marisa Vaz Carvalho/SLB/Arona (ESP)/05.06.2016

| MARCA | ATLETA                     | ESC | ANO  | CLUBE    | AR         | COMPETIÇÃO                             | LOCAL            | DATA  | INFORM |
|-------|----------------------------|-----|------|----------|------------|--|------------------|-------|--------|
| 5579  | 1,5 Natacha Candé          | S18 | 2007 | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato da Europa Sub-18            | B. Bystrica-SVK  | 19.07 | 6      |
| 4775  | 1,5 Madalena Barradas      | S16 | 2009 | ACF      | Portalegte | Campeonato Nacional S18                | Beja             | 07.07 | 1      |
| 4405  | 1,5 Inês Pedro             | S18 | 2008 | AMONT    | Braga      | Campeonato Nacional S18                | Beja             | 07.07 | 2      |
| 4269  | 0,4 Madalena Sampaio       | S18 | 2008 | AFS      | Lisboa     | Torneio Atleta Completo                | Lisboa (AL)      | 14.04 | 1      |
| 3878  | 1,5 Sofia Machado          | S18 | 2008 | GCAD     | C. Branco  | Campeonato Nacional S18                | Beja             | 07.07 | 3      |
| 3821  | 1,5 Simone Morim           | S18 | 2007 | ACFR     | Porto      | Campeonato Nacional S18                | Beja             | 07.07 | 4      |
| 3764  | 1,5 Alice Varino           | S18 | 2008 | GDP-L    | Leiria     | Campeonato Nacional S18                | Beja             | 07.07 | 5      |
| 3692  | 1,8 Maria Luís Silva       | S18 | 2007 | GRECAS   | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 28.04 | 1      |
| 3635  | 0,3 Maria do Carmo Lúcio   | S18 | 2008 | AFS      | Lisboa     | Torneio Atleta Completo                | Lisboa (AL)      | 14.04 | 2      |
| 3533  | -1,1 Joana Solé            | S18 | 2007 | CYCL     | V. Castelo | Atleta Completo Regional               | Viana do Castelo | 07.04 | 2      |
| 3528  | 0,4 Carolina Fernandes     | S18 | 2008 | AGV      | Viseu      | Atleta Completo Distrital              | Viseu            | 14.04 | 1      |
| 3488  | 1,5 Marta Peralta          | S16 | 2009 | CFOD     | Porto      | Campeonato Nacional S18                | Beja             | 07.07 | 8 t    |
| 3445  | 1,7 Lara Simões            | S16 | 2010 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Pombal           | 12.05 | 1 t    |
| 3408  | -0,4 Sara Camolas          | S18 | 2007 | PFC      | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 24.04 | 1      |
| 3309  | -0,3 Lara Barroso          | S18 | 2008 | CPPEA    | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 24.04 | 2      |
| 3179  | 0,1 Filipa Carvalho        | S16 | 2009 | SLA      | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 24.04 | 3 t    |
| 3099  | -0,1 Luna Dias             | S18 | 2007 | AACC     | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 24.04 | 4      |
| 3049  | 1,6 Matilde Joaquim        | S16 | 2009 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital P. Combinadas     | Pombal           | 12.05 | 5 t    |
| 3010  | -0,9 Matilde Gomes         | S18 | 2007 | CAM-VC   | V. Castelo | Atleta Completo Regional               | Viana do Castelo | 07.04 | 1      |
| 2912  | 1,9 Débora Martins         | S18 | 2008 | CSM      | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Ribeira Brava    | 07.04 | 3      |
| 2909  | 1,8 Filipa Silva           | S18 | 2008 | SCE      | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 28.04 | 2      |
| 2826  | 1,3 Diana Vilar            | S18 | 2008 | NAC      | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 28.04 | 3      |
| 2795  | -0,5 Joana Rosa            | S18 | 2007 | CPPEA    | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | 5      |
| 2765  | -0,8 Filipa Duarte         | S18 | 2007 | CASJ     | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 07.04 | 3      |
| 2764  | -0,8 Bruna Ruela           | S18 | 2007 | PLF      | Braga      | Atleta Completo Regional               | Braga            | 07.04 | 2      |
| 2725  | 0,2 Soraia Lourenço        | S18 | 2007 | CDQ      | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 07.04 | 5      |
| 2705  | -0,5 Bruna Xavier          | S18 | 2008 | CASJ     | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 07.04 | 1      |
| 2677  | -0,3 Luna Rodrigues        | S18 | 2008 | CPA-S    | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | Extra  |
| 2621  | -0,3 Carlota Calado        | S16 | 2010 | VFC      | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | 7 t    |
| 2583  | -0,9 Victória Possante     | S18 | 2008 | CDQ      | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 07.04 | 6      |
| 2571  | 1,8 Carolina Pita          | S18 | 2007 | GDE      | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Ribeira Brava    | 07.04 | 4      |
| 2539  | 1,7 Ruth Lima - BRA        | S18 | 2007 | CCSJM    | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 28.04 | 4      |
| 2523  | 1,8 Francisca Reis         | S16 | 2010 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital P. Combinadas     | Pombal           | 12.05 | 6 t    |
| 2505  | -0,4 Carolina Salvado      | S16 | 2009 | CPA-S    | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | Extra  |
| 2505  | -1,3 Inês Rocha            | S18 | 2008 | CAM-VC   | V. Castelo | Atleta Completo Regional               | Viana do Castelo | 07.04 | 3      |
| 2502  | -0,8 Mariana Costa         | S18 | 2008 | FCC      | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas       | Beja             | 14.04 | 1      |
| 2447  | 0,5 Carolina Pacheco       | S18 | 2007 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 07.04 | 2      |
| 2426  | -0,5 Alicia Baptista - ANG | S18 | 2007 | LAVRA    | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 12.05 | 2      |
| 2418  | 1,3 Catarina Sousa         | S18 | 2008 | SCE      | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 28.04 | 5      |
| 2411  | 1,8 Matilde Freitas        | S18 | 2008 | ADRAP    | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Ribeira Brava    | 07.04 | 6      |
| 2398  | 0,6 Mariana Sousa          | S18 | 2007 | AGV      | Viseu      | Atleta Completo Distrital              | Viseu            | 14.04 | 2      |
| 2389  | 0,3 Inês Morim             | S16 | 2010 | CDP      | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 12.05 | 3 t    |
| 2385  | 1,8 Maria Manaça           | S16 | 2009 | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital P. Combinadas     | Pombal           | 12.05 | 7 t    |
| 2366  | -0,5 Margarida Rosado      | S18 | 2008 | JDN      | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas       | Beja             | 14.04 | 2      |
| 2353  | -0,5 Matilde Matafome      | S18 | 2008 | CPA-S    | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | Extra  |
| 2348  | 2,0 Laura Perez            | S18 | 2007 | AJS      | Madeira    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Ribeira Brava    | 07.04 | 7      |
| 2347  | -0,4 Eliéta Mendes         | S18 | 2008 | NSCPSX   | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | 10     |
| 2343  | -0,3 Lara Almeida          | S16 | 2010 | CPA-S    | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | Extra  |
| 2339  | -0,5 Ana Teixeira          | S18 | 2008 | CPA-S    | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | Extra  |
| 2299  | 0,6 Maria Manuel Brito     | S18 | 2007 | AGV      | Viseu      | Atleta Completo Distrital              | Viseu            | 14.04 | 3      |
| 2253  | -0,9 Irish Lobo            | S16 | 2010 | NDJL     | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | 13 t   |
| 2188  | -0,4 Raquel Cavaco         | S18 | 2008 | PFC      | Setúbal    | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | 14     |
| 2036  | -0,3 Nádia Mata            | S18 | 2008 | SCP      | Lisboa     | Torneio Atleta Completo                | Lisboa (AL)      | 14.04 | 3      |
| 1988  | 1,7 Angelina Valente       | S18 | 2007 | SCBM     | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 28.04 | 6      |
| 1978  | 0,3 Miriam Alves           | S18 | 2007 | LAVRA    | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 12.05 | 4      |
| 1963  | -0,5 Ana Ferreira          | S18 | 2008 | CDP      | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 12.05 | 5      |
| 1849  | 0,3 Cristiana Martins      | S18 | 2007 | CTMVPA   | Vila Real  | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 12.05 | 6      |
| 1731  | 0,6 Inês Marques           | S18 | 2008 | AGV      | Viseu      | Atleta Completo Distrital              | Viseu            | 14.04 | 4      |
| 1694  | -0,1 Liz Ferreira          | S18 | 2008 | RUNRIVER | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas     | Lousada          | 12.05 | 7      |
| 1690  | 1,8 Bárbara Pinho          | S18 | 2007 | ACDCVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 28.04 | 7      |
| 1605  | -0,5 Violeta Matos         | S16 | 2010 | CPA-S    | Santarém   | Camp Regional Provas Combinadas        | Almada           | 21.04 | Extra  |
| 1423  | -0,1 Íris Antunes          | S18 | 2008 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Reg Provas Combinadas       | Faro             | 07.04 | 4      |
| 1244  | 1,5 Eva Pinto              | S18 | 2008 | SCE      | Aveiro     | Campeonato Distrital Provas Combinadas | Vagos            | 28.04 | 8      |
| 1224  | -0,8 Marta Braz            | S18 | 2007 | JDN      | Beja       | Camp Distrital Provas Combinadas       | Beja             | 14.04 | 3      |

## 4 x 100 metros

RN: 46,89

Carina Silva-Ana Costa-Maria João Barbosa-Beatriz Andrade/SN/Vagos/23.06.2018

| MARCA | ATLETA  | ESC | ANO | CLUBE    | AR         | COMPETIÇÃO                                    | LOCAL           | DATA  | INFORM |
|-------|---|-----|-----|----------|------------|---|-----------------|-------|--------|
| 49,27 | C.Ventura-I.Vacondeus-M.Oliveira-S.Oliveira           |     |     | SN       | .          | Meeting da Liberdade                          | Lisboa (I)      | 25.04 | 2 t    |
| 49,27 | L. Nunes-C. Ventura-L. Ludovice-M. Mendes             |     |     | SCP      | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub18                     | Beja            | 06.07 | 1 S 2  |
| 49,45 | L. Simões-S. Santos-M. Feliciano-K. Quinn             |     |     | JV       | Leiria     | Campeonato Nacional Sub18                     | Beja            | 06.07 | 2 S 2  |
| 49,66 | E. Seco-M. Sampaio-C. Lima-M. Lúcio                   |     |     | AFS      | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub18                     | Beja            | 06.07 | 3 S 2  |
| 49,80 | A. Andrade-M. Carvalho-A. Baldé-A. Siimões            |     |     | SLB      | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub18                     | Beja            | 06.07 | 4 S 2  |
| 49,95 | L.Ludovice-M.Carvalho-M.Sampaio-M. Lúcio              |     |     | SN       | .          | Meeting da Liberdade                          | Lisboa (I)      | 25.04 | 2 t    |
| 50,25 | L. Agosttiinho-R. Sá-N. Fortes-A. Moreira             |     |     | SN-DE    | .          | THE FICEP - FISEC GAMES                       | Bucareste - ROM | 18.07 | 3 EI   |
| 50,45 |   |     |     | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18                   | Leiria          | 29.06 | 1      |
| 50,62 | E. Martins-S. Oliveira-M. Carvalho-A. Simões          |     |     | SLB      | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18                     | Lisboa (AL)     | 11.05 | 1      |
| 50,97 | M. Nascit <sup>o</sup> -R.Moreira-M.Morujão-M.Pedrosa |     |     | CAP      | Porto      | Campeonato Nacional Sub18                     | Beja            | 06.07 | 5 S 2  |
| 51,05 | F. Duarte-R. Moura-N. Ghirlanda-J. Fedoriv            |     |     | CASJ     | Algarve    | Campeonato Nacional Sub18                     | Beja            | 06.07 | 6 S 2  |
| 51,76 | I. Fernandes-D. Venda-I. Passos-B. Alves              |     |     | ACB-L    | Leiria     | Campeonato Nacional Sub18                     | Beja            | 06.07 | 1 S 1  |
| 51,85 | M.Nascit <sup>o</sup> -R.Moreira-M.Andrade-M.Pedrosa  |     |     | CAP      | Porto      | Campeonato Nacional Clubes - Apt <sup>o</sup> | Lousada         | 01.06 | 14 t   |
| 52,19 | M. Oliveira-M. Ferreira-C. Cruz-N. Bernardo           |     |     | CAOB-A   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18                   | Vagos           | 18.06 | 1      |
| 52,53 | C. Horta-B. Svidruk-C. Horta-M. Inácio                |     |     | COP      | Algarve    | Campeonato Nacional Sub18                     | Beja            | 06.07 | 7 S 2  |
| 52,55 | E. Borges-A. Cruz-M. Correia-M. Afonso                |     |     | GRQL     | Setúbal    | Campeonato Nacional Sub18                     | Beja            | 06.07 | 2 S 1  |
| 52,57 |   |     |     | ACB-L    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18                   | Leiria          | 29.06 | 2      |
| 52,88 | E. Borges-R. Chantre-M. Correia-M. Afonso             |     |     | GRQL     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis                   | Almada          | 29.06 | 1      |
| 52,88 | C.Piedade-D.Gorgueira-M.Aurélio-F.Carrvalho           |     |     | SLA      | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis                   | Almada          | 29.06 | 2      |
| 52,89 | A.Gonçalves-V.Possante-N.Viala-S.Lourenço             |     |     | CDQ      | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18                    | Lagoa           | 30.06 | 2      |
| 52,95 | B. Oliveira-A. Batista-R. Batista-M. Oliveira         |     |     | LAVRA    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18                    | Lousada         | 29.06 | 1 S 1  |
| 53,18 |   |     |     | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18                   | Leiria          | 29.06 | 3      |
| 53,21 | A. Rocha-M. Silva-C. Jota-J. Miguel                   |     |     | CBSEIXAL | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis                   | Almada          | 29.06 | 3      |
| 53,44 | N. Fortes-N. Moura-L. Mota-D. André                   |     |     | AABV     | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18                    | Lagoa           | 30.06 | 3      |
| 53,80 | M.Nascim <sup>to</sup> -R.Moreira-M.Andrade-M.Pedrosa |     |     | CAP      | Porto      | Meeting António Ferreira                      | Porto (Lousada) | 01.05 | 1      |
| 54,03 |   |     |     | ASCV     | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18                   | Coimbra         | 08.06 | 1      |
| 54,09 | I. Ferreira-M. Peralta-M. Sousa-R. Silva              |     |     | CFOD     | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18                    | Lousada         | 29.06 | 1 S 2  |
| 54,29 | S. Teixeira-M. Silva-M. Costa-C. Jota                 |     |     | CBSEIXAL | Setúbal    | Campeonato Nacional Sub18                     | Beja            | 06.07 | 4 S 1  |
| 54,47 |   |     |     | GAF      | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18                   | Rio Maior       | 08.06 | 1      |
| 54,75 | D. Sousa-B. Lobo-M. Costa-V. Tostão                   |     |     | FCC      | Beja       | Campeonato Nacional Sub18                     | Beja            | 06.07 | 5 S 1  |
| 54,80 | A.Pereira-M.Tavares-E.Azevedo-F.Fernandes             |     |     | LLFC     | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18                   | Vagos           | 18.06 | 2      |
| 55,24 |   |     |     | GRE-AA   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18                   | Coimbra         | 08.06 | 2      |
| 55,42 | M. Ferreira-S.Morim-A. Conde-F. Ferreira              |     |     | ACFR     | Porto      | Meeting António Ferreira                      | Porto (Lousada) | 01.05 | 2      |
| 55,44 |   |     |     | CPA-S    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18                   | Rio Maior       | 08.06 | 2      |
| 55,48 |   |     |     | CPA-S    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18                   | Leiria          | 29.06 | Extra  |
| 55,60 | E. Lopes-M. Manta-R. Caetano-M. Gonçalves             |     |     | CRCDL    | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18                    | Lagoa           | 30.06 | 5      |
| 55,61 | C. Gomes-D. Rodrigues-C. Horta-B. Svidruk             |     |     | COP      | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18                    | Lagoa           | 30.06 | 6      |
| 55,77 | M. Santos-D. Carneiro-A. Silva-R. Ferreira            |     |     | ACDRSQ   | Coimbra    | Campeonato Nacional Sub18                     | Beja            | 06.07 | 6 S 1  |
| 55,85 |   |     |     | OFC      | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18                   | Coimbra         | 08.06 | 3      |
| 55,96 |   |     |     | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18                   | Leiria          | 29.06 | 5      |
| 55,98 | B. Ruela-B. Ferreira-R. Queiroz-R. Freitas            |     |     | PLF      | Braga      | Campeonato do Norte Sub 18                    | Lousada         | 29.06 | 2 S 1  |
| 56,31 | I. Fernandes-C. Sousa-E. Pinto-F. Silva               |     |     | SCE      | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18                   | Vagos           | 18.06 | 3      |
| 56,88 |   |     |     | JV       | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18                   | Leiria          | 29.06 | 6      |
| 56,92 | L. Sobral-M. Oliveira-L. Fontes-M. Cancelo            |     |     | CDCNAV   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18                    | Lousada         | 29.06 | 3 S 1  |
| 56,93 | C. Gomes-M. Fernandes-M. Mestre-M. Inácio             |     |     | COP      | Algarve    | Campeonato Regional Absoluto                  | Faro            | 23.06 | 2 t    |
| 56,94 |   |     |     | JDAL     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub 18                   | Rio Maior       | 08.06 | 3      |
| 57,43 | I. Teixeira-C. Pinto-C. Paiva-L. Esteves              |     |     | QFC      | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis                   | Almada          | 29.06 | 4      |
| 57,58 | I. Antunes-L. Valente-C. Pacheco-K. Young             |     |     | ADECT    | Algarve    | Campeonato Regional Sub-18                    | Lagoa           | 30.06 | 7      |
| 57,59 |   |     |     | NSCPCX   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18                   | Coimbra         | 08.06 | 4      |
| 57,79 | L. Pinhão-M. Silva-ML Ferreira-M. Tenera              |     |     | SCUT     | Lisboa     | Campeonato Regional Sub18                     | Lisboa (AL)     | 11.05 | 2      |
| 57,93 | A. Torres-S. Gabones-A. Costa-A. Salgado              |     |     | GCRA-P   |            | Campeonato do Norte Sub 18                    | Lousada         | 29.06 | 4 S 1  |
| 58,41 |   |     |     | GRQL     | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis                   | Almada          | 29.06 | 5      |
| 59,14 | S. Vilar-F. Fogueiro-S. Gonçalves-L. Paredes          |     |     | CDFASA   | Guarda     | Campeonato Nacional Sub18                     | Beja            | 06.07 | 7 S 1  |
| 59,17 |   |     |     | JIV-SM   | S. Miguel  | Campeonato Regional Sub 18                    | Ponta Delgada   | 22.06 | 1      |
| 60,81 |   |     |     | CANAZ    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18                   | Leiria          | 29.06 | 7      |
| 61,39 | L. Vieira-J. Soares-S. Costa-B. Meira                 |     |     | CYCL     | V. Castelo | Campeonato do Norte Sub 18                    | Lousada         | 29.06 | 2 S 2  |
| 63,63 | L. Silva-I. Gomes-B. Silva-A. Ferreira                |     |     | CDP      | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18                    | Lousada         | 29.06 | 3 S 2  |
| 68,52 |   |     |     | CAT      | Terceira   | Campeonato Regional Sub 18                    | Ponta Delgada   | 22.06 | 2      |

## ESTAFETA MEDLEY (100 + 200 + 300 + 400)

RN: 2.10,85

Maria João Barbosa-Beatriz Andrade-Juliana Guerreiro/Ana Costa/SN/Gyor (HUN)/08.07.2018

| MARCA   | ATLETA  | ESC | ANO | CLUBE  | AR         | COMPETIÇÃO                  | LOCAL           | DATA  | INFORM |
|---------|---|-----|-----|--------|------------|-----------------------------|-----------------|-------|--------|
| 2.13,11 | T. Almeida-M. Sampaio-M. Pinho-T. Delfino     |     |     | SN     | .          | Campeonato da Europa Sub-18 | B. Bystrica-SVK | 20.07 | 5 EI 3 |
| 2.20,03 | M.Mendes-M.Oliveira-C.Ventura-L.Ludovice      |     |     | SCP    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 07.07 | 1 S 2  |
| 2.21,84 | M.Carvalho-A.Simões-S.Oliveira-A.Andrade      |     |     | SLB    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 07.07 | 2 S 2  |
| 2.23,69 | R. Moura-J. Fedoriv-F. Duarte-J. Hinderyckx   |     |     | CASJ   | Algarve    | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 07.07 | 3 S 2  |
| 2.25,93 |   |     |     | ACB-L  | Leiria     | Olímpico Jovem Distrital    | Marinha Grande  | 05.05 | 1      |
| 2.26,01 | E. Seco-C. Cardim-M. Martins-M. Sampaio       |     |     | AFS    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 07.07 | 4 S 2  |
| 2.26,20 | R. Martins-M. Elmer-L. Barroso-L. Simões      |     |     | CPPEA  | Setúbal    | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 07.07 | 5 S 2  |
| 2.29,77 | M. Inácio-C. Horta-C. Horta-B. Svidruk        |     |     | COP    | Algarve    | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 07.07 | 6 S 2  |
| 2.29,81 | I. Correia-M. Carriço-S. Branco-C. Neves      |     |     | ACDRA  | Leiria     | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 07.07 | 1 S 1  |
| 2.31,53 | L. Sousa-M. Oliveira-B. Oliveira-A. Batista   |     |     | LAVRA  | Porto      | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 07.07 | 2 S 1  |
| 2.32,62 | M.Nascimto-M Andrade-A.Pedro-M.Pedrosa        |     |     | CAP    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18  | Lousada         | 30.06 | 1 S 2  |
| 2.32,89 | L. Simões-M.Feliciano-M.Godinho-L.Ascenso     |     |     | JV     | Leiria     | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 07.07 | 7 S 2  |
| 2.33,16 | V.Possante-N.Viala-S.Lourenço-A.Gonçalves     |     |     | CDQ    | Algarve    | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 07.07 | 3 S 1  |
| 2.35,31 | M. Afonso-A. Cruz-M. Correia-M. António       |     |     | GRQL   | Setúbal    | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 07.07 | 4 S 1  |
| 2.35,95 |   |     |     | OFC    | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 | Coimbra         | 10.06 | 1      |
| 2.37,60 | H. Fernandes-A. Silva-M. Santos-R. Ferreira   |     |     | ACDRSQ | Coimbra    | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 07.07 | 5 S 1  |
| 2.38,06 | M. Ferreira-L. Néri-R. Cardoso-A. Conde       |     |     | ACFR   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18  | Lousada         | 30.06 | 2 S 2  |
| 2.38,74 | B. Meira-S. Carvalho-E. Viana-J. Solé         |     |     | CYCL   | V. Castelo | Campeonato do Norte Sub 18  | Lousada         | 30.06 | 1 S 1  |
| 2.38,99 | E. Borges-M. Afonso-R. Chantre-M. Correia     |     |     | GRQL   | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis | Almada          | 30.06 | 1      |
| 2.40,33 | M.Mateus-C.Guimarães-C. Sousa-A.Charrua       |     |     | SCP    | Lisboa     | Campeonato Regional s18     | Lisboa (AL)     | 12.05 | 1      |
| 2.41,46 | M. Morujão-B. Rosas-A. Pedro-M. Andrade       |     |     | CAP    | Porto      | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 07.07 | 6 S 1  |
| 2.42,34 | F. Vieira-L. Freitas-C. Pinto-A. Pereira      |     |     | ESCMOV | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18  | Lousada         | 30.06 | 3 S 2  |
| 2.44,03 |   |     |     | ACDRSQ | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 | Coimbra         | 10.06 | 2      |
| 2.44,27 |   |     |     | JV     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 | Leiria          | 30.06 | 1      |
| 2.44,98 | M. Maia-R. Baptista-B. Oliveira-M. Alves      |     |     | LAVRA  | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18  | Lousada         | 30.06 | 2 S 1  |
| 2.46,27 | C. Martins-L. Silva-I. Morim-A. Ferreira      |     |     | CDP    | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18  | Lousada         | 30.06 | 3 S 1  |
| 2.47,40 | M.Miguel-M.Oliveira-M.Chaparro-R.Ramalho      |     |     | EAMT   | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis | Almada          | 30.06 | 2      |
| 2.48,55 | B. Ferreira-R. Freitas-S. Araújo-R. Queiroz   |     |     | PLF    | Braga      | Campeonato do Norte Sub 18  | Lousada         | 30.06 | 4 S 2  |
| 2.49,72 |   |     |     | NSCPCX | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 | Coimbra         | 10.06 | 3      |
| 2.49,78 | M. Morim-I. Ferreira-L. Sobral-L. Fontes      |     |     | CDCNAV | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18  | Lousada         | 30.06 | 4 S 1  |
| 2.50,30 |   |     |     | JIV-SM | S. Miguel  | Campeonato Regional Sub 18  | Ponta Delgada   | 23.06 | 1      |
| 2.51,09 |   |     |     | GRQL   | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis | Almada          | 30.06 | 3      |
| 2.52,47 | I. Silva-R. Silva-F. Fernandes-M. Canedo      |     |     | CFOD   | Porto      | Campeonato do Norte Sub 18  | Lousada         | 30.06 | 5 S 2  |
| 2.53,23 | I. Pereira-M. Pereira-D. Miranda-M. Guerreiro |     |     | CPPEA  | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis | Almada          | 30.06 | 4      |
| 2.53,49 |   |     |     | ACDCVC | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub-18 | Vagos           | 09.06 | 1      |
| 2.53,83 | V. Tostão-D. Sousa-B. Lobo-M. Costa           |     |     | FCC    | Beja       | Campeonato Nacional Sub18   | Beja            | 07.07 | 7 S 1  |
| 2.56,51 | I. Teixeira-A. Peixeiro-C. Paiva-L. Esteves   |     |     | QFC    | Setúbal    | Campeonato Regional Juvenis | Almada          | 30.06 | 5      |

Todas

## OUTRAS PROVAS - AR LIVRE E PISTA COBERTA

### 60 metros

RN: 7,42

Lucrecia Jardim/SLB/Madrid (ESP)/02.02.1988

| MARCA | V    | ATLETA                   | ESC  | ANO  | CLUBE  | AR         | COMPETIÇÃO                            | LOCAL         | DATA  | INFORM   |
|-------|------|--------------------------|------|------|--------|------------|---------------------------------------|---------------|-------|----------|
| 7,80  | pc   | Margarida Oliveira       | S18  | 2008 | SCP    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta  | Braga         | 24.02 | 4 F t    |
| 7,84  | pc   | Katerina Quinn - GBR     | S18  | 2008 | JV     | Leiria     | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta  | Braga         | 24.02 | 6 F t    |
| 7,94  | pc   | Clara Cruz               | S18  | 2007 | MAC    | Porto      | Torneio Jovem do Norte                | Braga         | 17.02 | 1 EI 1   |
| 7,96  | pc   | Maria do Carmo Lúcio     | S18  | 2008 | AFS    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta  | Braga         | 24.02 | 4 EI 1 t |
| 7,98  | pc   | Madalena Sampaio         | S18  | 2008 | AFS    | Lisboa     | Meeting Mário Moniz Pereira           | Jamor (CAR)   | 06.01 | 2 EI 5 t |
| 7,99  | pc   | Laura Moreira            | S18  | 2007 | VTSC   | Braga      | Torneio Jovem do Norte                | Braga         | 17.02 | 2 EI 1 t |
| 7,99  | pc   | Marta Carriço            | S18  | 2007 | ACDRA  | Leiria     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 04.02 | 2 EI 2   |
| 8,04  | pc   | Inês Pedro               | S18  | 2008 | AMONT  | Braga      | III Noite Atlético Pista Coberta      | Braga         | 07.02 | 4 EI 1 t |
| 8,07  | 1,8  | Mariana Costa            | S18  | 2008 | GRECA  | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024  | Luso          | 17.02 | 2 F t    |
| 8,11  | pc   | Juliana Hinderyckx - BEL | S18  | 2007 | CASJ   | Algarve    | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta  | Braga         | 24.02 | 6 EI 2 t |
| 8,11  | pc   | Matilde Gomes            | S18  | 2007 | CAM-VC | V. Castelo | Torneio Jovem do Norte                | Braga         | 17.02 | 3 EI 1   |
| 8,11  | pc   | Neide Bernardo - ANG     | S18  | 2008 | CAOB-A | Aveiro     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 04.02 | 3 EI 2   |
| 8,12  | pc   | Marta Carriço            | S18  | 2007 | ACDRA  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta | Pombal        | 13.01 | 2 FA t   |
| 8,12  | -0,6 | Sofia Santos             | S18  | 2007 | JV     | Leiria     | Triatlo Técnico Distrital             | Coimbra       | 17.02 | TRI      |
| 8,14  | pc   | Bárbara Ferraz           | S 18 | 2008 | CFOD   | Porto      | Campeonato Nacional Clubes PC_Ap      | Braga         | 27.01 | 16 t     |
| 8,17  | pc   | Maria Leonor Pedrosa     | S18  | 2008 | CAP    | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga         | 04.02 | 4 EI 2   |
| 8,18  | 1,8  | Natacha Candé            | S18  | 2007 | JIV-SM | S. Miguel  | Campeonato da AASM de Inverno         | Ponta Delgada | 19.01 | 1 S 1    |

|      |      |                       |      |      |          |           |   |                  |       |          |
|------|------|-----------------------|------|------|----------|-----------|---|------------------|-------|----------|
| 8,19 | 0,3  | Joana Miguel          | S18  | 2008 | CBSEIXAL | Setúbal   | Provas Extra                            | Seixal           | 17.01 | 3 S 2 t  |
| 8,20 | 0,6  | Eulália Borges        | S18  | 2008 | GRQL     | Setúbal   | Provas Extra                            | Almada           | 03.02 | 3 S 3 t  |
| 8,20 | pc   | Rita Ferreira         | S18  | 2007 | ACDRSQ   | Coimbra   | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta   | Pombal           | 13.01 | 1 EI 2 t |
| 8,23 | pc   | Beatriz Alves         | S18  | 2008 | ACB-L    | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 20.01 | 4 FA     |
| 8,23 | pc   | Carmo Sousa           | S18  | 2007 | SCP      | Lisboa    | Campeonato Regional Inverno S16/S18     | Jamor (CAR)      | 27.01 | 1 F      |
| 8,24 | pc   | Marta Feliciano       | S18  | 2008 | JV       | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta   | Pombal           | 13.01 | 4 FA t   |
| 8,25 | -0,6 | Jéssica Fedoriv       | S18  | 2008 | CASJ     | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18 Inverno      | Faro             | 14.01 | 1 S 5    |
| 8,26 | pc   | Beatriz Ferrari - BRA | S18  | 2008 | SCP      | Setúbal   | Provas Extra                            | Jamor (CAR)      | 03.03 | 3 F t    |
| 8,26 | pc   | Naycira Varela        | S18  | 2007 | SCP      | Lisboa    | Campeonato Regional de Inverno          | Jamor (CAR)      | 13.01 | 3        |
| 8,28 | pc   | Matilde Soares        | S18  | 2007 | CAMG     | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 20.01 | 6 FA     |
| 8,29 | pc   | Matilde Soares        | S18  | 2007 | CAMG     | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta   | Pombal           | 13.01 | 6 FA t   |
| 8,30 | -0,6 | Rafaela Pires         | S18  | 2008 | GDP-L    | Leiria    | Triatlo Técnico Distrital               | Coimbra          | 17.02 | TRI      |
| 8,36 | pc   | Leonor Saraiva        | S18  | 2007 | GRE-AA   | Coimbra   | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta    | Braga            | 24.02 | 7 EI 3 t |
| 8,36 | -0,1 | Sara Camolas          | S18  | 2007 | PFC      | Setúbal   | Campeonato Regional de Inverno          | Setúbal          | 13.01 | 3 F t    |
| 8,37 | pc   | Constança Alves       | S18  | 2008 | AJS      | Madeira   | Provas Extra                            | Pombal           | 10.02 | 3 S 1 t  |
| 8,38 | pc   | Diana Vatula          | S18  | 2007 | CAMG     | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta   | Pombal           | 13.01 | 3 EI 2 t |
| 8,39 | -0,3 | Rita Moreira          | S18  | 2008 | CAP      | Porto     | Pista em Janeiro                        | Viana do Castelo | 27.01 | Extra    |
| 8,40 | pc   | Mariana Miranda       | S18  | 2007 | SCP      | Lisboa    | Campeonato Regional Inverno S16/S18     | Jamor (CAR)      | 27.01 | 1 S 10   |
| 8,42 | -0,5 | Marta Machado         | S18  | 2007 | GDR      | Viseu     | Campeonato Distrital de Inverno         | Viseu            | 27.01 | 2 t      |
| 8,43 | 0,7  | Mafalda Andrade       | S18  | 2008 | CAP      | Porto     | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 2 S 2    |
| 8,46 | 0,6  | Cândida Piedade       | S18  | 2008 | SLA      | Setúbal   | Provas Extra                            | Almada           | 03.02 | 4 S 3 t  |
| 8,47 | pc   | Bruna Ruela           | S18  | 2007 | PLF      | Braga     | III Noite Atlético Pista Coberta        | Braga            | 07.02 | 2 EI 3 t |
| 8,50 | 0,6  | Madalena Aurélio      | S18  | 2008 | SLA      | Setúbal   | Provas Extra                            | Almada           | 03.02 | 5 S 3 t  |
| 8,50 | pc   | Matilde Mateus        | S18  | 2007 | SCP      | Lisboa    | Provas Extra                            | Jamor (CAR)      | 18.02 | 3 S 2 t  |
| 8,51 | 0,7  | Soraia Lourenço       | S18  | 2007 | CDQ      | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024     | Lagoa            | 20.01 | 7 F t    |
| 8,53 | pc   | Catarina Seabra       | S18  | 2008 | GRE-AA   | Coimbra   | 18º Meeting Cidade de Pombal            | Pombal           | 20.01 | Extra    |
| 8,54 | 0,7  | Matilde Nascimento    | S18  | 2008 | CAP      | Porto     | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 3 S 2    |
| 8,55 | pc   | Carolina Ferreira     | S18  | 2008 | CFB      | Lisboa    | Campeonato Regional Inverno S16/S18     | Jamor (CAR)      | 27.01 | 4 F      |
| 8,55 | 1,8  | Maria Luís Silva      | S18  | 2007 | GRECAS   | Aveiro    | Campeonato Distrital de Inverno 2024    | Luso             | 17.02 | 5 F t    |
| 8,56 | 1,8  | Filipa Fernandes      | S18  | 2008 | LLFC     | Aveiro    | Campeonato Distrital de Inverno 2024    | Luso             | 17.02 | 6 F t    |
| 8,56 | -0,1 | Matilde Gonçalves     | S18  | 2007 | CRCDL    | Algarve   | Provas de Preparação de Pista III       | Beja             | 06.01 | Extra    |
| 8,58 | 0,7  | Leonor Gonzalez       | S18  | 2008 | CRAL     | Algarve   | Campeonato Regional de Inverno 2024     | Lagoa            | 20.01 | 8 F t    |
| 8,59 | 0,3  | Beatriz Maia          | S18  | 2008 | VFC      | Setúbal   | Provas Extra                            | Seixal           | 17.01 | 7 S 2 t  |
| 8,59 | pc   | Filipa Silva          | S18  | 2008 | SCE      | Aveiro    | 18º Meeting Cidade de Pombal            | Pombal           | 20.01 | Extra    |
| 8,60 | pc   | Isabela Lima          | S18  | 2008 | MAC      | Porto     | Campeonato Absoluto Norte P Coberta     | Braga            | 13.01 | 4 EI 3 t |
| 8,60 | pc   | Rafaela Freitas       | S18  | 2008 | PLF      | Braga     | Torneio Jovem do Norte                  | Braga            | 17.02 | 2 EI 2   |
| 8,62 | -0,5 | Carolina Fernandes    | S18  | 2008 | AGV      | Viseu     | Campeonato Distrital de Inverno         | Viseu            | 27.01 | 3 t      |
| 8,62 | pc   | Inês Saldanha         | S18  | 2008 | THA      | Santarém  | Campeonato Distrital de Inverno 2024    | Alpiarça         | 03.02 | 2 EI 1 t |
| 8,62 | pc   | Laura Gomes           | S18  | 2008 | GAC-L    | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta   | Pombal           | 13.01 | 2 FB t   |
| 8,62 | pc   | Olga Velez            | S18  | 2008 | AAC      | Coimbra   | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 20.01 | 2 FB     |
| 8,63 | pc   | Alice Charrua         | S18  | 2007 | SCP      | Lisboa    | Campeonato Regional Inverno S16/S18     | Jamor (CAR)      | 27.01 | 5 F      |
| 8,66 | -0,8 | Beatriz Guerreiro     | S18  | 2008 | NDCO     | Beja      | Campeonato de Clubes de Inverno         | Odemira          | 27.01 | 1 S 3 t  |
| 8,66 | pc   | Mariana Moura         | S 18 | 2007 | JIV-SM   | S. Miguel | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap       | Pombal           | 27.01 | 25 t     |
| 8,68 | -0,6 | Carolina Pita         | S18  | 2007 | GDE      | Madeira   | Campeonato Regional de Inverno          | Ribeira Brava    | 06.01 | 3 t      |
| 8,69 | pc   | Diana Cardona         | S18  | 2008 | SCB      | Braga     | Campeonato Absoluto Norte P Coberta     | Braga            | 13.01 | 6 EI 3 t |
| 8,69 | -1,8 | Inês Fernandes        | S18  | 2007 | SCE      | Aveiro    | Campeonato Distrital Sub 23 Inverno     | Vagos            | 13.01 | 3 EI 2 t |
| 8,70 | pc   | Beatriz Gomes         | S18  | 2008 | GAC-L    | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta   | Pombal           | 13.01 | 4 FB t   |
| 8,71 | pc   | Rafaela Relvas        | S18  | 2007 | SCUT     | Lisboa    | Campeonato Regional Inverno S16/S18     | Jamor (CAR)      | 27.01 | 2 S11    |
| 8,72 | 0,6  | Denisa Rodrigues      | S18  | 2008 | CAS      | Guarda    | Jornada de Velocidade e Lançamentos     | Viseu            | 21.01 | Extra    |
| 8,73 | pc   | Marina Intchala - CPV | S18  | 2008 | JOMA     | Lisboa    | Campeonato Regional Inverno S16/S18     | Jamor (CAR)      | 27.01 | 5 S 12   |
| 8,75 | pc   | Carla Cunha           | S18  | 2008 | AMCRS    | Coimbra   | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal           | 20.01 | 3 EI 6   |
| 8,75 | -0,8 | Mariana Costa         | S18  | 2008 | FCC      | Beja      | Campeonato de Clubes de Inverno         | Odemira          | 27.01 | 2 S 3 t  |
| 8,77 | pc   | Filipa Maia           | S18  | 2008 | SLB      | Lisboa    | Campeonato Regional Inverno S16/S18     | Jamor (CAR)      | 27.01 | 2 S 10   |
| 8,77 | 0,7  | Leonor Pinto          | S18  | 2008 | CFOD     | Porto     | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 7 S 2    |
| 8,77 | -0,6 | Maria Inácio          | S18  | 2008 | COP      | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18 Inverno      | Faro             | 14.01 | 5 S 5    |
| 8,78 | pc   | Teresa Alves          | S18  | 2008 | CFB      | Lisboa    | Provas Extra                            | Jamor (CAR)      | 18.02 | 5 S 2 t  |
| 8,79 | 0,6  | Leonor Girão          | S18  | 2008 | USP      | Viseu     | Jornada de Velocidade e Lançamentos     | Viseu            | 21.01 | 4 t      |
| 8,79 | 0,4  | Margarida Ferreira    | S18  | 2007 | ACFR     | Porto     | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 6 S 3    |
| 8,79 | -0,6 | Maria Leonor Santos   | S18  | 2007 | ACDRSQ   | Coimbra   | Triatlo Técnico Distrital               | Coimbra          | 17.02 | TRI      |
| 8,79 | 1,3  | Matilde Guerreiro     | S18  | 2008 | CPPEA    | Setúbal   | Provas Extra                            | Seixal           | 17.01 | 1 S 1 t  |
| 8,80 | pc   | Clara Cunha           | S18  | 2008 | AMCRS    | Coimbra   | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal           | 06.01 | 6 FB t   |
| 8,82 | -3,4 | Bárbara Castro        | S18  | 2008 | ASCDUR   | Aveiro    | Campeonato Distrital Sub 23 Inverno     | Vagos            | 13.01 | 4 EI 3 t |
| 8,82 | -0,6 | Laura Perez           | S18  | 2007 | AJS      | Madeira   | Campeonato Regional de Inverno          | Ribeira Brava    | 06.01 | 4 t      |
| 8,82 | -0,5 | Mariana Sousa         | S18  | 2007 | AGV      | Viseu     | Campeonato Distrital de Inverno         | Viseu            | 27.01 | 4 t      |
| 8,83 | pc   | Laura Lopes           | S18  | 2008 | SCB      | Braga     | Campeonato Absoluto Norte P Coberta     | Braga            | 13.01 | 1 EI 1 t |
| 8,85 | pc   | Eva Mourinha          | S18  | 2008 | SCP      | Lisboa    | Campeonato Regional Inverno S16/S18     | Jamor (CAR)      | 27.01 | 3 S 11   |
| 8,87 | pc   | Bruna Xavier          | S18  | 2008 | CASJ     | Algarve   | Salto Altura Sala e Torneio Preparação  | VR Stº António   | 27.01 | 1 S 1 t  |
| 8,88 | pc   | Mafalda Cancelo       | S18  | 2007 | CDCNAV   | Porto     | Torneio Jovem do Norte                  | Braga            | 17.02 | 4 EI 2   |
| 8,88 | -0,1 | Rafaela Chantre       | S18  | 2008 | GRQL     | Setúbal   | Campeonato Regional de Inverno          | Setúbal          | 13.01 | 6 F t    |

|      |      |                      |     |      |          |            |  |                  |       |          |
|------|------|----------------------|-----|------|----------|------------|--|------------------|-------|----------|
| 8,89 | 0,9  | Bruna Silva          | S18 | 2008 | QFC      | Setúbal    | Campeonato Regional Clubes Inverno     | Seixal           | 06.01 | 1 S 1 t  |
| 8,89 | 0,3  | Raquel Moura         | S18 | 2008 | MAC      | Porto      | Provas de Preparação                   | Maia             | 06.01 | 1 S 4    |
| 8,90 | 1,0  | Joana Solé           | S18 | 2007 | CYCL     | V. Castelo | Provas Extra                           | Viana Castelo    | 10.02 | 2 t      |
| 8,90 | 1,8  | Joana Xu - CHN       | S18 | 2007 | ARAC     | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Luso             | 17.02 | 8 F t    |
| 8,90 | 1,1  | Sofia Tavares        | S18 | 2008 | JIV-SM   | S. Miguel  | Taça de Inverno da AASM                | Ponta Delgada    | 06.01 | 4 S 1 t  |
| 8,91 | pc   | Diana Freire         | S18 | 2008 | GAF      | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Alpiarça         | 20.01 | 4 F      |
| 8,93 | 0,3  | Lara Figueiredo      | S18 | 2008 | ACPV     | Porto      | Provas de Preparação                   | Maia             | 06.01 | 2 S 4    |
| 8,94 | pc   | Ana Teixeira         | S18 | 2008 | CPA-S    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Alpiarça         | 20.01 | 2 EI 2   |
| 8,94 | -0,1 | Patrícia Sebastião   | S18 | 2008 | GRQL     | Setúbal    | Provas Extra                           | Almada           | 03.02 | 2 S 2 t  |
| 8,95 | pc   | Júlia Novo           | S18 | 2008 | ACB-L    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta  | Pombal           | 13.01 | 7 FB t   |
| 8,95 | pc   | Sara Macedo          | S18 | 2008 | CCDR     | Braga      | Torneio Jovem do Norte                 | Braga            | 17.02 | 3 FB     |
| 8,97 | -0,3 | Luna Dagon - FRA     | S18 | 2007 | CRDS     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno     | Faro             | 14.01 | 2 S 2    |
| 8,99 | 1,8  | Joana Tavares        | S18 | 2008 | GJPB     | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Luso             | 17.02 | 4 EI 1 t |
| 8,99 | pc   | Sara Freixo          | S18 | 2008 | UAP      | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18    | Jamor (CAR)      | 27.01 | 3 S 10   |
| 9,00 | pc   | Oleksandra Sliposhch | S18 | 2007 | NDAP     | Leiria     | 1º Torneio de Pombal em Pista Coberta  | Pombal           | 14.02 | 3 S 3 t  |
| 9,01 | -0,6 | Francisca Cortinhas  | S18 | 2007 | CSM      | Madeira    | Campeonato Regional de Inverno         | Ribeira Brava    | 06.01 | 5 t      |
| 9,01 | pc   | Sofia Almeida        | S18 | 2008 | EBMDS    | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18    | Jamor (CAR)      | 27.01 | 1 S 1    |
| 9,02 | 0,8  | Ana Ferreira         | S18 | CDP  | PLF      | Porto      | Provas de Preparação                   | Maia             | 06.01 | 1 S 8    |
| 9,02 | -0,5 | Matilde Filipe       | S18 | 2008 | AFDDM    | Setúbal    | Provas Extra                           | Almada           | 03.02 | 2 S 1 t  |
| 9,03 | pc   | Sofia Zenida         | S18 | 2007 | AAM      | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18    | Jamor (CAR)      | 27.01 | 4 S 11   |
| 9,04 | -0,1 | Catarina Cunha Rego  | S18 | 2007 | QFC      | Setúbal    | Provas Extra                           | Almada           | 03.02 | 3 S 2 t  |
| 9,06 | pc   | Isaura Correia       | S18 | 2008 | ACDRA    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal           | 20.01 | 4 EI 4   |
| 9,06 | -0,1 | Sofia Meira          | S18 | 2007 | SLA      | Setúbal    | Provas Extra                           | Almada           | 03.02 | 4 S 2 t  |
| 9,10 | 0,6  | Carolina Pacheco     | S18 | 2007 | ADECT    | Algarve    | Campeonato Regional de Inverno 2024    | Lagoa            | 20.01 | 4 EI 3 t |
| 9,11 | 1,3  | Ana Neves            | S18 | 2007 | ACRVC    | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Luso             | 17.02 | 4 EI 2 t |
| 9,15 | -0,6 | Cediane Silva - CPV  | S18 | 2008 | ADRAP    | Madeira    | Campeonato Regional de Inverno         | Ribeira Brava    | 06.01 | 6 t      |
| 9,15 | -5,6 | Isabel Lobo          | S18 | 2008 | GDD      | Évora      | Campeonatos Regionais Inverno 2024     | Vendas Novas     | 13.01 | 2 S 2 t  |
| 9,19 | pc   | Luana Filipe         | S18 | 2008 | AMAC     | Lisboa     | Provas Extra                           | Jamor (CAR)      | 18.02 | 6 S 2 t  |
| 9,20 | 0,0  | Eduarda Rios Viana   | S18 | 2007 | CYCL     | V. Castelo | Pista em Janeiro                       | Viana do Castelo | 27.01 | 4 S 2 t  |
| 9,20 | pc   | Raquel Lopes         | S18 | 2008 | THA      | Santarém   | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Alpiarça         | 03.02 | 3 EI 2 t |
| 9,21 | pc   | Leonor Vilaça        | S18 | 2007 | CAB      | Braga      | III Noite Atlética Pista Coberta       | Braga            | 07.02 | 3 EI 4 t |
| 9,21 | 1,0  | Sofia Reis           | S18 | 2007 | CDOL     | S. Miguel  | Campeonato da AASM de Inverno          | Ponta Delgada    | 19.01 | 1 S 2    |
| 9,22 | 0,0  | Alyzy Lima - STP     | S18 | 2007 | ADCL     | V. Castelo | Pista em Janeiro                       | Viana do Castelo | 27.01 | 5 S 2 t  |
| 9,22 | -5,6 | Beatriz Perdigão     | S18 | 2008 | AJL      | Évora      | Campeonatos Regionais Inverno 2024     | Vendas Novas     | 13.01 | 3 S 2 t  |
| 9,22 | pc   | Sara Vilaça          | S18 | 2008 | SCB      | Braga      | I Noite Atlética em Pista Coberta      | Braga            | 10.01 | 8 S 1    |
| 9,23 | -0,5 | Inês Marques         | S18 | 2008 | AGV      | Viseu      | Campeonato Distrital de Inverno        | Viseu            | 27.01 | 5 t      |
| 9,24 | pc   | Ana Teresa Sousa     | S18 | 2008 | VTSC     | Braga      | Torneio Jovem do Norte                 | Braga            | 17.02 | 5 EI 3   |
| 9,24 | -0,1 | Carolina Oliveira    | S18 | 2008 | NDCO     | Beja       | Campeonato de Clubes de Inverno        | Odemira          | 27.01 | 1 S 2 t  |
| 9,26 | 1,2  | Bárbara Pinho        | S18 | 2007 | ACDCVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Luso             | 17.02 | 4 EI 3 t |
| 9,26 | pc   | Elizaveta Shuyvan    | S18 | 2008 | A 20 Km  | Santarém   | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Alpiarça         | 03.02 | 4 EI 2 t |
| 9,26 | -1,1 | Rafaela Mateus - ANG | S18 | 2007 | AABV     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno     | Faro             | 14.01 | 3 S 1    |
| 9,27 | pc   | Andreia Pacheco      | S18 | 2007 | AMAC     | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18    | Jamor (CAR)      | 27.01 | 5 S 11   |
| 9,27 | 1,3  | Rita Vieira          | S18 | 2007 | LLFC     | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Luso             | 17.02 | 5 EI 2 t |
| 9,29 | 1,2  | Joana Ferreira       | S18 | 2008 | ACRVC    | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Luso             | 17.02 | 5 EI 3 t |
| 9,32 | pc   | Sara Baeta           | S18 | 2007 | SCA      | Santarém   | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Alpiarça         | 03.02 | 5 EL 3 t |
| 9,35 | -0,1 | Margarida Rosado     | S18 | 2008 | JDN      | Beja       | Provas de Preparação de Pista III      | Beja             | 06.01 | 5 t      |
| 9,36 | pc   | Laura Marçal         | S18 | 2008 | SCA      | Santarém   | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Alpiarça         | 03.02 | 7 EI 1 t |
| 9,36 | 0,5  | Liz Ferreira         | S18 | 2008 | RUNRIVER | Porto      | Provas de Preparação                   | Maia             | 06.01 | 6 S 5    |
| 9,40 | -0,6 | Emily Lopes - BRA    | S18 | 2007 | CRCDL    | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno     | Faro             | 14.01 | 2 S 4    |
| 9,40 | pc   | Mariana Carvalho     | S18 | 2008 | ACB-L    | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta  | Pombal           | 20.01 | 8 EI 4   |
| 9,41 | pc   | Mariana Pratas       | S18 | 2007 | CLAC     | Santarém   | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Alpiarça         | 03.02 | 5 EI 2 t |
| 9,42 | 2,0  | Isabel Melo          | S18 | 2008 | CDSC     | S. Miguel  | Taça de Inverno da AASM                | Ponta Delgada    | 06.01 | 3 S 2    |
| 9,43 | 1,3  | Nádia Pinho          | S18 | 2008 | ACDCVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Luso             | 17.02 | 6 EI 2 t |
| 9,44 | 1,8  | Nádia Morais         | S18 | 2007 | HMGS     | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Luso             | 17.02 | 6 EI 1 t |
| 9,47 | 0,5  | Matilde Canedo       | S18 | 2008 | CFOD     | Porto      | Provas de Preparação                   | Maia             | 06.01 | 7 S 5    |
| 9,49 | pc   | Beatriz Francisco    | S18 | 2008 | JDAL     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Alpiarça         | 20.01 | 6 EI 4   |
| 9,49 | pc   | Íris Antunes         | S18 | 2008 | ADECT    | Algarve    | Salto Altura Sala e Torneio Preparação | VR Stº António   | 27.01 | 3 S 1 t  |
| 9,52 | 0,8  | Célia Ferreira       | S18 | 2008 | ACFR     | Porto      | Provas de Preparação                   | Maia             | 06.01 | 5 S 8    |
| 9,52 | 0,6  | Rita Vasconcelos     | S18 | 2008 | MAC      | Porto      | Provas de Preparação                   | Maia             | 06.01 | 2 S 7    |
| 9,54 | pc   | Mariana Costa        | S18 | 2007 | GDSO     | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18    | Jamor (CAR)      | 27.01 | 5 S 10   |
| 9,55 | pc   | Cristina Azevedo     | S18 | 2007 | SCB      | Braga      | Torneio Jovem do Norte                 | Braga            | 17.02 | 3 EI 4   |
| 9,55 | 1,2  | Rita Figueiredo      | S18 | 2008 | ADREP    | Aveiro     | Campeonato Distrital de Inverno 2024   | Luso             | 17.02 | 6 EI 3 t |
| 9,57 | 1,3  | Flor de Oliveira     | S18 | 2008 | GRQL     | Setúbal    | Provas Extra                           | Seixal           | 17.01 | 3 S 1 t  |
| 9,59 | 0,0  | Alice Pita           | S18 | 2007 | GDCRM    | Évora      | Campeonatos Regionais Inverno 2024     | Vendas Novas     | 13.01 | 1 S 1 t  |
| 9,61 | -1,1 | Eurídice Coelho      | S18 | 2008 | SPF      | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno     | Faro             | 14.01 | 4 S 1    |
| 9,65 | pc   | Leonor Dantas        | S18 | 2007 | CFB      | Lisboa     | Campeonato Regional de Inverno         | Jamor (CAR)      | 13.01 | 4 EI 7   |
| 9,68 | -0,6 | Joana Marques        | S18 | 2008 | ACS      | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno     | Faro             | 14.01 | 3 S 4    |
| 9,71 | pc   | Maria Macedo         | S18 | 2008 | VTSC     | Braga      | I Noite Atlética em Pista Coberta      | Braga            | 10.01 | 5 S 3    |
| 9,74 | pc   | Raquel Rodrigues     | S18 | 2008 | JDAL     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno | Alpiarça         | 20.01 | 6 EL 3   |

|       |      |                        |     |      |         |            |   |                  |       |          |
|-------|------|------------------------|-----|------|---------|------------|---|------------------|-------|----------|
| 9,76  | -0,6 | Camila Ferraz          | S18 | 2007 | GRE-AA  | Coimbra    | Triatlo Técnico Distrital               | Coimbra          | 17.02 | TRI      |
| 9,78  | -1,1 | Gabriela Tchiesu - ANG | S18 | 2008 | OCL     | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno      | Faro             | 14.01 | 5 S 1    |
| 9,84  | -0,1 | Catarina Patrício      | S18 | 2008 | NDCO    | Beja       | Campeonato de Clubes de Inverno         | Odemira          | 27.01 | 2 S 2 t  |
| 9,84  | pc   | Martinha Santos        | S18 | 2008 | CDAA    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno  | Alpiarça         | 20.01 | 7 EL 2   |
| 9,85  | pc   | Carolina Pontes        | S18 | 2008 | SCB     | Braga      | Torneio Encerramento Pista Coberta      | Braga            | 24.02 | 2 S 4    |
| 9,86  | 1,3  | Marta Santos           | S18 | 2007 | AAPL    | Setúbal    | Provas Extra                            | Seixal           | 17.01 | 5 S 1 t  |
| 9,88  | 0,6  | Francisca Santos       | S18 | 2008 | DCE     | Viseu      | Jornada de Velocidade e Lançamentos     | Viseu            | 21.01 | 7 t      |
| 9,93  | -0,1 | Marta Braz             | S18 | 2007 | JDN     | Beja       | Provas de Preparação de Pista III       | Beja             | 06.01 | 6 t      |
| 9,98  | pc   | Amélia André           | S18 | 2008 | CDAA    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno  | Alpiarça         | 20.01 | 8 EI 4   |
| 9,99  | -0,1 | kristina kliamar - UKR | S18 | 2007 | JDN     | Beja       | Provas de Preparação de Pista III       | Beja             | 06.01 | 7 t      |
| 10,04 | pc   | Matilde Neta           | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18     | Jamor (CAR)      | 27.01 | 6 S 10   |
| 10,11 | 0,0  | Leonor Canivete        | S18 | 2007 | AJL     | Évora      | Campeonatos Regionais Inverno 2024      | Vendas Novas     | 13.01 | 2 S 1 t  |
| 10,13 | -0,5 | Matilde Couto          | S18 | 2007 | CARDES  | Viseu      | Campeonato Distrital de Inverno         | Viseu            | 27.01 | 7 t      |
| 10,14 | -1,8 | Maria Nascimento       | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub 23 Inverno     | Vagos            | 13.01 | 7 EI 2 t |
| 10,18 | 0,8  | Filipa Castro          | S18 | 2008 | CFOD    | Porto      | Provas de Preparação                    | Maia             | 06.01 | 6 S 8    |
| 10,24 | pc   | Vera Gaspar            | S18 | 2008 | NDAP    | Leiria     | 1º Torneio de Pombal em Pista Coberta   | Pombal           | 14.02 | 5 S 2 t  |
| 10,29 | -0,5 | Ligia Sécio            | S18 | 2008 | AFDDM   | Setúbal    | Provas Extra                            | Almada           | 03.02 | 4 S 1 t  |
| 10,32 | 1,1  | Leonor Santos          | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Taça de Inverno da AASM                 | Ponta Delgada    | 06.01 | 5 S 1 t  |
| 10,32 | pc   | Marta Chambel          | S18 | 2008 | CVT     | Algarve    | Salto Altura Sala e Torneio Preparação  | VR Stº António   | 27.01 | 4 S 1 t  |
| 10,35 | -0,3 | Joana Soares           | S18 | 2008 | CYCL    | V. Castelo | Pista em Janeiro                        | Viana do Castelo | 27.01 | 6 S 1 t  |
| 10,39 | pc   | Diana Carneiro         | S18 | 2007 | ACDRSQ  | Coimbra    | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal           | 06.01 | 7 EI 3 t |
| 10,40 | -3,7 | Violeta Coelho         | S18 | 2008 | ACRVC   | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub 23 Inverno     | Vagos            | 13.01 | 6 EL 1 t |
| 10,45 | -3,7 | Maria Silva            | S18 | 2008 | AESL    | Aveiro     | Campeonato Distrital Sub 23 Inverno     | Vagos            | 13.01 | 7 EI 1 t |
| 10,52 | -0,1 | Leonor Louzeiro        | S18 | 2008 | JDN     | Beja       | Campeonato de Clubes de Inverno         | Odemira          | 27.01 | 3 S 2 t  |
| 12,92 | -0,6 | Isabely Silva - BRA    | S18 | 2008 | CATUNES | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno      | Faro             | 14.01 | 6 S 4    |

Todas

## 200 metros (PC)

RN: 24,47

Lucrecia Jardim/SLB/Budapeste (HUN)/05.03.1988

| MARCA | V  | ATLETA              | ESC  | ANO  | CLUBE  | AR         | COMPETIÇÃO                              | LOCAL  | DATA  | INFORM  |
|-------|----|---------------------|------|------|--------|------------|---|--------|-------|---------|
| 26,13 | pc | Isabel Serras       | S16  | 2009 | CAB    | Braga      | II Noite Atlética de Pista Coberta      | Braga  | 24.01 | 1 S 1 t |
| 26,79 | pc | Marta Carriço       | S18  | 2007 | ACDRA  | Leiria     | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal | 13.01 | 2 S 1 t |
| 26,84 | pc | Clara Cruz          | S18  | 2007 | MAC    | Porto      | Campeonato Absoluto Norte P Coberta     | Braga  | 14.01 | 3 S 4 t |
| 26,93 | pc | Marta Feliciano     | S18  | 2008 | JV     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 1 S 1   |
| 27,04 | pc | Sofia Santos        | S18  | 2007 | JV     | Leiria     | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal | 13.01 | 3 S 1 t |
| 27,05 | pc | Dádiva Pedro - ANG  | S16  | 2009 | SLB    | Lisboa     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | Extra   |
| 27,33 | pc | Inês Pedro          | S18  | 2008 | AMONT  | Braga      | Campeonato Absoluto Norte P Coberta     | Braga  | 14.01 | 1 S 3 t |
| 27,37 | pc | Bárbara Ferraz      | S18  | 2008 | CFOD   | Porto      | Campeonato Absoluto Norte P Coberta     | Braga  | 14.01 | 2 S 2 t |
| 27,43 | pc | Catarina Seabra     | S18  | 2008 | GRE-AA | Coimbra    | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal | 13.01 | 1 S 2 t |
| 27,57 | pc | Matilde Gomes       | S18  | 2007 | CAM-VC | V. Castelo | Campeonato Absoluto Norte P Coberta     | Braga  | 14.01 | 2 S 3 t |
| 27,94 | pc | Diana Vatula        | S18  | 2008 | CAMG   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 3 S 1   |
| 27,98 | pc | Beatriz Alves       | S18  | 2008 | ACB-L  | Leiria     | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal | 13.01 | 2 S 2 t |
| 28,15 | pc | Margarida Godinho   | S16  | 2010 | JV     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 1 S 4 t |
| 28,15 | pc | Rita Ferreira       | S18  | 2008 | ACDRSQ | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 4 S 1   |
| 28,22 | pc | Daniela Venda       | S16  | 2009 | ACB-L  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 5 S 1 t |
| 28,93 | pc | Diana Cardona       | S18  | 2008 | SCB    | Braga      | II Noite Atlética de Pista Coberta      | Braga  | 24.01 | 2 S 1   |
| 29,06 | pc | Diana Bernardes     | S16  | 2010 | ACB-L  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 1 S 3 t |
| 29,11 | pc | Constança Cação     | S16  | 2010 | ACDRA  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 1 S 6   |
| 29,23 | pc | Iara Ferreira       | S16  | 2009 | OFC    | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 2 S 7   |
| 29,35 | pc | Ana Ferreira        | S18  | 2008 | CDP    | Porto      | Campeonato Nacional ANDDI e Extras      | Braga  | 14.01 | Extra   |
| 29,36 | pc | Petra Dumont        | S16  | 2009 | JV     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 2 sS4 t |
| 29,39 | pc | Olga Velez          | S18  | 2007 | AAC    | Coimbra    | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal | 13.01 | 1 S 4 t |
| 29,64 | pc | Beatriz Silva       | S16  | 2009 | CAMR   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 2 S 6   |
| 29,72 | pc | Margarida Calhau    | S166 | 2010 | JV     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 3 S 4 t |
| 29,86 | pc | Filipa Monteiro     | S16  | 2009 | JV     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 1 S 2 t |
| 29,88 | pc | Sara Vilaça         | S18  | 2008 | SCB    | Braga      | II Noite Atlética de Pista Coberta      | Braga  | 24.01 | 1 S 2   |
| 29,97 | pc | Maria Leonor Santos | S18  | 2007 | ACDRSQ | Coimbra    | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal | 13.01 | 1 S 3 t |
| 30,01 | pc | Carla Cunha         | S18  | 2008 | AMCRS  | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 2 S 2 t |
| 30,29 | pc | Rafaela Freitas     | S18  | 2008 | PLF    | Braga      | II Noite Atlética de Pista Coberta      | Braga  | 24.01 | 1 S 3   |
| 30,32 | pc | Patrícia Silva      | S16  | 2009 | GS     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 3 S 2 t |
| 30,63 | pc | Samanta Araújo      | S16  | 2009 | PLF    | Braga      | II Noite Atlética de Pista Coberta      | Braga  | 24.01 | 2 S 3 t |
| 30,65 | pc | Diana Bento         | S16  | 2009 | AAC    | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 1 S 5   |
| 30,68 | pc | Inês Andrade        | S16  | 2010 | OFC    | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 3 S 7   |
| 30,73 | pc | Leonor Vilaça       | S18  | 2007 | CAB    | Braga      | II Noite Atlética de Pista Coberta      | Braga  | 24.01 | 2 S 3   |
| 30,74 | pc | Íris Tabanez        | S16  | 2009 | ASCV   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 3 S 6   |
| 30,84 | pc | Sofia Viegas        | S16  | 2009 | ACDRA  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 2 S 5   |
| 30,87 | pc | Diana Oliveira      | S16  | 2009 | GAC-L  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 3 S 5   |
| 30,94 | pc | Lara Pinto          | S16  | 2009 | NSCPCX | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 4 S 6   |



|       |    |                     |     |      |        |         |   |        |       |         |
|-------|----|---------------------|-----|------|--------|---------|---|--------|-------|---------|
| 30,98 | pc | Alexandra Vogado    | S16 | 2009 | CPTSC  | Coimbra | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 2 S 3 t |
| 31,03 | pc | Sara Macedo         | S18 | 2008 | CCDR   | Braga   | II Noite Atlética de Pista Coberta      | Braga  | 24.01 | 3 S 3 t |
| 31,06 | pc | Luísa Dinis         | S18 | 2007 | JV     | Leiria  | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal | 13.01 | 4 S 3 t |
| 31,12 | pc | Diana Santos        | S18 | 2007 | NDAP   | Leiria  | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal | 13.01 | 3 S 4 t |
| 31,12 | pc | Inês Fernandes      | S16 | 2009 | ACB-L  | Leiria  | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 4 S 2 t |
| 31,19 | pc | Laura Lopes         | S18 | 2008 | SCB    | Braga   | II Noite Atlética de Pista Coberta      | Braga  | 24.01 | 2 S 2   |
| 31,74 | pc | Joana Reis          | S16 | 2010 | JV     | Leiria  | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 4 S 5   |
| 32,13 | pc | Constança Coelho    | S16 | 2010 | CANAZ  | Leiria  | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 4 S 4 t |
| 32,23 | pc | Filipa Mota         | S18 | 2007 | JV     | Leiria  | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal | 13.01 | 5 S 3 t |
| 32,34 | pc | Júlia Novo          | S18 | 2008 | ACB-L  | Leiria  | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal | 13.01 | 4 S 4 t |
| 32,40 | pc | Madalena Salgueiro  | S16 | 2010 | JV     | Leiria  | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 3 S 3 t |
| 32,53 | pc | Mariana Carvalho    | S18 | 2008 | ACB-L  | Leiria  | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 4 S 3   |
| 32,60 | pc | Inês Brado          | S16 | 2009 | GS     | Coimbra | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 4 S 7   |
| 32,66 | pc | Ana Bernardes       | S16 | 2010 | ACDRA  | Leiria  | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 5 S 6   |
| 32,83 | pc | Margarida Marcelino | S16 | 2010 | CPTSC  | Coimbra | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 5 S 4 t |
| 33,39 | pc | Ana Reis            | S16 | 2009 | JV     | Leiria  | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 5 S 5   |
| 35,71 | pc | Diva Vidal          | S16 | 2010 | CANAZ  | Leiria  | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 5 S 3 t |
| 36,04 | pc | Diana Carneiro      | S18 | 2007 | ACDRSQ | Coimbra | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal | 13.01 | 6 S 4 t |
| 34,87 | pc | Carolina Santos     | S16 | 2010 | GRE-AA | Coimbra | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta   | Pombal | 21.01 | 5 S 7   |

Todas

### 300 metros (PC)

RN: 39,39

Leonor Ferreira/MCP/Braga/09.02.2020

| MARCA | ATLETA | ESC                 | ANO | CLUBE | AR     | COMPETIÇÃO | LOCAL                                 | DATA   | INFORM |       |
|-------|--------|---------------------|-----|-------|--------|------------|---------------------------------------|--------|--------|-------|
| 40,38 | pc     | Margarida Oliveira  | S18 | 2008  | SCP    | Lisboa     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal | 20.01  | Extra |
| 41,14 | pc     | Admizia Andrade     | S18 | 2007  | SLB    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga  | 03.02  | 1 S 7 |
| 41,36 | pc     | Cristina Neves      | S18 | 2007  | CSM    | Madeira    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga  | 03.02  | 3 S 7 |
| 42,52 | pc     | Teresa Delfino      | S18 | 2007  | SCP    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga  | 03.02  | 1 S 6 |
| 42,61 | pc     | Constança Alves     | S18 | 2008  | AJS    | Madeira    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga  | 03.02  | 2 S 6 |
| 42,76 | pc     | Clara Cruz          | S18 | 2007  | MAC    | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga  | 03.02  | 3 S 6 |
| 43,36 | pc     | Bárbara Ferraz      | S18 | 2008  | CFOD   | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga  | 03.02  | 1 S 2 |
| 43,42 | pc     | Catarina Seabra     | S18 | 2008  | GRE-AA | Coimbra    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga  | 03.02  | 1 S 3 |
| 43,67 | pc     | Sofia Santos        | S18 | 2007  | JV     | Leiria     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga  | 03.02  | 2 S 5 |
| 43,91 | pc     | Beatriz Alves       | S18 | 2008  | ACB-L  | Leiria     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga  | 03.02  | 2 S 2 |
| 44,05 | pc     | Madalena Martins    | S18 | 2008  | AFS    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga  | 03.02  | 2 S 4 |
| 44,08 | pc     | Mónica Pinto        | S18 | 2007  | SCP    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga  | 03.02  | 3 S 4 |
| 44,15 | pc     | Maria Inácio        | S18 | 2008  | COP    | Algarve    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga  | 03.02  | 4 S 6 |
| 44,46 | pc     | Marta Feliciano     | S18 | 2008  | JV     | Leiria     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga  | 03.02  | 1 S 1 |
| 45,58 | pc     | Francisca Cortinhas | S18 | 2007  | CSM    | Madeira    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga  | 03.02  | 3 S 3 |
| 45,86 | pc     | Rita Ferreira       | S18 | 2007  | ACDRSQ | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal | 20.01  | 1 S 2 |
| 47,87 | pc     | Diana Santos        | S18 | 2007  | NDAP   | Leiria     | Provas de Preparação                  | Pombal | 17.01  | 2 S 2 |
| 47,96 | pc     | Verónica Zueva      | S18 | 2007  | 4RC    | Porto      | I Noite Atlética em Pista Coberta     | Braga  | 10.01  | Extra |
| 47,98 | pc     | Íris Passos         | S18 | 2008  | ACB-L  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal | 20.01  | 5 S 2 |
| 48,12 | pc     | Maria Leonor Santos | S18 | 2007  | ACDRSQ | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal | 20.01  | 2 S 3 |
| 48,39 | pc     | Ana Luísa Silva     | S18 | 2007  | ACDRSQ | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal | 20.01  | 1 S 5 |
| 49,68 | pc     | Carolina Sousa      | S18 | 2008  | CAMG   | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal | 20.01  | 4 S 3 |
| 52,13 | pc     | Mariana Pratas      | S18 | 2007  | CLAC   | Santarém   | Provas de Preparação                  | Pombal | 17.01  | Extra |
| 58,20 | pc     | Aiko Numata - JPN   | S18 | 2007  | ACB-L  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal | 20.01  | 5 S 4 |

Todas

### 400 metros (PC)

RN: 56,57

Sofia Lavreshina/JV/Pombal/01.02.2020

| MARCA | ATLETA | ESC                | ANO | CLUBE | AR     | COMPETIÇÃO | LOCAL                                 | DATA   | INFORM |         |
|-------|--------|--------------------|-----|-------|--------|------------|---------------------------------------|--------|--------|---------|
| 56,32 | px     | Célia Castro - ESP | S18 | 2007  | AFS    | Lisboa     | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC     | Pombal | 10.02  | 2 S 2 t |
| 58,13 | pc     | Margarida Oliveira | S18 | 2007  | SCP    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta  | Braga  | 24.02  | 1 S 5 t |
| 58,30 | pc     | Cristina Neves     | S18 | 2007  | CSM    | Madeira    | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta  | Braga  | 24.02  | 1 S 3 t |
| 58,84 | pc     | Adimizia Andrade   | S18 | 2007  | SLB    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta  | Braga  | 24.02  | 2 S 5 t |
| 59,03 | pc     | Teresa Delfino     | S18 | 2007  | SCP    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta  | Braga  | 24.02  | 2 S 4 t |
| 60,19 | pc     | Clara Cruz         | S18 | 2007  | MAC    | Porto      | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta  | Braga  | 24.02  | 1 S 2 t |
| 61,35 | pc     | Maria Inácio       | S18 | 2008  | COP    | Algarve    | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta  | Braga  | 24.02  | 2 S 1 t |
| 61,86 | pc     | Madalena Martins   | S18 | 2008  | AFS    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 20 P Coberta  | Braga  | 24.02  | 3 S 1 t |
| 61,88 | pc     | Maria Jesus        | S18 | 2008  | ACB-L  | Leiria     | 1º Torneio de Pombal em Pista Coberta | Pombal | 14.02  | 1 S 2   |
| 62,92 | pc     | Mariana Lopes      | S18 | 2007  | AABV   | Algarve    | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap     | Pombal | 27.01  | 16 t    |
| 63,01 | pc     | Diana André        | S18 | 2008  | AABV   | Algarve    | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC     | Pombal | 10.02  | 3 S 1 t |
| 65,51 | pc     | Caetana Neves      | S18 | 2008  | ACDRA  | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta | Pombal | 13.01  | 1       |
| 65,76 | pc     | Marta Feliciano    | S18 | 2008  | JV     | Leiria     | 1º Torneio de Pombal em Pista Coberta | Pombal | 14.02  | 3 S 1 t |
| 67,37 | pc     | Mafalda Cancelo    | S18 | 2007  | CDCNAV | Porto      | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap     | Braga  | 27.01  | 22 t    |

|       |    |                        |     |      |        |         |   |        |       |         |
|-------|----|------------------------|-----|------|--------|---------|---|--------|-------|---------|
| 67,62 | pc | Diana Santos           | S18 | 2007 | NDAP   | Leiria  | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta   | Pombal | 13.01 | 2       |
| 67,86 | pc | Ana Luísa Silva        | S18 | 2007 | ACDRSQ | Coimbra | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta   | Pombal | 13.01 | 3       |
| 68,03 | pc | Íris Passos            | S18 | 2008 | ACB-L  | Leiria  | 1º Torneio de Pombal em Pista Coberta   | Pombal | 14.02 | 4 S 1 t |
| 68,69 | pc | Ana Ferreira           | S18 | 2008 | CDP    | Porto   | Campeonato Nacional ANDDI e Extras      | Braga  | 14.01 | Extra   |
| 69,17 | pc | Ana Conde              | S18 | 2007 | ACFR   | Porto   | III Noite Atlético Pista Coberta        | Braga  | 07.02 | Extra   |
| 69,93 | pc | Miriam Lourenço        | S18 | 2008 | CMP    | Coimbra | Campeonato Distrital Absoluto P Coberta | Pombal | 06.01 | 3 S 2 t |
| 70,79 | pc | Maria Leonor Santos    | S18 | 2007 | ACDRSQ | Coimbra | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta   | Pombal | 13.01 | 4       |
| 71,03 | pc | Rita Cardoso           | S18 | 2008 | ACFR   | Porto   | III Noite Atlético Pista Coberta        | Braga  | 07.02 | Extra   |
| 75,67 | pc | Rita Rocha             | S18 | 2008 | SCF-P  | Porto   | Campeonato Nacional ANDDI e Extras      | Braga  | 14.01 | Extra   |
| 75,73 | pc | Rafaela Queiroz        | S18 | 2008 | PLF    | Braga   | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap       | Braga  | 27.01 | 24 t    |
| 77,65 | pc | Mariana Carvalho       | S18 | 2008 | ACB-L  | Leiria  | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap       | Pombal | 28.01 | 26 t    |
| 79,26 | pc | Leonor Gomes           | S18 | 2008 | NDAP   | Leiria  | 1º Torneio de Pombal em Pista Coberta   | Pombal | 14.02 | 2 S 2   |
| 83,15 | pc | Maria Nascimento - BRA | S18 | 2008 | SCE    | Aveiro  | Campeonato Nacional Clubes PC _Ap       | Braga  | 27.01 | 29 t    |
| 86,00 | pc | Aiko Numata - JPN      | S18 | 2007 | ACB-L  | Leiria  | 1º Torneio de Pombal em Pista Coberta   | Pombal | 14.02 | 3 S 2 t |
| 93,56 | pc | Margarida Silva        | S18 | 2008 | SCF-P  | Porto   | Campeonato Nacional ANDDI e Extras      | Braga  | 14.01 | Extra   |

Todas

## 60m Barreiras (0,76)

RN: 8,41

Marisa Vaz Carvalho/SLB/Lisboa (CAR)/16.01.2016

| MARCA | V   | ATLETA               | ESC | ANO  | CLUBE  | AR         | COMPETIÇÃO                            | LOCAL          | DATA  | INFORM   |
|-------|-----|----------------------|-----|------|--------|------------|---------------------------------------|----------------|-------|----------|
| 8,72  | pc  | Natacha Candé        | S18 | 2007 | JIV-SM | S. Miguel  | Troféu Ibérico Ptovas Combinadas      | Ourense - ESP  | 16.03 | PEN      |
| 8,79  | pc  | Iara Vacondeus       | S18 | 2008 | GDIB   | Setúbal    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | 1 F      |
| 8,88  | pc  | Madalena Sampaio     | S18 | 2008 | AFS    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | 2 F      |
| 9,01  | pc  | Inês Pedro           | S18 | 2008 |        | Braga      | Triatlo Jovem Nacional                | Pombal         | 09.03 | TRI      |
| 9,12  | pc  | Carolina Frada       | S18 | 2007 | CFOD   | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas    | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 9,18  | pc  | Maria do Carmo Lúcio | S18 | 2008 | AFS    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | 4 F      |
| 9,19  | pc  | Anamar Jorge         | S16 | 2009 | JIV-SM | S. Miguel  | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | 5 F t    |
| 9,32  | 0,0 | Sofia Machado        | S18 | 2008 | GCAD   | C. Branco  | Triatlo Técnico Distrital             | Castelo Branco | 10.02 | TRI      |
| 9,34  | pc  | Francisca Ferreira   | S18 | 2007 | ACFR   | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | PEN      |
| 9,36  | pc  | Rita Moreira         | S18 | 2008 | CAP    | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | 6 F      |
| 9,48  | pc  | Sara Ferreira        | S16 | 2009 | VTSC   | Braga      | Campeonato Norte Provas Combinadas    | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 9,52  | pc  | Katerina Quenn - GBR | S18 | 2008 | JV     | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital       | Pombal         | 02.03 | TRI      |
| 9,53  | pc  | Laura Moreira        | S18 | 2008 | VTSC   | Braga      | Triatlo Técnico Jovem do Norte        | Braga          | 17.02 | TRI      |
| 9,55  | pc  | Maria Leonor Pedrosa | S18 | 2008 | CAP    | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | 2 EI 1   |
| 9,57  | 1,5 | Rita Martins         | S18 | 2007 | CPPEA  | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional       | Seixal         | 17.02 | TRI      |
| 9,60  | pc  | Marta Feliciano      | S18 | 2008 | JV     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal         | 21.01 | 1 EI 1   |
| 9,63  | 0,5 | Sara Camolas         | S18 | 2007 | PFC    | Setúbal    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | 3 EI 3   |
| 9,67  | pc  | Antónia Freitas      | S16 | 2009 | ASCV   | Coimbra    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | 3 EI 4 t |
| 9,68  | pc  | Lara Simões          | S16 | 2010 | JV     | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | PEN      |
| 9,68  | pc  | Marta Peralta        | S16 | 2009 | CFOD   | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | PEN      |
| 9,72  | pc  | Catarina Évora Pinto | S16 | 2010 | ESCMOV | Braga      | Campeonato Norte Provas Combinadas    | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 9,78  | pc  | Lara Simões          | S16 | 2010 | CPPEA  | Setúbal    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | 4 EI 3 t |
| 9,78  | pc  | Madalena Tavares     | S18 | 2007 | SCP    | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | 4 EI 2   |
| 9,79  | pc  | Alice Varino         | S18 | 2008 | GDP-L  | Leiria     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | PEN      |
| 9,80  | pc  | Joana Wever          | S16 | 2010 | SCP    | Leiria     | Provas de Preparação                  | Pombal         | 17.01 | Extra    |
| 9,84  | pc  | Madalena Silva       | S16 | 2009 | GCAD   | C. Branco  | Provas de Preparação                  | Pombal         | 17.01 | Extra    |
| 9,89  | pc  | Ana Miguel Silva     | S16 | 2010 | GRECAS | Aveiro     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | 5 EI 3 t |
| 9,91  | pc  | Bruna Ruela          | S18 | 2007 | PLF    | Braga      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | 4 EI 1   |
| 9,93  | 0,9 | Bruna Xavier         | S18 | 2008 | CASJ   | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024         | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 9,99  | 0,9 | Mariana Lopes        | S18 | 2007 | AABV   | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024         | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 10,02 | pc  | Matilde Gomes        | S18 | 2008 | CAM-VC | V. Castelo | Triatlo Técnico Jovem do Norte        | Braga          | 17.02 | TRI      |
| 10,03 | pc  | Maria Luís Silva     | S18 | 2007 | GRECAS | Aveiro     | Triatlo Jovem Nacional                | Pombal         | 09.03 | TRI      |
| 10,04 | 0,2 | Mafalda Andrade      | S18 | 2008 | CAP    | Porto      | Provas de Preparação                  | Maia           | 06.01 | 5 S 1    |
| 10,04 | pc  | Simone Morim         | S18 | 2007 | ACFR   | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas    | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 10,06 | pc  | Margarida Carmo      | S18 | 2007 | AMAC   | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18   | Jamor (CAR)    | 28.01 | 1 F      |
| 10,08 | pc  | Cristina Neves       | S18 | 2007 | CSM    | Madeira    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | 5 EI 1   |
| 10,13 | pc  | Margarida Carmo      | S18 | 2007 | CCADC  | Lisboa     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | 6 EI 1   |
| 10,13 | pc  | Margarida Carmo      | S18 | 2007 | AMAC   | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18   | Jamor (CAR)    | 28.01 | 1 EI 1   |
| 10,17 | 0,8 | Maria Camolas        | S18 | 2007 | PFC    | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional       | Seixal         | 17.02 | TRI      |
| 10,17 | pc  | Nádia Mata           | S18 | 2008 | SCP    | Lisboa     | Campeonato Regional Inverno S16/S18   | Jamor (CAR)    | 28.01 | 2 EI 1   |
| 10,24 | pc  | Carolina Fernandes   | S18 | 2008 | AGV    | Viseu      | Triatlo Jovem Nacional                | Pombal         | 09.03 | TRI      |
| 10,28 | pc  | Beatriz Oliveira     | S16 | 2010 | LAVRA  | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas    | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 10,31 | pc  | Margarida Oliveira   | S16 | 2009 | LAVRA  | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas    | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 10,32 | 1,5 | Lara Barroso         | S18 | 2008 | CPPEA  | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional       | Seixal         | 17.02 | TRI      |
| 10,34 | pc  | Beatriz Pereira      | S18 | 2007 | AJS    | Madeira    | Triatlo Jovem Nacional                | Pombal         | 09.03 | TRI      |
| 10,37 | pc  | Allesandra Santos    | S16 | 2009 | JV     | Leiria     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta  | Braga          | 04.02 | 5 EI 3 t |
| 10,38 | 1,1 | Beatriz Santos       | S18 | 2008 | GDD    | Évora      | Triatlo Técnico Distrital             | Évora          | 03.03 | TRI      |
| 10,38 | pc  | Liliana Teotónio     | S16 | 2009 | JV     | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta | Pombal         | 21.01 | 4 F t    |

|       |      |                         |     |      |         |           |  |                |       |          |
|-------|------|-------------------------|-----|------|---------|-----------|--|----------------|-------|----------|
| 10,43 | 0,9  | Angelina Volkmar - GER  | S18 | 2008 | CRDS    | Algarve   | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 10,43 | pc   | Petra Dumont            | S16 | 2009 | JV      | Leiria    | Provas de Preparação                     | Pombal         | 17.01 | 3 S 1    |
| 10,47 | pc   | Leonor Lavos            | S18 | 2008 | GDP-L   | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 4 EI 1   |
| 10,47 | pc   | Matilde Fernandes       | S16 | 2010 | VTSC    | Braga     | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 10,53 | 1,2  | Leticia Valente         | S18 | 2008 | ACDCVC  | Aveiro    | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa        | 10.02 | TRI      |
| 10,56 | -1,6 | Nicolle Ghirlanda - SUI | S16 | 2009 | CASJ    | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18 Inverno       | Faro           | 14.01 | 2 S 2 t  |
| 10,59 | 0,8  | Eulália Borges          | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal   | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal         | 17.02 | TRI      |
| 10,59 | 1,2  | Ruth Lima               | S18 | 2008 | CCSJM   | Aveiro    | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa        | 10.02 | TRI      |
| 10,61 | 0,9  | Filipa Duarte           | S18 | 2007 | CASJ    | Algarve   | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 10,67 | 0,9  | Nicolle Moura - BRA     | S18 | 2007 | AABV    | Algarve   | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 10,70 | 1,5  | Luna Dias               | S18 | 2007 | AACC    | Setúbal   | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal         | 17.02 | TRI      |
| 10,70 | pc   | Matilde Joaquim         | S16 | 2009 | JV      | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 5 EI 1 t |
| 10,74 | pc   | Nilã Viala - FRA        | S16 | 2009 | CDQ     | Algarve   | Salto Altura Sala e Torneio Preparação   | VR Stº António | 27.01 | 1 S1 t   |
| 10,76 | 0,8  | Joana Rosa              | S18 | 2007 | CPPEA   | Setúbal   | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal         | 17.02 | TRI      |
| 10,77 | pc   | Beatriz Alves           | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria    | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal         | 02.03 | TRI      |
| 10,80 | pc   | Luana Rodrigues         | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém  | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça       | 24.02 | TRI      |
| 10,83 | pc   | Leonor Pinto            | S18 | 2008 | CFOD    | Porto     | Triatlo Técnico Jovem do Norte           | Braga          | 17.02 | TRI      |
| 10,83 | -1,6 | Rita Moura              | S16 | 2009 | CASJ    | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18 Inverno       | Faro           | 14.01 | 4 S 2 t  |
| 10,84 | pc   | Leonor Ferreira         | S16 | 2009 | JDAL    | Santarém  | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno   | Alpiarça       | 21.01 | 1 EI 2 t |
| 10,86 | -4,0 | Ana Beatriz Pereira     | S18 | 2007 | ADRAP   | Madeira   | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava  | 24.02 | TRI      |
| 10,86 | 0,2  | Mariana Sousa           | S18 | 2007 | AGV     | Viseu     | 25º Triatlo Técnico                      | Viseu          | 02.03 | TRI      |
| 10,86 | 0,9  | Soraia Lourenço         | S18 | 2007 | CDQ     | Algarve   | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 10,88 | pc   | Leonor Néri             | S16 | 2009 | ACFR    | Braga     | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 10,88 | 0,1  | Victória Possante       | S18 | 2008 | CDQ     | Algarve   | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 10,90 | pc   | Júlia Novo              | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria    | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal         | 02.03 | TRI      |
| 10,90 | -4,0 | Sara Fernandes          | S18 | 2007 | AJS     | Madeira   | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava  | 24.02 | TRI      |
| 10,91 | pc   | Leonor Leal             | S16 | 2010 | JV      | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 8 F t    |
| 10,92 | -0,7 | Nadine Pires            | S18 | 2008 | JV      | Leiria    | Triatlo Técnico Distrital                | Coimbra        | 17.02 | TRI      |
| 10,93 | pc   | Ana Teixeira            | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém  | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal         | 09.03 | TRI      |
| 10,93 | -4,0 | Carolina Pita           | S18 | 2007 | GDE     | Madeira   | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava  | 24.02 | TRI      |
| 10,94 | pc   | Denisa Rodrigues        | S18 | 2008 | CAS     | Guarda    | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal         | 09.03 | TRI      |
| 10,94 | -0,7 | Laura Baltazar          | S18 | 2008 | JV      | Leiria    | Triatlo Técnico Distrital                | Coimbra        | 17.02 | TRI      |
| 10,94 | pc   | Mariana Costa           | S18 | 2008 | FCC     | Beja      | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal         | 09.03 | TRI      |
| 11,00 | pc   | Luna Rodrigues          | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém  | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno   | Alpiarça       | 21.01 | 2 F      |
| 11,01 | 0,8  | Margarida António -ANG  | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal   | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal         | 17.02 | TRI      |
| 11,02 | -1,1 | Carolina Horta          | S16 | 2009 | COP     | Algarve   | Campeonato Regional Sub 18 Inverno       | Faro           | 14.01 | 2 S 1 t  |
| 11,02 | 0,1  | Catarina Tenazinha      | S18 | 2007 | CASJ    | Algarve   | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 11,02 | pc   | Leonor Sousa            | S16 | 2009 | LAVRA   | Porto     | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 11,03 | 1,5  | Patrícia Sebastião      | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal   | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal         | 17.02 | TRI      |
| 11,04 | pc   | Laura Reis              | S16 | 2009 | GAF     | Santarém  | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno   | Alpiarça       | 21.01 | 3 F t    |
| 11,06 | pc   | Carolina Mendes         | S16 | 2010 | OFC     | Coimbra   | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 6 EI 1 t |
| 11,06 | 1,5  | Eliêta Mendes           | S18 | 2008 | NSCPSX  | Setúbal   | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal         | 17.02 | TRI      |
| 11,07 | pc   | Laura Lopes             | S18 | 2008 | SCB     | Braga     | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 11,10 | pc   | Leonor Saraiva          | S18 | 2008 | GRE-AA  | Coimbra   | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 7 EI 1   |
| 11,10 | pc   | Sol Soares              | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém  | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça       | 24.02 | TRI      |
| 11,11 | pc   | Francisca Silva         | S16 | 2010 | CLAC    | Santarém  | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno   | Alpiarça       | 21.01 | 4 F t    |
| 11,12 | -1,1 | Filipa Silva            | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro    | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa        | 10.02 | TRI      |
| 11,13 | pc   | Filipa Monteiro         | S16 | 2009 | JV      | Leiria    | Provas de Preparação                     | Pombal         | 17.01 | 4 S 2 t  |
| 11,13 | pc   | Maria Inês Coelho       | S16 | 2009 | AMONT   | Braga     | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 11,19 | pc   | Helena Fernandes        | S18 | 2008 | ACDRSQ  | Coimbra   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal         | 02.03 | TRI      |
| 11,25 | pc   | Maria Rascão            | S18 | 2008 | GDD     | Évora     | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal         | 09.03 | TRI      |
| 11,26 | 0,8  | Leonor Esteves          | S18 | 2008 | QFC     | Setúbal   | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal         | 17.02 | TRI      |
| 11,26 | pc   | Maria Leonor Rosa       | S16 | 2010 | GAF     | Santarém  | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno   | Alpiarça       | 21.01 | 5 F t    |
| 11,34 | pc   | Francisca Paulo         | S16 | 2009 | ACB-L   | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 2 EI 3 t |
| 11,37 | pc   | Sara Neves              | S16 | 2010 | CLUVE   | Coimbra   | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 3 EI 3 t |
| 11,38 | pc   | Luna Delgado            | S16 | 2010 | CANAZ   | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 5 EI 2 t |
| 11,38 | -0,7 | Rita Ferreira           | S18 | 2007 | ACDRSQ  | Coimbra   | Triatlo Técnico Distrital                | Coimbra        | 17.02 | TRI      |
| 11,43 | pc   | Clara Cabral            | S16 | 2009 | CTMVPA  | Vila Real | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 11,47 | 0,9  | Emily Lopes - BRA       | S18 | 2007 | CRCDL   | Algarve   | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 11,48 | pc   | Beatriz Gomes           | S18 | 2008 | GAC-L   | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 4 EI 3   |
| 11,49 | pc   | Camila Machado          | S16 | 2010 | AMONT   | Braga     | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 11,49 | -4,0 | Francisca Cortinhas     | S18 | 2007 | CSM     | Madeira   | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava  | 24.02 | TRI      |
| 11,49 | pc   | Lara Almeida            | S16 | 2010 | CPA-S   | Santarém  | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno   | Alpiarça       | 21.01 | 6 F t    |
| 11,50 | pc   | Carolina Silva          | S16 | 2010 | JV      | Leiria    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 5 EI 3 t |
| 11,52 | pc   | Matilde Matafome        | S18 | 2007 | CPA-S   | Santarém  | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno   | Alpiarça       | 21.01 | 7 F      |
| 11,59 | 0,1  | Matilde Gonçalves       | S18 | 2007 | CRCDL   | Algarve   | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 11,60 | 1,5  | Margarida Rosado        | S18 | 2008 | JDN     | Beja      | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Beja           | 24.02 | TRI      |
| 11,60 | pc   | Raquel Lopes            | S18 | 2008 | THA     | Santarém  | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça       | 24.02 | TRI      |
| 11,63 | 0,0  | Carolina Pacheco        | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve   | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |

|       |      |                        |     |      |         |            |  |                |       |          |
|-------|------|------------------------|-----|------|---------|------------|--|----------------|-------|----------|
| 11,70 | pc   | Inês Saldanha          | S18 | 2008 | THA     | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça       | 24.02 | TRI      |
| 11,70 | pc   | Alessandra Santos      | S16 | 2009 | JV      | Leiria     | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 8 EI 1 t |
| 11,71 | -0,3 | Maria Manuel Brito     | S18 | 2007 | AGV     | Viseu      | Jornada de Velocidade e Lançamentos      | Viseu          | 21.01 | 2        |
| 11,74 | -4,0 | Déborá Martins         | S18 | 2008 | CSM     | Madeira    | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava  | 24.02 | TRI      |
| 11,75 | pc   | Mafalda Gonçalves      | S16 | 2009 | ACFR    | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 11,79 | pc   | Sol Soares             | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno   | Alpiarça       | 21.01 | 6 EI 2   |
| 11,82 | 0,1  | Rafaela Mateus - ANG   | S18 | 2007 | AABV    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 11,86 | 0,0  | Lisiane Silva          | S18 | 2008 | CATUNES | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 11,87 | 1,5  | Marta Braz             | S18 | 2007 | JDN     | Beja       | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Beja           | 24.02 | TRI      |
| 11,89 | -1,2 | Inês Rocha             | S18 | 2008 | CAM-VC  | V. Castelo | Triatlo Técnico Jovem 2024               | Viana Castelo  | 10.02 | TRI      |
| 11,90 | 0,1  | Bárbara Castro         | S18 | 2008 | ASCDUR  | Aveiro     | Campeonato Dist P Combinadas Inverno     | Luso           | 07.01 | PEN      |
| 11,92 | pc   | Samanta Araújo         | S16 | 2009 | PLF     | Braga      | II Noite Atlética de Pista Coberta       | Braga          | 24.01 | 4 t      |
| 11,96 | pc   | Cristiana Martins      | S18 | 2008 | CTMVPA  | Vila Real  | Triatlo Técnico Jovem do Norte           | Braga          | 17.02 | TRI      |
| 11,96 | pc   | Luísa Batista          | S16 | 2010 | AMONT   | Braga      | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 11,96 | pc   | Matilde Romão          | S16 | 2009 | CLAC    | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno   | Alpiarça       | 21.01 | 7 EI 2 t |
| 11,96 | 1,2  | Nádia Pinho            | S18 | 2008 | ACDCVC  | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa        | 10.02 | TRI      |
| 12,01 | pc   | Violeta Matos          | S16 | 2010 | CPA-S   | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno   | Alpiarça       | 21.01 | 8 EI 2 t |
| 12,07 | pc   | Matilde Maia           | S16 | 2010 | GRE-AA  | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 6 EI 2 t |
| 12,09 | pc   | Alexandra Vogado       | S16 | 2009 | CPTSC   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 6 EI 3 t |
| 12,12 | pc   | Leonor Filipe          | S16 | 2010 | CLUVE   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 7 EI 3 t |
| 12,12 | 1,1  | Sofia Reis             | S18 | 2007 | CDOL    | S. Miguel  | Campeonato AASM de Triatlo               | Ponta Delgada  | 01.02 | TRI      |
| 12,15 | 0,9  | Maria Inácio           | S18 | 2008 | COP     | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 12,16 | -1,1 | Anastasiia Mamynova-R  | S18 | 2008 | CATUNES | Algarve    | Campeonato Regional Sub 18 Inverno       | Faro           | 14.01 | 4 S 1    |
| 12,20 | pc   | Elizaveta Shuyvan      | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça       | 24.02 | TRI      |
| 12,20 | pc   | Mariana Pratas         | S18 | 2007 | CLAC    | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça       | 24.02 | TRI      |
| 12,23 | pc   | Maria Macedo           | S18 | 2008 | VTSC    | Braga      | Triatlo Técnico Jovem                    | Braga          | 28.01 | TRI      |
| 12,26 | pc   | Maria Marques          | S16 | 2010 | ACFR    | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 12,27 | pc   | Margarida Marcelino    | S16 | 2010 | CPTSC   | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 7 EI 2 t |
| 12,31 | -1,1 | Catarina Sousa         | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa        | 10.02 | TRI      |
| 12,34 | 0,1  | Bárbara Pinho          | S18 | 2007 | ACDCVC  | Aveiro     | Campeonato Dist P Combinadas Inverno     | Luso           | 07.01 | PEN      |
| 12,36 | 0,1  | Rita Vieira            | S18 | 2007 | LLFC    | Aveiro     | Campeonato Dist P Combinadas Inverno     | Luso           | 07.01 | PEN      |
| 12,40 | pc   | Sara Baeta             | S18 | 2007 | SCA     | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça       | 24.02 | TRI      |
| 12,42 | -1,9 | Liliana Soares         | S16 | 2009 | ACM-A   | Terceira   | Campeonato dos Açores de Inverno         | Angra Heroísmo | 13.01 | 2        |
| 12,44 | pc   | Filipa Moita           | S18 | 2008 | GDP-L   | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal         | 02.03 | TRI      |
| 12,44 | pc   | Inês Ferreira          | S16 | 2009 | CDCNAV  | Porto      | Campeonato Norte Provas Combinadas       | Braga          | 20.01 | PEN      |
| 12,50 | pc   | Martinha Santos        | S18 | 2008 | CDA     | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça       | 24.02 | TRI      |
| 12,56 | -4,0 | Luna Andrade           | S18 | 2007 | AJS     | Madeira    | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava  | 24.02 | TRI      |
| 12,58 | 1,5  | Kristina Kliamar - UKR | S18 | 2007 | JDN     | Beja       | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Beja           | 24.02 | TRI      |
| 12,60 | pc   | Joana Ferannnes        | S18 | 2007 | THA     | Santarém   | Campeonato Distrital Sub-18 de Inverno   | Alpiarça       | 21.01 | 5 EI 1   |
| 12,61 | 0,0  | Vanessa Martins        | S18 | 2007 | OCL     | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 12,62 | pc   | Madalena Calado        | S16 | 2008 | NSCPSX  | Coimbra    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta    | Pombal         | 21.01 | 8 EI 2 t |
| 12,78 | 0,0  | Yara Campos            | S18 | 2008 | GCAD    | C. Branco  | Triatlo Técnico Distrital                | Castelo Branco | 10.02 | TRI      |
| 12,80 | pc   | Amélia André           | S18 | 2008 | CDA     | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça       | 24.02 | TRI      |
| 12,90 | pc   | Inaki Patel - IND      | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça       | 24.02 | TRI      |
| 12,93 | 1,5  | Madalena Parda         | S18 | 2008 | JDN     | Beja       | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Beja           | 24.02 | TRI      |
| 12,94 | pc   | Luísa Dinis            | S18 | 2007 | JV      | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal         | 02.03 | TRI      |
| 12,94 | 0,1  | Matilde Mestre         | S18 | 2008 | COP     | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 13,13 | 0,1  | Marta Graunke - GER    | S18 | 2007 | AABV    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 13,18 | -4,0 | Francisca C. Gouveia   | S18 | 2008 | GDE     | Madeira    | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava  | 24.02 | TRI      |
| 13,29 | 0,0  | Jéssica Martins        | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 13,32 | 1,2  | Nádia Morais           | S18 | 2007 | HMGS    | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa        | 10.02 | TRI      |
| 13,58 | -1,1 | Eva Pinto              | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa        | 10.02 | TRI      |
| 13,68 | 1,1  | Leonor Santos          | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato AASM de Triatlo               | Ponta Delgada  | 01.02 | TRI      |
| 13,71 | 0,0  | Íris Antunes           | S18 | 2008 | ADECT   | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 14,29 | pc   | Laura Castro           | S18 | 2008 | ADB-VC  | V. Castelo | Triatlo Técnico Jovem do Norte           | Braga          | 17.02 | TRI      |
| 14,94 | 0,0  | Iara Alves             | S18 | 2008 | OCL     | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro           | 02.03 | TRI      |
| 15,82 | 0,6  | Salomé Rodrigues       | S18 | 2007 | CAS     | Guarda     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Seia           | 17.02 | TRI      |
| 19,15 | pc   | Beatriz Inácia         | S18 | 2008 | AJJ     | Portalegre | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal         | 09.03 | TRI      |
| 21,45 | pc   | Júlia Freitas          | S16 | 2009 | ASCV    | Coimbra    | Provas de Preparação                     | Pombal         | 17.01 | Extra    |

Todas

## TRIATLO TÉCNICO

### [60m Barreiras - Peso - Altura]

**RN: 2.493 Pontos**

Marisa Vaz Carvalho/SLB/Lisboa (CAR)/07.03.20155

| MARCA | V  | ATLETA         | ESC | ANO  | CLUBE | AR        | COMPETIÇÃO             | LOCAL  | DATA  | INFORM |
|-------|----|----------------|-----|------|-------|-----------|------------------------|--------|-------|--------|
| 2478  | pc | Natacha Candé  | S18 | 2007 |       | S. Miguel | Triatlo Jovem Nacional | Pombal | 09.03 | 1      |
| 2109  | pc | Inês Pedro     | S18 | 2008 | AMONT | Braga     | Triatlo Jovem Nacional | Pombal | 09.03 | 2      |
| 1958  | pc | Carolina Frada | S18 | 2007 | CFOD  | Porto     | Triatlo Técnico Jovem  | Braga  | 28.01 | 1      |

|      |      |                        |     |      |         |            |  |                 |       |       |
|------|------|------------------------|-----|------|---------|------------|--|-----------------|-------|-------|
| 1787 | pc   | Alice Varino           | S18 | 2008 | GDP-L   | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal          | 02.03 | 4     |
| 1763 | pc   | Laura Moreira          | S18 | 2008 | VTSC    | Braga      | Triatlo Técnico Jovem do Norte           | Braga           | 17.02 | 2     |
| 1735 | pc   | Marta Feliciano        | S18 | 2008 | JV      | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal          | 02.03 | 2     |
| 1734 | pc   | Bruna Ruela            | S18 | 2008 | PLF     | Braga      | Triatlo Técnico Jovem do Norte           | Braga           | 17.02 | 3     |
| 1721 | pc   | Carolina Fernandes     | S18 | 2008 | AGV     | Viseu      | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal          | 09.03 | 4     |
| 1721 | pc   | Katerina Quinn - GBR   | S18 | 2008 | JV      | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal          | 02.03 | 3     |
| 1708 | pc   | Francisca Ferreira     | S18 | 2007 | ACFR    | Porto      | Triatlo Técnico Jovem                    | Braga           | 28.01 | 3     |
| 1680 | pc   | Maria Luís Silva       | S18 | 2007 | GRECAS  | Aveiro     | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal          | 09.03 | 6     |
| 1667 | pc   | Rita Martins           | S18 | 2007 | CPPEA   | Setúbal    | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal          | 09.03 | 7     |
| 1652 | pc   | Matilde Gomes          | S18 | 2008 | CAM-VC  | V. Castelo | Triatlo Técnico Jovem do Norte           | Braga           | 17.02 | 5     |
| 1629 | 1,5  | Lara Barroso           | S18 | 2008 | CPPEA   | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal          | 17.02 | 2     |
| 1617 | pc   | Sofia Machado          | S18 | 2008 | GCAD    | C. Branco  | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal          | 09.03 | 8     |
| 1583 | 0,9  | Bruna Xavier           | S18 | 2008 | CASJ    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro            | 02.03 | 1     |
| 1560 | 0,9  | Angelina Volkmar - GER | S18 | 2008 | CRDS    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro            | 02.03 | 2     |
| 1556 | 1,5  | Luna Dias              | S18 | 2007 | AACC    | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal          | 17.02 | 3     |
| 1517 | 1,5  | Sara Camolas           | S18 | 2007 | PFC     | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal          | 17.02 | 4     |
| 1508 | 1,1  | Beatriz Santos         | S18 | 2008 | GDD     | Évora      | Triatlo Técnico Distrital                | Évora           | 03.03 | 1     |
| 1502 | -0,7 | Nadine Pires           | S18 | 2007 | JV      | Leiria     | Triatlo Técnico Distrital                | Coimbra         | 17.02 | 1     |
| 1500 | -0,7 | Laura Baltazar         | S18 | 2007 | JV      | Leiria     | Triatlo Técnico Distrital                | Coimbra         | 17.02 | 2     |
| 1497 | 0,8  | Joana Rosa             | S18 | 2007 | CPPEA   | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal          | 17.02 | 5     |
| 1483 | 0,9  | Nicolle Moura - BRA    | S18 | 2007 | AABV    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro            | 02.03 | 3     |
| 1452 | pc   | Nádia Mata             | S18 | 2008 | SCP     | Lisboa     | Triatlo Técnico Regional                 | Jamor (CAR)     | 03.03 | 1     |
| 1447 | 0,9  | Mariana Lopes          | S18 | 2007 | AABV    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro            | 02.03 | 4     |
| 1446 | 0,8  | Maria Camolas          | S18 | 2007 | PFC     | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal          | 17.02 | 6     |
| 1414 | pc   | Ana Beatriz Pereira    | S18 | 2007 | ADRAP   | Madeira    | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal          | 09.03 | 11    |
| 1409 | 1,1  | Maria Rascão           | S18 | 2008 | GDD     | Évora      | Triatlo Técnico Distrital                | Évora           | 03.03 | 2     |
| 1401 | 0,8  | Margarida António -ANG | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal          | 17.02 | 7     |
| 1324 | 0,9  | Filipa Duarte          | S18 | 2007 | CASJ    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro            | 02.03 | 5     |
| 1313 | 1,2  | Leticia Valente        | S18 | 2008 | ACDCVC  | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa         | 10.02 | 2     |
| 1310 | pc   | Ana Teixeira           | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal          | 09.03 | 14    |
| 1305 | pc   | Beatriz Alves          | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal          | 02.03 | 6     |
| 1285 | 1,2  | Ruth Lima              | S18 | 2008 | CCSJM   | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa         | 10.02 | 3     |
| 1275 | 0,1  | Catarina Tenazinha     | S18 | 2007 | CASJ    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro            | 02.03 | 6     |
| 1271 | 1,5  | Mariana Costa          | S18 | 2008 | FCC     | Beja       | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Beja            | 24.02 | 1     |
| 1265 | pc   | Helena Fernandes       | S18 | 2008 | ACDRSQ  | Coimbra    | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal          | 02.03 | Extra |
| 1255 | 0,8  | Eulália Borges         | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal          | 17.02 | 8     |
| 1241 | 1,5  | Eliéta Mendes          | S18 | 2008 | NSCPSX  | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal          | 17.02 | 9     |
| 1239 | pc   | Luana Rodrigues        | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça        | 24.02 | 2     |
| 1238 | -1,1 | Filipa Silva           | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa         | 10.02 | 4     |
| 1235 | pc   | Leonor Pinto           | S18 | 2008 | CFOD    | Porto      | Triatlo Técnico Jovem do Norte           | Braga           | 17.02 | 6     |
| 1213 | 0,2  | Mariana Sousa          | S18 | 2007 | AGV     | Viseu      | 25º Triatlo Técnico                      | Viseu           | 02.03 | 2     |
| 1209 | pc   | Sol Soares             | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça        | 24.02 | 3     |
| 1175 | -4,0 | Débora Martins         | S18 | 2008 | CSM     | Madeira    | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava   | 24.02 | 2     |
| 1167 | pc   | Denisa Rodrigues       | S18 | 2008 | CAS     | Guarda     | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal          | 09.03 | 15    |
| 1165 | 1,5  | Patrícia Sebastião     | S18 | 2008 | GRQL    | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal          | 17.02 | 10    |
| 1164 | pc   | Júlia Novo             | S18 | 2008 | ACB-L   | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal          | 02.03 | 7     |
| 1151 | -0,7 | Rita Ferreira          | S18 | 2007 | ACDRSQ  | Coimbra    | Triatlo Técnico Distrital                | Coimbra         | 17.02 | 1     |
| 1144 | pc   | Cristiana Martins      | S18 | 2008 | CTMVPA  | Vila Real  | Triatlo Técnico Jovem do Norte           | Braga           | 17.02 | 7     |
| 1132 | 1,5  | Margarida Rosado       | S18 | 2008 | JDN     | Beja       | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Beja            | 24.02 | 2     |
| 1103 | 0,1  | Matilde Gonçalves      | S18 | 2007 | CRCDL   | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro            | 02.03 | 7     |
| 1101 | 0,0  | Carolina Pacheco       | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro            | 02.03 | 8     |
| 1099 | 0,9  | Emily Lopes - BRA      | S18 | 2007 | CRCDL   | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro            | 02.03 | 10    |
| 1099 | 0,9  | Soraia Lourenço        | S18 | 2007 | CDQ     | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro            | 02.03 | 9     |
| 1094 | 0,3  | Kateryna Kalmykova-UKR | S18 | 2007 | CIAIA   | Faial      | Triatlo Técnico Regional                 | Cidade da Horta | 17.02 | 2     |
| 1094 | pc   | Maria Macedo           | S18 | 2008 | VTSC    | Braga      | Triatlo Técnico Jovem                    | Braga           | 28.01 | 6     |
| 1081 | pc   | Sara Baeta             | S18 | 2007 | SCA     | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça        | 24.02 | 4     |
| 1071 | 0,3  | Dawena Reis - BRA      | S18 | 2008 | ACM-A   | Terceira   | Triatlo Técnico Regional                 | Cidade da Horta | 17.02 | 3     |
| 1068 | -4,0 | Carolina Pita          | S18 | 2007 | GDE     | Madeira    | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava   | 24.02 | 3     |
| 1068 | 0,1  | Victória Possante      | S18 | 2008 | CDQ     | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro            | 02.03 | 11    |
| 1064 | -4,0 | Sara Fernandes         | S18 | 2007 | AJS     | Madeira    | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava   | 24.02 | 4     |
| 1056 | pc   | Matilde Matafome       | S18 | 2008 | CPA-S   | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça        | 24.02 | 5     |
| 1047 | -1,1 | Catarina Sousa         | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa         | 10.02 | 5     |
| 1046 | 0,1  | Rafaela Mateus - ANG   | S18 | 2007 | AABV    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro            | 02.03 | 12    |
| 1040 | pc   | Inês Rocha             | S18 | 2008 | CAM-VC  | V. Castelo | Triatlo Técnico Jovem do Norte           | Braga           | 17.02 | 8     |
| 1023 | 0,9  | Maria Inácio           | S18 | 2008 | COP     | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro            | 02.03 | 13    |
| 1016 | pc   | Inês Saldanha          | S18 | 2008 | THA     | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça        | 24.02 | 6     |
| 1003 | 1,2  | Bárbara Pinho          | S18 | 2007 | ACDCVC  | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa         | 10.02 | 6     |
| 1001 | 0,1  | Marta Graunke - GER    | S18 | 2007 | AABV    | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro            | 02.03 | 14    |
| 996  | -4,0 | Francisca Cortinhas    | S18 | 2007 | CSM     | Madeira    | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava   | 24.02 | 5     |

|     |      |                        |     |      |         |            |  |                  |       |    |
|-----|------|------------------------|-----|------|---------|------------|--|------------------|-------|----|
| 992 | pc   | Raquel Lopes           | S18 | 2008 | THA     | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | 7  |
| 983 | 1,5  | Marta Braz             | S18 | 2007 | JDN     | Beja       | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Beja             | 24.02 | 3  |
| 975 | 0,0  | Lisiane Silva          | S18 | 2008 | CATUNES | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | 15 |
| 972 | pc   | Elizaveta Shuyvan      | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | 8  |
| 926 | 1,1  | Sofia Reis             | S18 | 2007 | CDOL    | S. Miguel  | Campeonato AASM de Triatlo               | Ponta Delgada    | 01.02 | 2  |
| 909 | -4,0 | Luna Andrade           | S18 | 2007 | AJS     | Madeira    | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava    | 24.02 | 6  |
| 889 | pc   | Leonor Ascenso         | S18 | 2008 | JV      | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal           | 02.03 | 1  |
| 884 | -4,0 | Francisca C. Gouveia   | S18 | 2008 | GDE     | Madeira    | Triatlo Técnico Regional                 | Ribeira Brava    | 24.02 | 7  |
| 884 | pc   | Inaki Patel - IND      | S18 | 2008 | A 20 Km | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | 9  |
| 873 | 0,0  | Sílvia Soares          | S18 | 2008 | ARPC    | Terceira   | Torneio Triatlo Técnico Jovem S. Jorge   | Velas (S. Jorge) | 27.01 | 1  |
| 863 | 1,5  | Madalena Pardal        | S18 | 2008 | JDN     | Beja       | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Beja             | 24.02 | 4  |
| 849 | pc   | Filipa Moita           | S18 | 2008 | GDP-L   | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal           | 02.03 | 9  |
| 839 | pc   | Amélia André           | S18 | 2008 | CDA     | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | 10 |
| 837 | 1,2  | Nádia Pinho            | S18 | 2008 | ACDCVC  | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa          | 10.02 | 7  |
| 831 | 0,0  | Leticia Azevedo        | S18 | 2008 | ARPC    | Terceira   | Torneio Triatlo Técnico Jovem S. Jorge   | Velas (S. Jorge) | 27.01 | 2  |
| 823 | 0,0  | Mara Sousa             | S18 | 2008 | ARPC    | Terceira   | Torneio Triatlo Técnico Jovem S. Jorge   | Velas (S. Jorge) | 27.01 | 3  |
| 818 | pc   | Luísa Dinis            | S18 | 2007 | JV      | Leiria     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Pombal           | 02.03 | 8  |
| 816 | 0,0  | Jéssica Martins        | S18 | 2007 | ADECT   | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | 16 |
| 807 | 1,5  | Kristina Kliamar - UKR | S18 | 2007 | JDN     | Beja       | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Beja             | 24.02 | 5  |
| 807 | pc   | Martinha Santos        | S18 | 2008 | CDA     | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | 11 |
| 758 | 0,8  | Leonor Esteves         | S18 | 2008 | QFC     | Setúbal    | Triatlo Técnico - Fase Regional          | Seixal           | 17.02 | 11 |
| 738 | 0,0  | Madalena Rocha         | S18 | 2007 | ARPC    | Terceira   | Torneio Triatlo Técnico Jovem S. Jorge   | Velas (S. Jorge) | 27.01 | 4  |
| 689 | 1,1  | Leonor Santos          | S18 | 2008 | JIV-SM  | S. Miguel  | Campeonato AASM de Triatlo               | Ponta Delgada    | 01.02 | 3  |
| 659 | 0,2  | Maria Manuel Brito     | S18 | 2007 | AGV     | Viseu      | 25º Triatlo Técnico                      | Viseu            | 02.03 | 3  |
| 656 | 0,2  | Inês Marques           | S18 | 2008 | AGV     | Viseu      | 25º Triatlo Técnico                      | Viseu            | 02.03 | 4  |
| 651 | -1,1 | Eva Pinto              | S18 | 2008 | SCE     | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa          | 10.02 | 8  |
| 617 | pc   | Mariana Pratas         | S18 | 2007 | CLAC    | Santarém   | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Alpiarça         | 24.02 | 12 |
| 575 | 0,0  | Vanessa Martins        | S18 | 2007 | OCL     | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | 17 |
| 524 | 0,0  | Yara Campos            | S18 | 2008 | GCAD    | C. Branco  | Triatlo Técnico Distrital                | Castelo Branco   | 10.02 | 2  |
| 509 | 0,1  | Matilde Mestre         | S18 | 2008 | COP     | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | 18 |
| 492 | pc   | Beatriz Inácia         | S18 | 2008 | AJJ     | Portalegre | Triatlo Jovem Nacional                   | Pombal           | 09.03 | 19 |
| 485 | 0,0  | Mariana Oliveira       | S18 | 2007 | ARPC    | Terceira   | Torneio Triatlo Técnico Jovem S. Jorge   | Velas (S. Jorge) | 27.01 | 5  |
| 465 | 0,6  | Salomé Rodrigues       | S18 | 2007 | CAS     | Guarda     | Triatlo Técnico Jovem Distrital          | Seia             | 17.02 | 1  |
| 451 | 0,0  | Íris Antunes           | S18 | 2008 | ADECT   | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | 19 |
| 434 | -1,2 | Laura Castro           | S18 | 2008 | ADB-VC  | V. Castelo | Triatlo Técnico Jovem 2024               | Viana Castelo    | 10.02 | 3  |
| 294 | 0,0  | Simone Valente         | S18 | 2008 | ECAFC   | C. Branco  | Triatlo Técnico Distrital                | Castelo Branco   | 10.02 | 3  |
| 240 | 0,0  | Iara Alves             | S18 | 2008 | OCL     | Algarve    | Triatlo Técnico Regional 2024            | Faro             | 02.03 | 20 |
| 218 | 1,2  | Nádia Morais           | S18 | 2007 | HMG     | Aveiro     | Triatlo Técnico Distrital Saúl Fernandes | Lourosa          | 10.02 | 9  |

Todas

## TRIATLO SIMPLES

[60 metros - Peso - Comprimento]

| MARCA | V    | ATLETA              | ESC | ANO  | CLUBE  | AR      | COMPETIÇÃO                | LOCAL   | DATA  | INFORM |
|-------|------|---------------------|-----|------|--------|---------|---------------------------|---------|-------|--------|
| 1716  | -0,3 | Sofia Santos        | S18 | 2007 | JV     | Leiria  | Triatlo Técnico Distrital | Coimbra | 17.02 | 1      |
| 1557  | -0,4 | Rafaela Pires       | S18 | 2007 | GDP-L  | Leiria  | Triatlo Técnico Distrital | Coimbra | 17.02 | 2      |
| 1404  | -0,7 | Diana Vatula        | S18 | 2007 | CAMG   | Leiria  | Triatlo Técnico Distrital | Coimbra | 17.02 | 3      |
| 1306  | -0,8 | Leonor Saraiva      | S18 | 2007 | GRE-AA | Coimbra | Triatlo Técnico Distrital | Coimbra | 17.02 | 1      |
| 1019  | -0,8 | Maria Leonor Santos | S18 | 2008 | ACDRSQ | Coimbra | Triatlo Técnico Distrital | Coimbra | 17.02 | 2      |
| 862   | -0,7 | Camila Ferraz       | S18 | 2007 | GRE-AA | Coimbra | Triatlo Técnico Distrital | Coimbra | 17.02 | 3      |

Todas

## PENTATLO (PC e AL)

[60m Barreiras - Altura - Peso - Comprimento - 800 m]

RN: 3.992 Pontos

Marisa Vaz Carvalho/SLB/Lisboa (CAR)/16.01.2016

| MARCA | ATLETA | ESC                | ANO | CLUBE | AR     | COMPETIÇÃO | LOCAL                                | DATA           | INFORM |     |
|-------|--------|--------------------|-----|-------|--------|------------|--------------------------------------|----------------|--------|-----|
| 4040  | pc     | Natacha Candé      | S18 | 2007  | JIV-SM | S. Miguel  | Troféu Ibérico Ptovas Combinadas     | Ourense - ESP  | 16.03  | 1   |
| 4040  | pc     | Carolina Frada     | S18 | 2007  | CFOD   | Porto      | Troféu Ibérico Ptovas Combinadas     | Ourense - ESP  | 16.03  | 5   |
| 2912  | pc     | Alice Varino       | S18 | 2008  | GDP-L  | Leiria     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta | Braga          | 04.02  | 2   |
| 2827  | pc     | Francisca Ferreira | S18 | 2007  | ACFR   | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta | Braga          | 04.02  | 3   |
| 2771  | pc     | Sofia Machado      | S18 | 2008  | GCAD   | C. Branco  | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta | Braga          | 04.02  | 4   |
| 2744  | 0,6    | Anamar Jorge       | S16 | 2009  | JIV-SM | S. Miguel  | Taça de Inverno da AASM              | Ponta Delgada  | 06.01  | 2 t |
| 2706  | pc     | Leonor Lavos       | S16 | 2009  | CFOD   | Porto      | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta | Braga          | 04.02  | 5 t |
| 2509  | pc     | Leonor Lavos       | S18 | 2008  | GDP-L  | Leiria     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta | Braga          | 04.02  | 6   |
| 2441  | pc     | Lara Simões        | S16 | 2010  | JV     | Leiria     | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta | Braga          | 04.02  | 7 t |
| 1342  | 0,8    | Eva Ventura        | S18 | 2008  | NJCPN  | C. Branco  | Campeonato de Inverno P Coombinadas  | Castelo Branco | 21.01  | 2   |
| 375   | -0,1   | Laura Ribeiro      | S18 | 2008  | NJCPN  | C. Branco  | Campeonato de Inverno P Coombinadas  | Castelo Branco | 21.01  | 3   |

|      |      |                      |     |      |        |           |                                      |                |       |      |
|------|------|----------------------|-----|------|--------|-----------|--------------------------------------|----------------|-------|------|
| 326  | 0,4  | Leonor Pereira       | S18 | 2008 | NJCPN  | C. Branco | Campeonato de Inverno P Coombinadas  | Castelo Branco | 21.01 | 4    |
| 320  | 0,0  | Rita Dias            | S16 | 2009 | NJCPN  | C. Branco | Campeonato de Inverno P Coombinadas  | Castelo Branco | 21.01 | 5    |
| 1653 | -0,2 | Lara Peixoto         | S18 | 2009 | ACM-A  | Terceira  | Campeonato P. Combinadas Inverno     | Angra Heroísmo | 20.01 | 1    |
| 1851 | 0,1  | Leticia Valente      | S18 | 2008 | ACDCVC | Aveiro    | Campeonato Dist P Combinadas Inverno | Luso           | 07.01 | 1    |
| 1522 | 0,1  | Bárbara Castro       | S18 | 2008 | ASCDUR | Aveiro    | Campeonato Dist P Combinadas Inverno | Luso           | 07.01 | 2    |
| 1425 | 0,1  | Rita Vieira          | S18 | 2007 | LLFC   | Aveiro    | Campeonato Dist P Combinadas Inverno | Luso           | 07.01 | 3    |
| 1379 | 0,1  | Bárbara Pinho        | S18 | 2007 | ACDCVC | Aveiro    | Campeonato Dist P Combinadas Inverno | Luso           | 07.01 | 4    |
| 1070 | 0,1  | Nádia Pinho          | S18 | 2008 | ACDCVC | Aveiro    | Campeonato Dist P Combinadas Inverno | Luso           | 07.01 | 5    |
| 3320 | pc   | Carolina Frada       | S18 | 2007 | CFOD   | Porto     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 1    |
| 2635 | pc   | Simone Morim         | S18 | 2007 | ACFR   | Porto     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 3    |
| 2556 | pc   | Marta Peralta        | S18 | 2007 | CFOD   | Porto     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 4 t  |
| 2530 | pc   | Laura Moreira        | S18 | 2007 | VTSC   | Braga     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 5    |
| 2364 | pc   | Francisca Ferreira   | S18 | 2007 | ACFR   | Porto     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 6    |
| 1859 | pc   | Cristiana Martins    | S18 | 2007 | CTMVPA | Vila Real | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 13   |
| 1711 | pc   | Laura Lopes          | S18 | 2008 | SCB    | Braga     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 15   |
| 2862 | pc   | Sara Ferreira        | S16 | 2009 | VTSC   | Braga     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 2 t  |
| 2346 | pc   | Clara Cabral         | S16 | 2009 | CTMVPA | Vila Real | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 7 t  |
| 2335 | pc   | Catarina Évora Pinto | S16 | 2010 | ESCMOV | Braga     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 8 t  |
| 2251 | pc   | Beatroz Oliveira     | S16 | 2010 | LAVRA  | Porto     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 9 t  |
| 2099 | pc   | Matilde Fernandes    | S16 | 2010 | VTSC   | Braga     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 10 t |
| 1993 | pc   | Margarida Oliveira   | S16 | 2009 | LAVRA  | Porto     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 11 t |
| 1888 | pc   | Camila Machado       | S16 | 2010 | AMONT  | Braga     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 12 t |
| 1766 | pc   | Leonor Nério         | S16 | 2009 | ACFR   | Braga     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 14 t |
| 1585 | pc   | Leonor Sousa         | S16 | 2009 | LAVRA  | Porto     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 16 t |
| 1579 | pc   | Maria Inês Coelho    | S16 | 2009 | AMONT  | Braga     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 17 t |
| 1510 | pc   | Inês Ferreira        | S16 | 2009 | CDCNAV | Porto     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 18 t |
| 1346 | pc   | Luísa Batista        | S16 | 2010 | AMONT  | Braga     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 19 t |
| 1096 | pc   | Mafalda Gonçalves    | S16 | 2009 | ACFR   | Porto     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 20 t |
| 769  | pc   | Maria Marques        | S16 | 2010 | ACFR   | Porto     | Campeonato Norte Provas Combinadas   | Braga          | 20.01 | 21 t |

Todas

## 4 x 200 metros (PC)

RN:1.48,29

Lara Costa-Mariana Costa-Beatriz Santos-Frncisca Silva/GAF/Pombal/04.01.2020

| MARCA          | ATLETA   | ESC        | ANO | CLUBE         | AR | COMPETIÇÃO  | LOCAL  | DATA         | INFORM       |
|----------------|--|------------|-----|---------------|----|---|--------|--------------|--------------|
| <b>1.46,47</b> | <b>L.Ludovice-M.Pedro-C.Ventura-M.Oliveira</b> | <b>SCP</b> |     | <b>Lisboa</b> |    | <b>Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta Braga</b> |        | <b>04.02</b> | <b>1 S 5</b> |
| 1.49,25        | E. Martins-S. Oliveira-M. Carvalho-A. Andrade  | SLB        |     | Lisboa        |    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta              | Braga  | 04.02        | 2 S 5        |
| 1.50,37        | S. Santos-M. Feliciano-L. Ascenso-K. Quinn     | JV         |     | Leiria        |    | Campeonato Distrital Sub 20 P Coberta             | Pombal | 13.01        | 1 t          |
| 1.50,57        | C. Lima-M. Martins-E. Seco-M. Lúcio            | AFS        |     | Lisboa        |    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta              | Braga  | 04.02        | 3 S 5        |
| 1.52,05        | R. Martins-L. Barroso-L. Simões-D. Miranda     | CPPEA      |     | Setúbal       |    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta              | Braga  | 04.02        | 1 S 4        |
| 1.52,23        | B. Alves-I. Passos-D. Bernardes-D. Venda       | ACB-L      |     | Leiria        |    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta              | Braga  | 04.02        | 1 S 2        |
| 1.53,11        | M.Nascimento-R.Moreira-M.Andrade-M.Pedrosa     | CAP        |     | Porto         |    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta              | Braga  | 04.02        | 2 S 4        |
| 1.53,19        | M. Pereira-I. Ferreira-L. Pinto-B. Ferraz      | CFOD       |     | Porto         |    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta              | Braga  | 04.02        | 1 S 3        |
| 1.53,96        | J.Hinderyckx-N.Ghirlanda-R.Moura-J.Fedoriv     | CASJ       |     | Algarve       |    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta              | Braga  | 04.02        | 3 S 4        |
| 1.54,54        |  | ACB-L      |     | Leiria        |    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta             | Pombal | 21.01        | 1 S 1        |
| 1.56,60        | I. Tabanez-J. Freitas-I. Cruz-A. Freitas       | ASCV       |     | Coimbra       |    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta              | Braga  | 04.02        | 4 S 4        |
| 1.57,37        | M. Ferreira-R. Cardoso-A. Conde-L. Nério       | ACFR       |     | Porto         |    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta              | Braga  | 04.02        | 2 S 2        |
| 1.57,72        | S. Teixeira-C. Bastos-M. Costa-A. Rocha        | CBSEIXAL   |     | Lisboa        |    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta              | Braga  | 04.02        | 1 S 1        |
| 1.58,18        |  | GAC-L      |     | Leiria        |    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta             | Pombal | 21.01        | 1 S 2        |
| 1.58,75        | L. Saraiva-M. Maia-C. Santos-C. Seabra         | GRE-AA     |     | Coimbra       |    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta              | Braga  | 04.02        | 2 S 3        |
| 1.59,17        |  | ASCV       |     | Coimbra       |    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta             | Pombal | 21.01        | 2 S 1        |
| 2.00,64        |  | OFC        |     | Coimbra       |    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta             | Pombal | 21.01        | 2 S 2        |
| 2.01,34        | M. Lourenço-R. Santos-C. Santos-F. Silva       | CMP        |     | Coimbra       |    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta              | Braga  | 04.02        | 2 S 1        |
| 2.01,65        |  | NSCPCX     |     | Coimbra       |    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta             | Pombal | 21.01        | 6 S 2        |
| 2.01,79        | C. Horta-AR Marques-C. Horta-M. Inácio         | COP        |     | Algarve       |    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta              | Braga  | 04.02        | 3 S 2        |
| 2.04,25        |  | JV         |     | Leiria        |    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta             | Pombal | 21.01        | 3 S 2        |
| 2.04,84        |  | OFC        |     | Coimbra       |    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta             | Pombal | 21.01        | 4 S 2        |
| 2.05,59        | M. Santos-D. Carneiro-H. Fernandes-A. Silva    | ACDRSQ     |     | Coimbra       |    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta              | Braga  | 04.02        | 3 S 3        |
| 2.06,21        |  | ACB-L      |     | Leiria        |    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta             | Pombal | 21.01        | 3 S 1        |
| 2.06,57        | L. Valente-M. Correia-N. Pinho-A. Almeida      | ACDCVC     |     | Aveiro        |    | Campeonato Nacional Sub 18 P Coberta              | Braga  | 04.02        | 3 S 1        |
| 2.07,74        |  | CPRAB      |     | Leiria        |    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta             | Pombal | 21.01        | 5 S 2        |
| 2.09,66        |  | ACDRA      |     | Leiria        |    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta             | Pombal | 21.01        | 4 S 1        |
| 2.14,19        |  | ACDRSQ     |     | Coimbra       |    | Campeonato Distrital Sub 18 P Coberta             | Pombal | 21.01        | 5 S 1        |

Todas

Lara Ludovice-Mariana Relvas Pedro-Carolina Ventura-Margarida Oliveira

## 4 x 300 metros (AL e PC)

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|--------|-----|-----|-------|----|------------|-------|------|--------|
| Todas |        |     |     |       |    |            |       |      |        |



























