

Federação Portuguesa de Atletismo
Estatística - Jovem

"Ranking" de P Coberta (Iniciados) 2009 / 2010



Largo da Lagoa, 15 B
2799-538 Linda a Velha
telf: 214 146 020
fax: 214 146 021
e-mail:
casquinha.costa@fpatletismo.pt

Linda-a-Velha, 07 Março de 2010



Qualquer comentário ou correção a este ranking enviar a: casquinha.costa@fpatletismo.pt

Actualizado em 07.03.2010

INICIADOS

60 Metros (até 8,94)							
8,10	Sarah	Dias	15-02-95	JV	1 el1	Pombal	05.12.2009
8,10		Dias			1	Pombal	05.12.2009
8,12	Rafaela	Vitorino	18-08-95	SLB	1 s2-ex	Alpiarça	06.03
8,13	Joana	Costa	10-11-95	UAP	1	Alpiarça	06.03
8,17	Teresa	Carvalho	03-01-95	CASM	1 s1-ex	Alpiarça	06.03
8,19	Larissa	Vieira	BRA 14-11-95	SCA	1	Alpiarça	13.02
8,20		Costa			ex-el3	Alpiarça	13.02
8,24	INF Elizandra	Alberto	ANG 15-12-97	AATC	1	Alpiarça	05.12.2009
8,25	Sofia	Duarte	07-11-96	AATC	1	Alpiarça	05.12.2009
8,26	Daniela	França	02-08-95	FCP	1	Braga	12.02
8,28	Patrícia	Vaz	23-06-96	GS-RC	ta	Espinho	23.01
8,35	Tânia	Rocha	02-03-95	CAAV	1 s1	Braga	13.02
(10)							
8,38	Ana Margarida	Oliveira	18-07-95	GAF	1 el3	Alpiarça	13.02
8,43	Teresa	Costa	96	EAMS	1 s1	Braga	23.01
8,47	Jennifer	Gomes	21-03-95	ESJD	ta	Espinho	23.01
8,47	Cíntia	Costa	96	EAMS	2 s1	Braga	13.02
8,48	Flávia	Taveira	96	SCB	ta	Alpiarça	06.02
8,49	Soraia	Carnide	14-09-95	JV	ta	Pombal	27.12.2009
8,50	Maria Manuel	Silva	11-05-95	ACM-C	3 s2-ex	Alpiarça	06.03
8,52	Alexandra	Carvalho	24-07-95	ACM-C	1 el4	Pombal	05.12.2009
8,54	INF Mariana	Gil	22-05-97	CLAC	1 s2	Alpiarça	27.02
8,56	Cláudia	Oliveira	24-04-95	GRECAS	1 s1-ex	Espinho	09.01
(20)							
8,56	Raquel	Marques	17-12-95	EFC-E	ta	Alpiarça	06.02
8,56	Rose	Trindade	95	SCB	1 s2	Braga	06.02
8,57	Ana Rita	Queirós	28-08-95	Lavra	ta	Espinho	26.12.2009
8,57	Marta	Morgado	95	ACM-C	3 s1-ex	Alpiarça	06.03
8,59	Teresa	Saramago Resende	17-01-95	ACBU	3 s1-ex	Espinho	09.01
8,60	Rita	Araújo	01-01-96	CAAV	4 s1	Braga	12.12.2009
8,61	Beatriz	Dinis	19-10-96	JV	6	Alpiarça	06.03
8,67	Sandra	Ferreira	30-12-95	CCDR	2 s2	Braga	23.01
8,68	Nádia	Nobre	95	A20Km	1 el3	Alpiarça	05.12.2009
8,68	INF Sara	Ferrão	97	ACM-C	1 s3-ex	Pombal	12.12.2009
(30)							
8,68	Juliana	Pereira	03-01-95	JV	ta	Alpiarça	06.02
8,73	Ana Carina	Sousa	03-03-96	NDCG	ta	Espinho	26.12.2009
8,73	INF Catarina	Andrade	13-04-97	Ind-B	1	Braga	12.02
8,74	Soraia	Pires	95	JAM	1 s2	Braga	12.12.2009
8,74	Susana	Guerra	28-06-96	AATC	4	Alpiarça	13.02
8,75	Ana Isabel	Santos	96	ESL	1-ex	Espinho	23.01
8,76	INF Carolina	Azevedo	23-08-97	CAMz-VC	1 el2	Braga	12.02
8,76	Rita	Alves	95	SCB	4	Braga	12.02
8,79	Madalena	Pereira	08-12-96	GCAD	ta	Alpiarça	06.02
8,80	INF Inês	Ribeiro	12-08-97	CCDC	2 el2	Alpiarça	05.12.2009
(40)							
8,80	Michel	Sanchez	05-04-95	CRE	ta	Espinho	26.12.2009
8,80	Fabiana	Ferreira	19-03-95	DG	1 s2-ex	Espinho	09.01
8,80	Daniela	Nogueira Vieira	07-01-95	GAF	5	Alpiarça	13.02
8,81	Inês	Silva	27-02-96	FCP	ta	Alpiarça	06.02
8,82	INF Diana	Filipe	97	AAC	2 s3-ex	Pombal	12.12.2009
8,82	Sofia	Schedl	23-07-95	SCP	ex-el1	Alpiarça	13.02
8,82	Evelise	Veiga	CPV 03-03-96	CSPP	5 s2-ex	Alpiarça	06.03
8,84	INF Susana	Moreira	11-01-97	ESCMOV	1 s1	Braga	12.12.2009
8,85	Mariana	Galrinho	05-03-95	AATC	2 el2	Alpiarça	05.12.2009
8,86	Mónica	Loureiro	21-10-95	CARDES	5 s1-ex	Espinho	09.01
(50)							
8,89	Filipa	Eutiquio	22-03-96	CBA	4B	Pombal	05.12.2009

8,89	INF Beatriz	Andrade	28-02-97	UAP	ex-el4	Alpiarça	13.02
8,90	Vanessa	Costa	96	ESJD	2 s2-ex	Espinho	09.01
8,90	Andreia	Grácio	96	ADRAB	3 el1	Alpiarça	13.02
8,91	INF Rita	Vasco	23-01-98	JDAL	3 s2	Alpiarça	27.02
8,93	Vera	Nunes	25-04-96	CDCP	ta	Espinho	23.01
8,93	INF Susan	Maia	97	GS-RC	6 s1	Braga	06.02
8,94	Ana Catarina	Ribeiro	95	SCP	ex-el2	Alpiarça	13.02

Com marcas manuais

7,9	Joana	Costa	10-11-95	UAP	1 s1	Pombal	28.02
8,5	Evelise	Veiga	CPV 03-03-96	CSPP	2 s4	Pombal	28.02
8,6	Patrícia	Freire	01-03-97	ACV	1 s4	Pombal	28.02
8,7	Ana Rita	Alves	23-07-95	EBMDS	3 s2	Pombal	28.02

Atletas Iniciados até 31-12-2009

8,45	Ana João	Oliveira	30-03-94	SCB	3 s1-ex	Braga	20.12.2009
8,53	Ana Catarina	Almeida	21-01-94	CAMz-VC	1 s2-ex	Braga	20.12.2009
8,55	Inês	Bento	15-081-94	CPP	5	Alpiarça	05.12.2009
8,57	Jessica	Coutinho	25-09-94	CNRM	3 el1	Alpiarça	05.12.2009
8,59	Mariana	Cavaleiro Estevão	09-03-94	AATC	4 el3	Alpiarça	05.12.2009

150 metros (até 22,54)

20,22	Cláudia	Oliveira	24-04-95	GRECAS	1 s1-ex	Espinho	17.01
21,02	Jennifer	Gomes	21-03-95	ESJD	2 s1-ex	Espinho	17.01
21,18	Teresa	Saramago Resende	17-01-95	ACBU	3 s1-ex	Espinho	17.01
21,31	Ana Isabel	Santos	96	ESL	1 s3-ex	Espinho	17.01
21,35	Fabiana	Ferreira	19-03-95	DG	4 s1-ex	Espinho	17.01
21,81	INF Ana	Alves	11-03-97	MAC	1 s2	Braga	30.01
21,90	INF Carolina	Sarabando	03-07-97	GRECAS	1 s4-ex	Espinho	17.01
22,09	Ana	Castro	15-03-95	ESL	2 s3-ex	Espinho	17.01
22,21	Vanessa	Costa	96	ESJD	1 s2-ex	Espinho	17.01
22,32	INF Inês	Rodrigues	17-07-98	ACRDE	1 s3	Braga	30.01
(10)							
22,34	Jessica	Clara	24-03-95	NAC	5 s1-ex	Espinho	17.01
22,36	Stephanie	Jesus	96	CFUL	2 s2-ex	Espinho	17.01
22,42	INF Diana	de Oliveira	25-08-97	MAC	2 s2	Braga	30.01
22,46	INF Inês	Rodrigues	17-07-98	ACRDE	2 s4-ex	Espinho	17.01
22,54	INF Raquel	Poças	22-02-97	JAM	4 s1	Espinho	20.02

Com marcas manuais

21,0	INF Patrícia	Freire	01-03-97	ACV	1 s1	Pombal	28.02
21,2	INF Mariana	Gil	22-05-97	CLAC	2 s1	Pombal	28.02
21,4	INF Manuela	Martins	98	ACV	3 s1	Pombal	28.02
21,4	INF Sara	Ferrão	97	ACM-C	1 s3	Pombal	28.02

250 Metros (até 40,00)

36,54	Cláudia	Oliveira	24-04-95	GRECAS	1 s1	Espinho	20.02
37,50	Sandra	Almeida	17-06-95	ACBU	1 s1	Espinho	13.02
37,92	Soraia	Pires	95	JAM	2 s1	Espinho	13.02
38,36	Fabiana	Ferreira	19-03-95	DG	2 s1	Espinho	27.12.2009
39,09	Margarida	Pereira	95	ACB	1 s3	Espinho	27.12.2009
39,21	Jennifer	Gomes	21-03-95	ESJD	3 s1	Espinho	27.12.2009
39,58	Stephanie	Jesus	96	CFUL	3 s1	Espinho	20.02
39,73	Jessica	Clara	24-03-95	NAC	4 s1	Espinho	27.12.2009
39,88	Ana	Castro	15-03-95	ESL	1 s2	Espinho	27.12.2009
39,97	Daniela	Couto	07-02-96	JAM	1 s2	Espinho	13.02

Com marcas manuais

34,2	Larissa	Vieira	BRA 14-11-95	SCA	1 s2	Pombal	28.02
34,5	Joana	Costa	10-11-95	UAP	1 s1	Pombal	28.02
35,4	Maria Manuel	Silva	11-05-95	ACM-C	1 s3	Pombal	28.02
35,6	Evelise	Veiga	CPV 03-03-96	CSPP	2 s3	Pombal	28.02
36,1	Filipa	Eutiquio	22-03-96	CBA	1 s4	Pombal	28.02
36,2	Marta	Morgado	95	ACM-C	2 s1	Pombal	28.02

36,7	Jéssica	Ferreira	02-03-96	ACV	3 s3	Pombal	28.02
37,1	Mariana	Teixeira	01-07-96	JV	4 s3	Pombal	28.02
37,3	Filipa	Freire	05-02-96	ACV	2 s4	Pombal	28.02
37,4	Alexandra	Carvalho	24-07-95	ACM-C	3 s1	Pombal	28.02
37,4	Soraia	Carnide	14-09-95	JV	1 s5	Pombal	28.02
37,7	Clara	Marques	14-11-96	JV	2 s5	Pombal	28.02
37,9	Daniela	Nogueira Vieira	07-01-95	GAF	2 s2	Pombal	28.02
37,9	Nency	Domingues	20-08-95	IDV	5 s3	Pombal	28.02
38,1	Joana	Santos	96	JV	3 s4	Pombal	28.02
38,1	Mariana	Cordeiro	04-01-96	CAMG-I	4 s4	Pombal	28.02
38,9	Marisa	Paulino	13-12-96	CAMG-I	4 s1	Pombal	28.02
39,4	Eliana	da Silva Punza	20-10-96	ACM-C	3 s5	Pombal	28.02
39,3	Mariana	Coelho	12-03-96	JV	3 s2	Pombal	28.02
39,6	Inês	Santos	96	ACV	5 s1	Pombal	28.02

300 Metros (até 50,44)

47,69	Daniela	Coutinho	06-02-95	CAMz-VC	1 s1	Braga	30.01
46,10	Rita	Araújo	01-01-96	CAAV	1 s2	Braga	30.01
49,02	Ana	Mendes	95	JUNI	2 s1	Braga	30.01
49,95	Victoria	Palatsi	96	JUNI	2 s2	Braga	30.01

Com marcas manuais

47,1	Soraia	Carnide	14-09-95	JV	1 s3	Pombal	05.12.2009
48,2	Nency	Domingues	20-08-95	IDV	1 s2	Pombal	05.12.2009
50,1	Joana	Santos	96	JV	2 s2	Pombal	05.12.2009

Atletas Iniciados até 31-12-2009

43,7	Ana Queiroz	Alves	07-10-94	JV	1 s1	Pombal	05.12.2009
47,6	Daniela	Cruz	17-02-94	GDPL	3 s1	Pombal	05.12.2009
47,96	Inês	Bola	13-05-94	GRECAS	1 s3	Espinho	27.12.2009
48,4	Carine	Moreira	16-03-94	JV	4 s1	Pombal	05.12.2009

600 metros (2.00,0)

1.51,78	INF Juliana	Dias	04-05-97	CAAV	1 s1	Braga	12.12.2009
1.51,89	INF Joana	Ferreira	04-06-97	JV	1 s1	Pombal	13.12.2009
1.52,65	INF Catarina	Araújo	24-01-97	MFC	2 s1	Braga	23.01
1.55,07	INF Anita	Silva	98	SCB	2 s2	Braga	06.02
1.55,40	INF Manuela	Martins	98	ACV	1 s1	Pombal	07.03
1.56,38	INF Tatiana	Rodrigues	97	CAMG-I	2 s1	Pombal	07.03
1.56,90	INF Patrícia	Freire	01-03-97	ACV	2 s1	Pombal	13.12.2009
1.57,18	INF Paula	Gameiro	22-05-97	CAAV	3 s1	Braga	23.01
1.57,95	INF Beatriz	Duarte	98	2AP	1 s2	Pombal	07.03
1.58,49	INF Daniela	Jorge	25-10-97	JV	3 s1	Pombal	07.03
(10)							
1.58,50	INF Fátima	Almeida	98	MFC	4 s1	Braga	23.01
1.58,80	INF Inês	Silva	97	ADREP	1 s2	Espinho	03.01
1.58,98	INF Jessica	Eusébio	26-01-96	DE-DIDAX	4 s1	Braga	12.12.2009
1.59,06	INF Carolina	Sarabando	03-07-97	GRECAS	2 s2	Espinho	03.01
1.59,13	INF Rafaela	Almeida	09-01-97	ACBU	3 s2	Espinho	03.01
1.59,49	INF Elsa	Cruz	10-01-97	CCDR	1 s2	Braga	23.01
1.59,55	INF Diana	Filipe	97	AAC	1-ex	Pombal	13.12.2009
1.59,80	BJ Carolina	Lopes	11-01-99	ACCAR	1 s2	Pombal	13.12.2009

800 Metros (até 2.48,0)

2.15,91	Liliana	Cabral	24-04-95	SLB	1	Pombal	20.02	RN
2.24,84	Ana Catarina	Fernandes	22-05-95	FCV	1	Braga	06.02	
2.27,12	Sandra	Almeida	17-06-95	ACBU	1	Espinho	02.02	
2.27,96	Elsa	Gomes	27-01-96	SCB	2	Braga	06.02	
2.28,23	Filipa	Eutiquio	22-03-96	CBA	2	Pombal	20.02	
2.30,56	Ana Cláudia	Ribeiro	03-05-95	FCV	2 s1	Braga	12.12.2009	
2.30,73	Sara	Sousa	16-05-95	ARLVG	1-ex	Espinho	16.01	
2.30,92	Neuza	Oliveira	08-08-95	SLB	3	Pombal	20.02	
2.33,08	Sandra	Oliveira	22-10-96	FCV	4	Braga	06.02	
2.33,61	Monika	Aleksandraviciuti	LTU 14-02-96	ARLVG	5	Braga	06.02	
(10)								
2.33,90	Anita	Fernandes	24-05-95	CAAV	3 s1	Braga	12.12.2009	
2.34,11	Andreia	Santos	14-09-95	ADREP	2-ex	Espinho	16.01	
2.34,60	Jéssica	Lopes	95	LFC-F	6	Braga	06.02	

2.35,87	Rita	Vicente	19-06-95	SCUT	3-ex	Espinho	16.01
2.36,54	Soraia	Silva	20-09-95	NAC	4-ex	Espinho	16.01
2.37,34	Albertina	Santiago	03-03-96	SLB	4	Pombal	20.02
2.39,23	Clara	Marques	14-11-96	JV	5	Pombal	20.02
2.39,55	Isa	Silva	18-07-96	ACDCVC	1-ex	Espinho	24.01
2.39,98	Melanie	Santos	12-07-95	CBA	6	Pombal	20.02
2.40,34	Márcia	Armada	95	CAAV	1 s2	Braga	12.12.2009
(20)							
2.41,05	Mariana	Cordeiro	04-01-96	CAMG-I	7	Pombal	20.02
2.41,62	Inês	Santos	96	ACV	8	Pombal	20.02
2.41,69	Fabiana	Ferreira	19-03-95	DG	2-ex	Espinho	24.01
2.41,76	Marisa	Paulino	13-12-96	CAMG-I	9	Pombal	20.02
2.42,30	Jéssica	Pontes	95	GRAC	7	Braga	06.02
2.43,94	Marta	Oliveira	95	LFC-F	2 s2	Braga	12.12.2009
2.44,86	Ana	Pinho	25-05-96	ACRV	3-ex	Espinho	24.01
2.45,10	Margarida	Pereira	96	DE-EBPAMF	2	Espinho	02.02
2.45,64	Ana	Pinto	95	ADCCJC	8-ex	Espinho	16.01
2.45,65	INF Ana Sofia	Ribeiro	97	DE-EBVALON	1	Espinho	21.02
(30)							
2.46,32	Vanessa	Costa	96	DE-ESJD	3	Espinho	02.02
2.47,17	Marta	Martins	02-04-96	GDUC	3 s2	Braga	12.12.2009

1000 Metros (até 3.24,0)

3.01,70	Liliana	Cabral	24-04-95	SLB	1	Braga	30.01
3.05,51	Sara	Sousa	16-05-95	ARLVG	1 s1	Braga	19.12.2009
3.06,94	Sandra	Almeida	17-06-95	ACBU	1 s1	Espinho	26.12.2009
3.06,97	Jéssica	Serra	06-01-95	CDP	2 s1	Braga	19.12.2009
3.08,23	Elsa	Gomes	27-01-96	SCB	1 s2	Braga	12.02
3.08,64	Elsa	Maia	10-03-96	GT	3 s1	Braga	19.12.2009
3.10,50	Sónia	Ferreira	08-07-95	UDV	4 s1	Braga	19.12.2009
3.11,00	Andreia	Rodrigues	14-06-96	GT	5 s1	Braga	19.12.2009
3.11,44	Ana Catarina	Fernandes	22-05-95	FCV	6 s1	Braga	19.12.2009
3.11,50	INF Sofia	Teixeira	26-02-97	UDV	1 s1	Braga	19.12.2009
(10)							
3.13,88	Sandra	Oliveira	22-10-96	FCV	1 s2	Braga	19.12.2009
3.15,94	INF Juliana	Dias	04-05-97	CAAV	1	Braga	30.01
3.17,57	Ana Cláudia	Ribeiro	03-05-95	FCV	8 s1	Braga	19.12.2009
3.17,76	Anita	Fernandes	24-05-95	CAAV	9 s1	Braga	19.12.2009
3.18,71	Neuza	Oliveira	08-08-95	SLB	2	Braga	30.01
3.19,27	Filipa	Eutiquio	22-03-96	CBA	1	Pombal	07.03
3.20,63	Monika	Aleksandraviciuti	LTU 14-02-96	ARLVG	10 s1	Braga	19.12.2009
3.20,82	Andreia	Santos	14-09-95	ADREP	3	Braga	30.01
3.21,59	Soraia	Silva	20-09-95	NAC	2 s1	Espinho	26.12.2009
3.21,68	Beatriz	Santos	15-03-96	SLB	4	Braga	30.01
(20)							
3.21,71	Jéssica	Lopes	95	LFC-F	2 s2	Braga	19.12.2009
3.22,80	Soraia	Vasconcelos	06-09-95	CAA	3 s2	Braga	19.12.2009

Atletas Iniciados até 31-12-2009

3.08,09	Sueli	Gomes	31-10-94	UDV	1 s1	Braga	19.12.2009
3.09,17	Catarina	Rodrigues	21-07-94	SCB	3 s1	Braga	19.12.2009
3.09,36	Rita	Lopes	18-03-94	SCB	4 s1	Braga	19.12.2009
3.12,09	Ana Patrícia	Caldas	31-10-94	SCB	6 s1	Braga	19.12.2009
3.12,22	Silvana	Dias	05-06-94	UDV	7 s1	Braga	19.12.2009

1500 Metros (até 5.35,0)

4.56,01	Sandra	Almeida	17-06-95	ACBU	1	Espinho	02.01
5.04,14	Ana Catarina	Fernandes	22-05-95	FCV	1	Braga	23.01
5.09,73	Ana Cláudia	Ribeiro	03-05-95	FCV	2	Braga	23.01
5.11,29	Jéssica	Lopes	95	LFC-F	3	Braga	23.01
5.13,79	Elsa	Gomes	27-01-96	SCB	4	Braga	23.01
5.14,3	Melanie	Santos	12-07-95	CBA	1	Pombal	05.12.2009
5.14,6	Filipa	Eutiquio	22-03-96	CBA	2	Pombal	05.12.2009
5.22,3	Ana Carolina	Oliveira	24-10-95	JV	3	Pombal	05.12.2009
5.22,67	Soraia	Silva	20-09-95	NAC	3	Espinho	02.01
5.28,31	Andreia	Santos	14-09-95	ADREP	5	Espinho	02.01
(10)							
5.32,08	Isa	Silva	18-07-96	ACDCVC	7	Espinho	02.01
5.32,23	Márcia	Armada	95	CAAV	5	Braga	23.01

Milha

60 Metros Barreiras(0,76) (até 11,24/9,60)

9,10	Rafaela	Vitorino	18-08-95	SLB	1	Alpiarça	06.03
9,20	Larissa	Vieira	BRA 14-11-95	SCA	2	Alpiarça	06.03
9,25*		Vieira			1 s2-ex	Pombal	09.01
9,25		Vieira			t	Alpiarça	06.02
9,33		Vieira			t	Pombal	27.12.2009
9,35		Vieira			t	Alpiarça	03.01
9,40		Vitorino			t	Alpiarça	06.02
9,56	Sarah	Dias	15-02-95	JV	t	Pombal	27.12.2009
9,75	Teresa	Carvalho	03-01-95	CASM	ta	Alpiarça	06.02
9,78	Maria Manuel	Silva	11-05-95	ACM-C	3	Alpiarça	06.03
9,83	Ana Margarida	Oliveira	18-07-95	GAF	t	Alpiarça	03.01
9,88	Joana	Costa	10-11-95	UAP	3 s-ex	Alpiarça	06.03
9,93	Joana	Medinas	26-02-96	GDD	t	Alpiarça	06.02
10,22	Ana Rita	Queirós	28-08-95	Lavra	t	Braga	16.01
10,29	Cláudia	Oliveira	24-04-95	GRECAS	t	Espinho	26.12.2009
(10)							
10,30	Daniela	Nogueira Vieira	07-01-95	GAF	4	Alpiarça	06.03
10,33	Inês	Glória	06-04-96	CDFXXI	ta	Alpiarça	06.02
10,33	Fabiana	Ferreira	19-03-95	DG	t	Alpiarça	06.02
10,50	Daniela	Coutinho	06-02-95	CAMz-VC	1	Braga	30.01
10,51	Teresa	Saramago Resende	17-01-95	ACBU	t	Espinho	23.01
10,59	Evelise	Veiga	CPV 03-03-96	CSPP	5	Alpiarça	06.03
10,70	Raquel	Lourenço	11-10-96	CPC	t	Alpiarça	06.02
10,72	Sofia	Duarte	07-11-96	AATC	t	Alpiarça	20.12.2009
10,75	Ana Carina	Sousa	03-03-96	NDCG	t	Espinho	23.01
10,76	Rute	Pinto	95	CNRM	t	Alpiarça	03.01
(20)							
10,88	Rute	Catarino	19-02-95	OCL	t	Alpiarça	06.02
10,93	Susana	Guerra	28-06-96	AATC	t	Alpiarça	20.12.2009
10,98	Tariana	Batista	23-01-95	NDJL	t	Alpiarça	20.12.2009
11,06	Isabel	Barros	25-08-95	FCPAR	t	Braga	16.01
11,11	Inês	Silva	27-02-96	FCP	t	Braga	16.01
11,15	Carina	Silva	28-02-95	GDE	6	Alpiarça	06.03
11,17	Paula	Lopes	17-02-95	GDMR	t	Alpiarça	06.02
11,19	Sandra	Ferreira	30-12-95	CCDR	t	Alpiarça	06.02

* - com barreiras de juvenis

Altura (até 1,35)

1,68	Ana Margarida	Oliveira	18-07-95	GAF	ta	Alpiarça	06.02
1,66		Oliveira			1-ex	Alpiarça	23.01
1,62		Oliveira			ta	Pombal	27.12.2009
1,50	Ana	Silva	96	UDCA	1	Braga	19.12.2009
1,45	Sara	Mendes	16-04-95	NDJL	1	Lisboa (Galinheiras)	21.11.2009
1,45	Tariana	Batista	23-01-95	NDJL	2	Lisboa (Galinheiras)	21.11.2009
1,44	Jennifer	Gomes	21-03-95	ESJD	ta	Espinho	23.01
1,44	Juliana	Pereira	03-01-95	JV	1	Pombal	27.02
1,44	Raquel	Marques	17-12-95	EFC-E	1	Montemor-o-Novo	27.02
1,43	INF Mariana	Gil	22-05-97	CLAC	1	Alpiarça	13.02
1,41	Sarah	Dias	15-02-95	JV	1	Obidos	28.11.2009
1,41	Catarina	Dias	27-10-95	AATC	2-ex	Alpiarça	23.01
(10)							
1,40	Inês	Marques	96	CDCP	1	Vilar Formoso	18.11.2009
1,40	Ana Rita	Alves	23-07-95	EBMDS	3	Lisboa (Galinheiras)	21.11.2009
1,40	Diana	Baptista	07-02-96	CDP	2	Braga	19.12.2009
1,40	Isabela	Pereira	31-07-95	CDP	3	Braga	19.12.2009
1,40	Elsa	Gomes	27-01-96	SCB	2	Braga	06.02
1,40	Ana Isabel	Santos	96	ESL	1	Espinho	20.02
1,40	Suzanna	Carvalho	08-08-96	GS-RC	1	Pombal	07.03
1,38	Filipa	Eutiáquio	22-03-96	CBA	2	Obidos	28.11.2009
1,37	Inês	Glória	06-04-96	CDFXXI	ta	Alpiarça	06.02
1,37	Letícia	Gomes	96	DE-Prado	2	Braga	12.02
(20)							
1,37	INF Daniela	Godinho	07-04-97	ADRAB	2	Alpiarça	13.02
1,35	Vera	Nunes	25-04-96	CDCP	2	Vilar Formoso	18.11.2009
1,35	INF Ana Maria	Orfão	18-08-97	Lavra	1	Braga	19.12.2009
1,35	Cláudia	Almeida	23-04-96	ADA	4	Braga	19.12.2009
1,35	Inês	Silva	27-02-96	FCP	5	Braga	19.12.2009
1,35	INF Camila	Soares	11-02-97	JV	1	Espinho	02.01
1,35	Helena	Carvalho	95	DE-EBVALON	1	Espinho	21.02
1,35	Patrícia	Ivo	95	CSM-L	3	Pombal	27.02
1,35	Joana	Medinas	26-02-96	GDD	2	Montemor-o-Novo	27.02

1,35 Inês Marques 96 CDCP 4 Pombal 07.03

Atletas Iniciados até 31-12-2009

1,46	Filipa	Pinto da Silva	28-11-94	FCCL	t	Espinho	26.12.2009
1,45	Mónica	Rino	06-06-94	JV	1	Pombal	13.12.2009
1,45	Daniela	Pereira	30-03-94	JV	2	Pombal	13.12.2009
1,43	Anais	Baptista	25-06-94	JV	t	Pombal	27.12.2009

Vara

2,51	Sara	Mendes	16-04-95	NDJL	1-ex	Alpiarça	27.02
2,30	Andreia	Gracio	17-09-96	ADRAB	2-ex	Alpiarça	27.02
2,00	Cláudia	Oliveira	24-04-95	GRECAS	7	Espinho	02.01

Atletas Iniciados até 31-12-2009

2,40	Mónica	Rino	06-06-94	JV	2	Pombal	05.12.2009
2,30	Ana Isabel	Casimiro	94	A20Km	2	Pombal	12.12.2009
2,00	Mariana	Simões	23-06-94	JV	6	Pombal	05.12.2009

Comprimento (até 4,30)

5,50	Ana Margarida	Oliveira	18-07-95	GAF	1	Alpiarça	06.03
5,41	Teresa	Carvalho	03-01-95	CASM	2	Alpiarça	06.03
5,33	Sarah	Dias	15-02-95	JV	t	Espinho	23.01
5,26		Dias			1	Pombal	05.12.2009
5,23		Dias			t	Pombal	27.12.2009
5,22		Carvalho			ta	Alpiarça	06.02
5,21		Dias			1	Espinho	02.01
5,11		Oliveira	18-07-95	GAF	t	Alpiarça	20.12.2009
5,00	Patrícia	Vaz	23-06-96	GS-RC	ta	Espinho	23.01
4,99	Rafaela	Vitorino	18-08-95	SLB	t	Alpiarça	06.02
4,89	Ana Rita	Queirós	28-08-95	Lavra	1	Braga	12.02
4,74	Ana Carina	Sousa	03-03-96	NDCG	t	Espinho	23.01
4,73	Larissa	Vieira	BRA 14-11-95	SCA	t	Pombal	27.12.2009
4,69	Tânia	Rocha	02-03-95	CAAV	ta	Alpiarça	06.02
4,65	Fabiana	Ferreira	19-03-95	DG	t	Espinho	23.01

(10)

4,64	Evelise	Veiga	CPV 03-03-96	CSPP	6	Pombal	05.12.2009
4,63	Teresa	Saramago Resende	17-01-95	ACBU	2	Espinho	02.01
4,63	Sofia	Duarte	07-11-96	AATC	4	Alpiarça	06.03
4,61	INF Mariana	Gil	22-05-97	CLAC	1	Alpiarça	27.02
4,58	Inês	Silva	27-02-96	FCP	ta	Alpiarça	06.02
4,57	INF Elizandra	Alberto	ANG 15-12-97	AATC	1	Alpiarça	05.12.2009
4,55	INF M.ª Inês	Pagaimo	09-01-97	JV	t	Espinho	23.01
4,55	INF Ana	Costa	97	DE-Palmeira	1	Braga	12.02
4,54	INF Daniela	Jorge	25-10-97	JV	t	Espinho	23.01
4,52	Raquel	Marques	17-12-95	EFC-E	ta	Alpiarça	06.02

(20)

4,51	Beatriz	Dinis	19-10-96	JV	ta	Pombal	27.12.2009
4,50	Ana Mafalda	Rocha	18-03-96	ADREP	4	Espinho	02.01
4,50	Mónica	Loureiro	21-10-95	CARDES	t	Espinho	23.01
4,50	Flávia	Taveira	96	SCB	2	Braga	12.02
4,49	Rute	Catarino	19-02-95	OCL	t	Alpiarça	06.02
4,48	Maria Manuel	Silva	11-05-95	ACM-C	t	Espinho	23.01
4,48	Joana	Medinas	26-02-96	GDD	t	Alpiarça	06.02
4,44	Jennifer	Gomes	21-03-95	ESJD	6	Espinho	02.01
4,42	Ana	Castro	15-03-95	ESL	ta	Espinho	26.12.2009
4,42	Cláudia	Oliveira	24-04-95	GRECAS	t	Espinho	26.12.2009

(30)

4,42	Soraia	Carnide	14-09-95	JV	ta	Espinho	23.01
4,41	Jéssica	Serra	06-01-95	CDP	t	Braga	16.01
4,40	Madalena	Pereira	08-12-96	GCAD	ta	Espinho	23.01
4,39	Cristina	Lopes	95	JV	ta	Pombal	27.12.2009
4,38	Sandra	Ferreira	30-12-95	CCDR	t	Braga	09.01
4,38	Isabel	Barros	25-08-95	FCPAR	t	Braga	16.01
4,38	Ana Isabel	Santos	96	ESL	t	Espinho	23.01
4,38	Andreia	Saloio	03-09-95	CDCP	t	Espinho	23.01
4,37	Paula	Lopes	17-02-95	GDMR	t	Alpiarça	06.02
4,36	Bibiana	Furtado	95	CDEP	ta	Alpiarça	06.02

(40)

4,32	Tania	Suhm	27-08-95	FCP	t	Braga	16.01
4,30	INF Elsa	Cruz	10-01-97	CCDR	t	Braga	16.01

Atletas Iniciados até 31-12-2009

5,13	Anais	Baptista	25-06-94	JV	1	Pombal	12.12.2009
5,05	Mónica	Rino	06-06-94	JV	2	Pombal	05.12.2009
4,90	Daniela	Pereira	30-03-94	JV	3	Pombal	12.12.2009

Tripla (até 8,00)

11,45	Ana Margarida	Oliveira	18-07-95	GAF	1	Alpiarça	13.02
10,24	Joana	Costa	10-11-95	UAP	ex	Alpiarça	13.02
10,00	Ana Rita	Queirós	28-08-95	Lavra	1	Espinho	03.01
9,74	Mariana	Galrinho	05-03-95	AATC	2	Alpiarça	13.02
9,65	Filipa	Eutíquio	22-03-96	CBA	1	Pombal	07.03
9,63	Susana	Guerra	28-06-96	AATC	4	Alpiarça	13.02
9,63	Cristina	Lopes	95	JV	2	Pombal	07.03
9,59	Fabiana	Ferreira	19-03-95	DG	2	Espinho	03.01
9,55	Daniela	Nogueira Vieira	07-01-95	GAF	5	Alpiarça	13.02
9,44	Andreia	Grácio	96	ADRAB	8	Alpiarça	13.02
(10)							
9,32	Joana	Santos	96	JV	3	Pombal	07.03
9,28	Filipa	Freire	05-02-96	ACV	4	Pombal	07.03
9,22	Beatriz	Dinis	19-10-96	JV	5	Pombal	07.03
9,04	Isabel Cristina	Silva	16-03-96	ACRVD	1	Espinho	20.02
8,95	Margarida	Reis Silva	96	CLAC	2	Espinho	20.02
8,73	Catarina	Dias	27-10-95	AATC	11	Alpiarça	13.02
8,51	Ana Raquel	Silva	10-08-95	UAP	ex	Alpiarça	13.02

Atletas Iniciados até 31-12-2009

11,56	Anais	Baptista	25-06-94	JV	1	Pombal	13.12.2009	RN
11,17	Mónica	Rino	06-06-94	JV	2	Pombal	13.12.2009	
10,30	Alexandra	Meira	16-04-94	CAMz-VC	4-ex	Braga	20.12.2009	

Peso (3) (até 8,00)

11,10	Juliana	Pereira	03-01-95	JV	ta	Espinho	23.01
10,91	Cristiana	Campos	16-01-95	GS-RC	2	Braga	06.02
10,05	Fabiana	Ferreira	19-03-95	DG	t	Espinho	26.12.2009
9,67	Teresa	Saramago Resende	17-01-95	ACBU	t	Espinho	23.01
9,60	Sara	Mendes	16-04-95	NDJL	t	Alpiarça	20.12.2009
9,36	Inês	Miranda	19-01-95	QFC	ta	Alpiarça	06.02
9,35	Catarina	Abreu	29-03-96	JDN	ta	Alpiarça	06.02
9,34	Tariana	Batista	23-01-95	NDJL	t	Alpiarça	20.12.2009
9,30	Sarah	Dias	15-02-95	JV	t	Espinho	23.01
9,13	Isabela	Pereira	31-07-95	CDP	t	Braga	16.01
(10)							
9,08	M.ª Inês	Domingos	26-03-95	CAMG-I	ta	Pombal	27.12.2009
9,04	Ana Margarida	Oliveira	18-07-95	GAF	ta	Alpiarça	06.02
8,99	Tâmara	Branco	26-10-95	CNRM	t	Alpiarça	03.01
8,79	Inês	Glória	06-04-96	CDFXXI	ta	Alpiarça	06.02
8,58	Patrícia	Ivo	95	CSM-L	ta	Pombal	27.12.2009
8,52	Ana Rita	Queirós	28-08-95	Lavra	t	Braga	16.01
8,52	Inês	Silva	27-02-96	FCP	ta	Alpiarça	06.02
8,51	Catarina	Pimenta	95	DE-EVALON	1	Espinho	21.02
8,50	Elsa	Patriarca	29-05-95	JDN	t	Alpiarça	06.02
8,36	Raquel	Marques	17-12-95	EFC-E	ta	Alpiarça	06.02
(20)							
8,34	Rute	Catarino	19-02-95	OCL	t	Alpiarça	06.02
8,31	Teresa	Costa	96	EAMS	1	Braga	30.01
8,30	Patrícia	Vaz	23-06-96	GS-RC	ta	Espinho	23.01
8,28	Beatriz	Dinis	19-10-96	JV	ta	Espinho	23.01
8,28	Filipa	Freire	05-02-96	ACV	5	Pombal	28.02
8,26	Margarida	Cavaca	04-07-96	GCAD	t	Alpiarça	06.02
8,26	Rafaella	Vitorino	18-08-95	SLB	t	Alpiarça	06.02
8,21	Soraia	Carnide	14-09-95	JV	ta	Espinho	23.01
8,20	Marta	Mendes	03-06-95	JV	t	Pombal	27.12.2009
8,13	Filipa	Brito	95	DE-LAMAC	1	Braga	12.02
(30)							
8,12	Larissa	Vieira	BRA 14-11-95	SCA	t	Alpiarça	06.02

8,04	Jennifer	Gomes	21-03-95	ESJD	ta	Espinho	23.01
8,03	Larissa	Vieira	BRA 14-11-95	SCA	t	Alpiarça	03.01

Atletas Iniciados até 31-12-2009

11,23	Mariana	Cavaleiro Estevão	09-03-94	AATC	1	Alpiarça	05.12.2009
10,64	Camila	Sousa	10-03-94	GS-RC	1	Pombal	05.12.2009

Triatlo (até 1150)

1908	Sarah	Dias	15-02-95	JV	1	Espinho	23.01	RN
			5,33-9,68-9,30					
1879	Sarah	Dias			1	Pombal	27.12.2009	
			5,23-9,56-8,93					
1801	Rafaela	Vitorino	18-08-95	SLB	1	Alpiarça	06.02	
			4,99-9,40-8,26					
1718	Larissa	Vieira	BRA 14-11-95	SCA	1	Alpiarça	03.01	
			4,70-9,35-8,03					
1708	Ana Margarida	Oliveira	18-07-95	GAF	2	Alpiarça	03.01	
			5,11-9,83-7,62					
1624	Fabiana	Ferreira	19-03-95	DG	1	Espinho	26.12.2009	
			4,62-10,44-10,05					
1589	Teresa	Saramago Resende	17-01-95	ACBU	3	Espinho	23.01	
			4,63-10,51-9,67					
1551	Ana Rita	Queirós	28-08-95	Lavra	t	Braga	16.01	
			4,57-10,22-8,52					
1478	Joana	Medinas	26-02-96	GDD	5	Alpiarça	06.02	
			4,48-9,93-6,92					
1403	Rute	Catarino	19-02-95	OCL	6	Alpiarça	06.02	
			4,49-10,88-8,34					
1400	Tariana	Batista	23-01-95	NDJL	3-ex	Alpiarça	20.12.2009	
			4,28-10,98-9,34					
(10)								
1399	Cláudia	Oliveira	24-04-95	GRECAS	3	Espinho	26.12.2009	
			4,42-10,29-6,95					
1397	Maria Manuel	Silva	11-05-95	ACM-C	4	Espinho	23.01	
			4,48-10,02-5,91					
1395	Ana Carina	Sousa	03-03-96	NDCG	5	Espinho	23.01	
			4,74-10,75-6,88					
1354	Sofia	Duarte	07-11-96	AATC	4	Alpiarça	20.12.2009	
			4,49-10,72-7,16					
1351	Daniela	Nogueira Vieira	07-01-95	GAF	3	Alpiarça	03.01	
			4,21-10,57-7,78					
1339	Inês	Silva	27-02-96	FCP	2	Braga	16.01	
			4,42-11,11-8,19					
1298	Paula	Lopes	17-02-95	GDMR	8	Alpiarça	06.02	
			4,37-11,17-7,90					
1275	Isabel	Barros	25-08-95	FCPAR	3	Braga	16.01	
			4,38-11,06-7,23					
1267	Sara	Mendes	16-04-95	NDJL	5-ex	Alpiarça	20.12.2009	
			4,10-11,80-9,60					
1262	Isabela	Pereira	31-07-95	CDP	4	Braga	16.01	
			4,08-11,46-9,13					
(20)								
1244	Rute	Pinto	95	CNRM	4	Alpiarça	03.01	
			4,13-10,76-6,90					
1221	Susana	Guerra	28-06-96	AATC	7	Alpiarça	20.12.2009	
			4,10-10,93-7,11					
1209	Tâmara	Branco	26-10-95	CNRM	6	Alpiarça	03.01	
			4,06-11,73-8,99					
1208	Raquel	Lourenço	11-10-96	CPC	10	Alpiarça	06.02	
			3,96-10,70-6,79					
1202	Daniela	Coutinho	06-02-95	CAMz-VC	5	Braga	16.01	
			3,90-10,68-6,87					
1193	Tania	Suhm	27-08-95	FCP	6	Braga	16.01	
			4,32-11,82-7,99					
1193	Beatriz	Dinis	19-10-96	JV	11	Alpiarça	06.02	
			4,23-11,55-7,71					
1171	Sandra	Ferreira	30-12-95	CCDR	7	Braga	16.01	
			4,15-11,41-7,34					
1162	Marta	Mendes	03-06-95	JV	3	Pombal	27.12.2009	
			3,96-11,54-8,20					

2.000 Metros-Marcha (até 14.00,0)

12.15,0	Ana	Santos	15-02-98	CSGaia	1	Braga	16.01
13.16,0	Sara	Costa	17-12-96	CSGaia	2	Braga	16.01

3.000 Metros-Marcha (até 23.00,0)

16.51,9	Ágata	Mendes	25-07-95	GACV	2	Pombal	05.12.2009
17.41,0	Antónia	Ladeira Estevão	14-07-95	ASCV	1	Pombal	05.12.2009
17.50,9	Adriana	Vieira	17-07-95	GDPL	4	Pombal	05.12.2009
18.07,9	Bruna	Moreira	23-01-95	GDPL	5	Pombal	05.12.2009
17.07,76	Mariana	Mota	27-05-95	ADRAB	1	Espinho	02.01
18.01,85	INF Daniela	Godinho	07-04-97	ADRAB	3	Espinho	02.01
20.15,63	INF Ana	Santos	17-12-98	CSGaia	4	Espinho	02.01
20.16,06	Filipa	Mota	13-02-96	CFUL	5	Espinho	02.01
21.16,08	Sara	Costa	96	CSGaia	6	Espinho	02.01
21.35,10	Sofia	Borras	98	ADREP	7	Espinho	02.01
(10)							
22.02,06	INF Mariana	Santos	02-03-97	GDL	8	Espinho	02.01

Atletas Iniciados até 31-12-2009

19.40,4	Daniela	Cordeiro	04-06-94	2AP	3	Pombal	12.12.2009
19.58,0	Ana Raquel	Ferreira	27-10-94	UDZA	3	Pombal	12.12.2009