

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE ATLETISMO

OS MELHORES DO ANO 2016 INICIADOS FEMININOS

Marcas a 31 Agosto 2016

José Costa

60 metros

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
8,05	1,5	Beatriz Andrade	INIC	2001	SCUT	Lisboa	Campeonato de Inverno	Lisboa (AL)	30.01	1 S 1
8,09	pc	Catarina Vieira	INIC	2001	EMOV	Porto	Torneio Juvenil do Norte	Braga	09.01	2 EI 1 t
8,15	2,0	Célia Góis	INIC	2001	ADRAP	Madeira	Campeonato de Inverno	Ribeira Brava	30.01	1 S 3
8,23	1,5	Cristiana Bernardo	INIC	2001	SLB	Lisboa	Campeonato de Inverno	Lisboa (AL)	30.01	2 S 1
8,29	1,7	Ema Carvão	INIC	2001	AJS	Madeira	Provas Extra	Ribeira Brava	09.01	1 PE 2
8,31	1,1	Marta Gonçalves	INF	2003	AEAC	Santarém	Torneio Abertura Pista	Abrantes	10.04	1 S 3
8,32	-0,4	Mariana Marques	INF	2003	JUNI	Braga	Campeonato de Infantis	Braga	01.06	1 F
8,34	-0,1	Vera Santos	INF	2003	ACRC	Viseu	Torneio Atleta Completo	Viseu	11.07	PEN
8,35	pc	Sofia Almeida	INIC	2003	ADERCUS	Aveiro	Meeting Jovem Cidade Pombal	Pombal	12.03	1 S 3
8,36	1,3	Mariana Bento	INIC	2001	SCP	Lisboa	Campeonato de Inverno	Lisboa (AL)	30.01	1 s 2
8,37	pc	Carlota Ribeiro	INIC	2002	JUNI	Braga	Torneio Inter Escolas Pista Coberta	Braga	19.02	1 F
8,38	1,8	Alice Finisterra	INF	2004	GS	Coimbra	3º Meeting de Cantanhede	Febres	23.04	Extra
8,40	1,8	Catarina Stoffel	INF	2003	AEAC	Santarém	3º Meeting de Cantanhede	Febres	23.04	Extra
8,40	-0,1	Joana Dias	INF	2003	SLB	Lisboa	Campeonato de Infantis	Lisboa (AL)	21.05	1 EI 4
8,42	0,0	Maria Andrade	INF	2003	JUNI	Braga	Torneio Atleta Completo	Braga	09.04	PEN
8,43	0,0	Carla Jesus	INIC	2001	GDC	Setúbal	Campeonato de Inverno	Almada	09.01	1 F
8,44	0,0	Daniela Amaro	INIC	2001	GDC	Setúbal	Campeonato de Inverno	Almada	09.01	2 F
8,44	1,5	Carmo Juiz	INIC	2002	CFB	Lisboa	Campeonato de Inverno	Lisboa (AL)	30.01	3 S 1
8,44	0,3	Alessandra Silva	INF	2003	CCDR	Braga	Campeonato de Infantis	Braga	01.06	1 EI 1
8,44	0,6	Mariana Paiva	INF	2004	CRE	Aveiro	Campeonato de Infantis	Aveiro	03.07	1 S 1
8,45	1,8	Lurdes Oliveira	INF	2004	UCE	Coimbra	3º Meeting de Cantanhede	Febres	23.04	Extra
8,47	pc	Lara Costa	INIC	2001	SCB	Braga	Torneio Inter Escolas Pista Coberta	Braga	19.02	2 F
8,47	0,9	Maria Neto	INF	2003	SCP	Lisboa	Campeonato de Infantis	Lisboa (AL)	21.05	2 PE
8,48	pc	Jerusa Semedo	INIC	2001	JUNI	Braga	Torneio Inter Escolas Pista Coberta	Braga	19.02	3 F
8,49	1,4	Débora Esteves	INF	2003	SVB	Viseu	Campeonato de Infantis	Viseu	05.06	2
8,50	1,1	Diana Knyazevych	INF	2003	JV	Leiria	Torneio Atleta Completo	Pombal	30.04	PEN
8,51	1,1	Margarida Figueiredo	INIC	2001	SVB	Viseu	Campeonato de Inverno	Viseu	17.01	1 S 2
8,53	pc	Carina Silva	INIC	2001	JV	Leiria	Torneio Jovem Pista Coberta	Pombal	24.01	1 S 2
8,53	-0,2	Carolina Maio	INF	2003	AGV	Viseu	Torneio Atleta Completo	Viseu	11.07	PEN
8,54	0,4	Beatriz Farinha	INF	2003	SLB	Lisboa	Meeting do SFRAA	Amadora	07.07	2 S 2
8,55	2,0	Milena Lucena	INIC	2002	GDE	Madeira	Campeonato de Inverno	Ribeira Brava	30.01	3 S 3
8,56	pc	Eduarda Ferreira	INIC	2001	JV	Leiria	Torneio Jovem Pista Coberta	Pombal	24.01	2 S 4
8,56	pc	Maria Esteves	INIC	2001	CAMG	Leiria	Meeting Jovem Cidade Pombal	Pombal	12.03	2 S 3
8,57	0,8	Juliana Guerreiro	INIC	2001	CBF	Algarve	Campeonato de Inverno	VRS António	23.01	1 S 3
8,58	pc	Maria Inês Teixeira	INIC	2002	CAMG	Leiria	Meeting Jovem Cidade Pombal	Pombal	12.03	4 S 3

80 metros

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
10,22	0,7	Sara Moreira	INIC	2001	ARLVG	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	1 F
10,31	-2,0	Sofia Almeida	INIC	2002	ADERCUS	Aveiro	Torneio 4 Maravilhas	Luso	02.04	1
10,32	-2,2	Beatriz Andrade	INIC	2001	SCUT	Lisboa	Torneio olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	1 F
10,39	-1,0	Carina Silva	INIC	2001	JV	Leiria	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (I)	29.05	1 F
10,49	-1,0	Mariana Fernandes	INIC	2001	SLB	Lisboa	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (I)	29.04	2 F
10,51	0,8	Margarida Figueiredo	INIC	2001	SVB	Viseu	Campeonato de Iniciados	Viseu	15.05	1
10,53	-0,1	Delfina Nkansa	INIC	2001	CPPEA	Setúbal	Meeting de Encerramento	Almada	26.06	1 S 1
10,57	1,1	Célia Góis	INIC	2001	ADRAP	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 3ª Jornada	Ribeira Brava	13.05	1 F
10,57	0,7	Mariana Alves	INIC	2001	EMOV	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	2 F
10,59	-0,5	Inês Santos	INIC	2002	CPPEA	Setúbal	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	1 S 3
10,61	-2,0	Gabriela Nunes	INIC	2001	SCBM	Aveiro	Torneio 4 Maravilhas	Luso	02.04	2
10,61	1,6	Ema Carvão	INIC	2001	AJS	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 3ª Jornada	Ribeira Brava	13.05	2 F

10,63	0,0	Carlota Ribeiro	INIC	2002	JUNI	Braga	Campeonato Regional D. Escolar	Guimarães	30.04	1 EI 1
10,63	0,7	Catarina Vieira	INIC	2001	EMOV	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	3 F
10,66	0,0	Jersusa Semedo	INIC	2001	JUNI	Braga	Campeonato Regional D. Escolar	Guimarães	30.04	1 F
10,66	1,8	Cristiana Bernardo	INIC	2001	SLB	Lisboa	Provas Extra	Lisboa (AL)	21.05	2 S 3
10,69	1,4	Ana Nadais	INIC	2001	CFOD	Porto	Campeonatto de Iniciados	Póvoa Varzim	29.05	1 EI 4
10,70	-2,2	Mafalda Marques	INIC	2001	SLB	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	3 F
10,71	-1,0	Daniela Amaro	INIC	2001	GDC	Setúbal	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (I)	29.04	3 F
10,74	1,7	Maria Santos	INIC	2002	LAVRA	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	1 EI 3
10,76	-1,0	Ana Catarina Oliveira	INIC	2001	SLB	Lisboa	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (I)	24.04	4 F
10,77	-0,5	Carla Rodrigues	INIC	2002	SLB	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	3 S 1
10,78	-0,5	Leonor Sarmento	INIC	2002	SCP	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	4 S 1
10,78	1,6	Maria Esteves	INIC	2001	CAMG	Leiria	Torneio Atleta Completo	Pombal	01.05	HEP
10,82	0,8	Marina Costa	INIC	2001	PALMEIRA	Braga	1ª Noite Atlética	Braga	13.07	1 S 2

250 metros

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS	
33,54	Beatriz Andrade	INIC	2001	SCUT	Lisboa	Meeting do SFRAA	Amadora	07.07	1	
33,63	Ana Costa	INIC	2002	CAT-P	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	1 S 1	
33,69	Sara Moreira	INIC	2001	ARLVG	Porto	3º Meeting de Cantanhede	Febres	23.04	1	
33,87	Margarida Figueiredo	INIC	2001	SVB	Viseu	Meeting Jovem da Guarda	Guarda	08.07	1 S 1	
34,50	Mafalda Marques	INIC	2001	SLB	Lisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	26.06	1 S 2	
34,60	Mariana Fernandes	INIC	2001	SLB	Lisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	26.06	2 S 2	
35,11	Júlia Degardin	INIC	2001	GCAD	C. Branco	Meeting Jovem da Guarda	Guarda	08.07	2 S 1	
35,22	Sofia Almeida	INIC	2002	ADERCUS	Aveiro	Torneio de Encerramento	Vagos	23.07	1	
35,30	Edna Bernardino	INIC	2001	GSDS	Lisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	26.06	3 S 2	
35,38	Carmo Juiz	INIC	2002	CFB	Lisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	26.06	1 S 1	
35,47	Mariana Bento	INIC	2001	SCP	Lisboa	Campeonato de Inverno	Lisboa (AL)	31.01	1	
35,51	pc	Laura Ramos	INIC	2002	CPRAB	Leiria	Meeting Jovem Cidade de Pombal	Pombal	12.03	1 S 4
35,51	Ema Carvão	INIC	2001	AJS	Madeira	Campeonato de Iniciados	Ribeira Brava	09.07	1	
35,61	Ana Barros	INIC	2002	SCRD	Lisboa	Torneio de Preparação Jovem	Lisboa (AL)	23.04	3 S 4	
35,61	Jerussa Semedo	INIC	2001	JUNI	Braga	Campeonato de Iniciados	Braga	08.05	1	
35,75	pc	Mariana Alves	INIC	2001	EMOV	Porto	Provas de Preparação	Braga	07.02	1 S 3
35,82	Sara Paula	INIC	2001	JOMA	Lisboa	Campeonato de Inverno	Lisboa (AL)	31.01	2	
35,86	Catarina Pinho	INIC	2001	CFOD	Porto	Provas Extra	Maia	22.05	1 S 1	
35,90	Lara Costa	INIC	2001	SCB	Braga	Campeonato de Iniciados	Braga	08.05	2	
36,05	pc	Maria Esteves	INIC	2001	CAMG	Leiria	Meeting Jovem Cidade de Pombal	Pombal	12.03	3 S 4
36,06	pc	Carina Silva	INIC	2001	JV	Leiria	Torneio Jovem Pista Coberta	Pombal	24.01	1 S 4
36,13	Cátia Teixeira	INIC	2001	CAT-P	Porto	Provas Extra	Maia	22.05	2 S 1	
36,18	Tatiana Gonçalves	INIC	2001	A 20 Km	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	10.07	1 S 2	
36,20	Carla Rodrigues	INIC	2002	SLB	Lisboa	Torneio de Preparação Jovem	Lisboa (AL)	23.04	1 S 3	
36,39	Beatriz Guilherme	INIC	2001	UFCT	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	10.07	2 S 2	

800 metros

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
2.21,07	Leila Semedo	INIC	2001	SCRD	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	1 t
2.22,39	Joana Leça da Veiga	INIC	2001	UAP	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	3 t
2.22,88	Joycelene Barros	INIC	2001	ADNO	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	4 t
2.23,09	Ana Barros	INIC	2002	SCRD	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 1 t
2.23,2	Carla Rodrigues	INIC	2002	SLB-F	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	2 S 2 t
2.23,31	Matilde Reis	INIC	2002	SCUT	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	5 t
2.23,53	Nádia Carvalho	INIC	2001	NSTN	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagos	03.07	1 S 2 t
2.24,13	Mariana Ferreira	INIC	2002	ADREP	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	15.05	2 t
2.24,32	Joana Branco	INIC	2001	NAP	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	15.05	1 t
2.24,58	Lia Lemos	INIC	2001	MAC	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	2 S 1 t
2.24,77	Inês Borba	INIC	2002	VFC	Setúbal	Meeting so SFRAA	Amadora	07.07	2
2.24,89	Beatriz Fernandes	INIC	2002	EAROS	Braga	Campeonato de Iniciados	Braga	08.05	1
2.25,65	Juliana Guerreiro	INIC	2001	CBF	Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Quarteira	28.05	1 S 2
2.25,65	Ana Costa	INIC	2002	CAT-P	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	29.05	1 S 1
2.25,69	Diana Santos	INIC	2001	JV	Leiria	3º Meeting de Cantanhede	Febres	23.04	2
2.25,9	Edna Bernardino	INIC	2001	GSDS	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	6 S 2 t
2.25,99	Laura Ramos	INIC	2002	CPRAB	Leiria	Torneio BA Provas Combinadas	Leiria	30.07	HEP

2.26,29	Luís Pereira	INIC	2001	ADREP	Aveiro	Prova Extra	Febres	26.06	Extra
2.26,42	Catarina Neiva	INIC	2001	SAF	Setúbal	Prova Extra	Almada	05.06	1
2.26,76	Ana Margarida Araújo	INF	2003	AMONT	Braga	Campeonato de Iniciados	Braga	08.05	2 t
2.26,95	Lara Ribeiro	INIC	2002	CDA	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	10.07	1
2.27,04	Tatiana Costa	INIC	2001	UDV	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	3 S 1 t
2.27,11	Beatriz Pereira	INF	2004	ARLVG	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	29.05	3 S 1 t
2.27,92	Ana Sofia Marinho	INF	2003	EAROS	Braga	Campeonato de Iniciados	Braga	08.05	3 t
2.28,58	Laura Lopes	INIC	2001	COP	Algarve	Campeonato de Juvenis	Lagoa	15.05	1 t

1.000 metros

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
3.00,94	Leila Semedo	INIC	2001	SCRD	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	1
3.04,77	Inês Borba	INIC	2002	VFC	Setúbal	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	1
3.04,81	Joana Leça da Veiga	INIC	2001	UAP	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	2
3.05,61	Lia Lemos	INIC	2001	MAC	Porto	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	2
3.05,87	Matilde Reis	INIC	2002	SCUT	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	3
3.06,38	Mariana Vargem	INIC	2001	LCM-M	Madeira	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	3
3.06,67	Juliana Guerreiro	INIC	2001	CBF	Algarve	Mega Quilómetro Nacional	Lagoa	16.04	1
3.08,56	Nádia Carvalho	INIC	2001	NSTN	Santarém	Mega Quilómetro Nacional	Lagoa	16.04	3
3.08,64	Mariana Ferreira	INIC	2002	ADREP	Aveiro	Torneio nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	4
3.09,38	Joana Branco	INIC	2001	NAP	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	22.05	1
3.09,42	Beatriz Fernandes	INIC	2001	EAROS	Braga	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	5
3.09,46	Jocylene Barros	INIC	2001	ADNO	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	4
3.10,94	Raquel Conceição	INF	2003	CEN	Portalegre	Mega Quilómetro Nacional	Lagoa	16.04	1
3.11,19	Érica Santos	INF	2004	NDCO	Beja	Torneio Olímpico Jovem	Odemira	21.05	1
3.11,40	Mariana Carvalho	INIC	2002	SLB	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	5
3.11,41	Edna Bernardino	INIC	2001	GSDS	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	6
3.11,77	Ana Margarida Araújo	INF	2003	AMONT	Braga	Campeonato de Infantis	Braga	01.06	1
3.11,87	Diana Santos	INIC	2001	JV	Leiria	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	6
3.12,0	Ana Costa	INIC	2002	CAT-P	Porto	Quilómetro Jovem Regional	Lousada	07.05	1 S 1
3.12,53	Lara Ribeiro	INIC	2002	CDA	Santarém	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	7
3.12,6	Inês Silva	INF	2003	NBA	Porto	Quilómetro Jovem Regional	Lousada	07.05	1 S 1
3.12,66	Beatriz Rios	INF	2003	AMONT	Braga	Campeonato de Infantis	Braga	01.06	2
3.12,70	Tatiana Costa	INIC	2001	UDV	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	2 S 1
3.13,31	Beatriz Pereira	INF	2004	ARLVG	Porto	3º Meeting de Cantanhede	Febres	23.04	1
3.13,57	Rita Figueiredo	INF	2003	GDR	Viseu	Quilómetro Jovem Distrital	Viseu	12.03	1
3.13,69	Sofia Lavreshina	INF	2003	ACV	Leiria	Mega Quilómetro Nacional	Lagoa	16.04	2
3.13,73	Ana Marinho	INF	2004	ESPBS	Braga	Mega Quilómetro Distrital	Guimarães	16.03	1
3.13,84	Ana Sofia Marinho	INF	2003	EAROS	Braga	Campeonato de Infantis	Braga	01.06	3
3.13,99	Cláudia Estarreja	INIC	2001	GS	Coimbra	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	9
3.14,50	Sara Moreira	INIC	2001	ARLVG	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	3 S 1
3.15,19	Carla Rodrigues	INIC	2002	SLB	Lisboa	Quilómetro Jovem Regional	Lisboa (AL)	12.03	4 S 1
3.15,83	Mafalda Marques	INIC	2001	SLB	Lisboa	Quilómetro Jovem Regional	Lisboa (AL)	12.03	5 S 1
3.15,83	Filipa Lopes	INIC	2002	UDV	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	4 S 1

1.500 metros

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
4.51,79	Nádia Carvalho	INIC	2001	NSTN	Santarém	Campeonato Nacional Juvenis	Lagos	02.07	4 t
4.54,47	Joana da Leça Veiga	INIC	2001	UAP	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	5 t
4.55,08	Joana Branco	INIC	2001	AAPL	Setúbal	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (I)	29.04	2
4.56,76	Inês Borba	INIC	2002	VFC	Setúbal	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (I)	29.04	3
4.59,70	Lia Lemos	INIC	2001	MAC	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	1
4.59,80	Bárbara Neiva	INIC	2001	SAF	Setúbal	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (I)	29.04	4
5.00,8	Leila Semedo	INIC	2001	SCRD	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	28.06	1 t
5.04,10	Matilde Reis	INIC	2002	SCUT	Lisboa	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (I)	29.04	5
5.04,67	Mariana Carvalho	INIC	2002	SLB	Lisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	26.06	1
5.05,88	Beatriz Fernandes	INIC	2002	EAROS	Braga	Campeonato de Juvenis	Braga	08.06	1 t
5.06,27	Mariana Ferreira	INIC	2002	ADREP	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	1 t
5.07,15	Beatriz Gomes	INIC	2001	CBTV	Lisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	26.06	2
5.08,18	Lara Ribeiro	INIC	2002	CDA	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	09.07	1
5.10,68	Mónica Costa	INIC	2001	AMONT	Braga	Campeonato de Juvenis	Braga	08.06	2 t
5.11,53	Diana Santos	INIC	2001	JV	Leiria	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (I)	29.04	4 t

5.12,07	Joycelene Barros	INIC	2001	ADNO	Lisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	26.06	3
5.12,77	Luísa Pereira	INIC	2001	ADREP	Aveiro	Campeonato Juvenis Inverno	Vagos	02.01	1 t
5.13,21	Cláudia Estarreja	INIC	2001	GS	Coimbra	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	2 t
5.13,94	Tatiana Costa	INIC	2001	UDV	Porto	Torneio Aniversário AAP	Maia	23.03	1
5.13,95	Matilde Ho	INIC	2002	ADNO	Lisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	26.06	4
5.14,58	Filipa Lopes	INIC	2002	UDV	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	2 t
5.16,12	Joana F. Sousa	INIC	2001	CAFH	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	04.06	1 t
5.17,56	Ana Ferreira	INIC	2002	GDE	Madeira	Campeonato de Iniciados	Ribeira Brava	09.07	1
5.17,84	Mariana Lopes	INIC	2002	CDCD	Porto	Torneio Aniversário AAP	Maia	23.03	2
5.18,38	Bárbara Carvalho	INIC	2002	SCB	Braga	Campeonato Regional D. Escolar	Guimarães	30.04	1

1.500m Obstáculos (0,76 - sem vala)

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
5.02,4	Nádia Carvalho	INIC	2001	NSTN	Santarém	Torneio Olímpico Jovem	Almada	21.05	Extra
5.06,48	Leila Semedo	INIC	2001	SCRD	Lisboa	Torneio de Preparação Jovem	Lisboa (AL)	23.04	1
5.13,02	Bárbara Neiva	INIC	2001	SAF	Setúbal	Campeonato Iniciados (3ª Jornada)	Almada	04.06	1
5.19,50	Érica Fonseca	INIC	2002	SCRD	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	1
5.24,79	Mariana Carvalho	INIC	2002	SLB	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	2
5.27,89	Bárbara Machado	INIC	2002	SCB	Braga	Torneio Olímpico Jovem	Braga	21.05	1
5.28,27	Maria Inês Ferro	INIC	2001	SLB-F	Algarve	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	4
5.32,53	Joana Silva	INIC	2001	GRECAS	Aveiro	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	5
5.33,46	Inês Pinto	INIC	2001	SCRD	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	3
5.33,56	Mónica Costa	INIC	2001	AMONT	Braga	Provas de Preparação	Braga	01.05	1
5.36,76	Matilde Ho	INIC	2002	ADNO	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	4
5.41,6	Laura Santos	INIC	2001	JV	Leiria	Torneio Olímpico Jovem	M. Grande	14.05	1
5.43,00	Andreia Eliseu	INIC	2001	UCE	Coimbra	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	7
5.43,15	Luísa Pereira	INIC	2001	ADREP	Aveiro	Campeonato de Iniciados	Aveiro	29.05	2
5.43,61	Bruna Ortiga	INIC	2001	EAROS	Braga	Torneio Olímpico Jovem	Braga	21.05	3
5.44,2	Clara Pinto	INIC	2001	BA	Leiria	Torneio Olímpico Jovem	M. Grande	14.05	2
5.44,81	Ana Catarina Godinho	INIC	2002	BNSC	Beja	Torneio Olímpico Jovem	Odemira	21.05	1
5.45,38	Beatriz Marques	INIC	2001	GRECAS	Aveiro	Torneio Olímpico Jovem	Vagos	07.05	1
5.47,72	Ana Almeida	INIC	2001	ARLVG	Porto	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	8
5.48,29	Carolina Oliveira	INIC	2001	AEAC	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	10.07	2
5.48,44	Daniela Silva	INIC	2002	DCB	C. Branco	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	9
5.49,22	Patrícia Martins	INIC	2002	DVV	Braga	Torneio Olímpico Jovem	Braga	21.05	4
5.50,21	Sara Ferreira	INIC	2001	NDCG	Guarda	Provas Extra	Guarda	14.05	1
5.51,26	Ana Ferreira	INIC	2002	GDE	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 2ª Jornada	Machico	30.04	1
5.54,30	Hirindina Casal	INIC	2001	CNRM	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	10.07	3

60m Barreiras (0,76)

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
9,45	pc	Mariana Bento	INIC	2001	SCP	Lisboa	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	TRI
9,83	pc	Eduarda Ferreira	INIC	2001	JV	Leiria	Triatlo Técnico Distrital	Pombal	13.02	TRI
9,91	0,0	Maria Santos	INIC	2002	LAVRA	Porto	Triatlo Técnico	Povoa Varzim	20.02	TRI
10,00	pc	Tatiana Gonçalves	INIC	2001	A 20 Km	Santarém	Triatlo Técnico Inter Associações	Alpiarça	19.03	TRI
10,04	pc	Carolina Neves	INIC	2001	GAF	Santarém	Triatlo Técnico Jovem	Alpiarça	30.01	TRI
10,05	0,3	Carla Jesus	INIC	2001	GDC	Setúbal	Triatlo Técnico	Seixal	03.01	TRI
10,11	-0,1	Beatriz Monteiro	INIC	2001	ACRDE	Aveiro	Torneio Cidade de Lourosa	Lourosa	25.04	1
10,13	0,0	Ana Nadais	INIC	2001	CFOD	Porto	Triatlo Técnico	Povoa Varzim	20.02	TRI
10,14	1,7	Ema Carvão	INIC	2001	AJS	Madeira	Triatlo Jovem	Ribeira Brava	27.02	TRI
10,15	pc	Ana Leite	INIC	2001	MAC	Porto	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	TRI
10,15	1,7	Milena Lucena	INIC	2002	GDE	Madeira	Triatlo Jovem	Ribeira Brava	27.02	TRI
10,17	0,2	Juliana Guerreiro	INIC	2001	CBF	Algarve	Meeting de Inverno da CB Faro	Faro	13.02	1 PE 1
10,35	pc	Inês Pires	INIC	2002	DCB	C. Branco	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	TRI
10,37	pc	Sarta Sani - GBS	INIC	2002	JV	Leiria	Triatlo Técnico Distrital	Pombal	13.02	TRI
10,42	0,0	Francisca Monteiro	INIC	2001	CSGAIA	Porto	Triatlo Técnico	Povoa Varzim	20.02	TRI
10,70	pc	Catarina Ribeiro	INIC	2001	EBJR	Portalegre	Triatlo Técnico Jovem	Alpiarça	30.01	Extra
10,80	pc	Avelina Liandro - ANG	INIC	2002	JDN	Beja	Triatlo Técnico Inter Associações	Alpiarça	19.03	TRI
10,82	1,3	Mafalda Marques	INIC	2001	SLB	Lisboa	Campeonato de Inverno	Lisboa (AL)	31.01	2
10,84	0,0	Nádia Silva	INIC	2002	CFOD	Porto	Triatlo Técnico	Povoa Varzim	20.02	TRI
10,87	-1,9	Carla Rodrigues	INIC	2002	SLB	Lisboa	Triatlo Técnico Regional	Lisboa (AL)	06.02	TRI

10,87	pc	Maria Inês Teixeira	INIC	2002	CAMG	Leiria	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	TRI
10,88	0,0	Mariana Truta	INIC	2002	CFOD	Porto	Triatlo Técnico	Povoa Varzim	20.02	TRI
10,93	pc	Carlota Ribeiro	INIC	2002	JUNI	Braga	Triatlo Técnico Jovem	Braga	20.02	TRI
10,98	pc	Jerusa Semedo	INIC	2001	JUNI	Braga	Triatlo Técnico Jovem	Braga	20.02	TRI
11,00	1,3	Joana Moreira	INIC	2001	SLB	Lisboa	Campeonato de Inverno	Lisboa (AL)	31.01	3

80m Barreiras (0,76)

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
12,34	0,7	Carolina Neves	INIC	2001	GAF	Santarém	Torneio Olímpico Jovem	Abrantes	15.05	1 F
12,60	-0,1	Mariana Bento	INIC	2002	SCP	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	1 S 1
12,61	0,1	Eduarda Ferreira	INIC	2001	JV	Leiria	Torneio BA Provas Combinadas	Leiria	30.07	HEP
12,62	1,8	Maria Santos	INIC	2002	LAVRA	Porto	3º Meeting de Cantanhede	Febres	23.04	1
12,67	-0,1	Mariana Fernandes	INIC	2001	SLB	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	2 S 1
12,86	0,0	Ana Nadais	INIC	2001	CFOD	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	1
12,89	0,3	Juliana Guerreiro	INIC	2001	CBF	Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Faro	29.05	1 S 2
12,98	-3,1	Ema Carvão	INIC	2001	AJS	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 3ª jornada	Machico	14.05	1 F
13,13	0,1	Carla Rodrigues	INIC	2002	SLB	Lisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	26.06	2
13,33	0,0	Francisca Monteiro	INIC	2001	CSGAIA	Porto	Torneio Atleta Completo	Braga	09.04	Extra
13,33	-0,5	Carla Jesus	INIC	2001	GDC	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	22.05	1 S 1
13,45	-1,6	Cátia Teixeira	INIC	2001	CAT-P	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	3 F
13,45	-1,6	Sara Moreira	INIC	2001	ARLVG	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	2 F
13,51	1,8	Beatriz Monteiro	INIC	2001	ACRDE	Aveiro	3º Meeting de Cantanhede	Febres	23.04	3
13,51	1,8	Maria Esteves	INIC	2001	CAMG	Leiria	Torneio Atleta Completo	Pombal	30.04	HEP
13,59	2,0	Milena Lucena	INIC	2002	GDE	Madeira	Torneio Atleta Completo	Ribeira Brava	23.04	HEP
13,61	1,6	Joana Moreira	INIC	2001	SLB	Lisboa	Provas Extra	Lisboa (AL)	22.05	3
13,67	0,7	Eva Peixinho	INIC	2002	A 20 Km	Santarém	Torneio Olímpico Jovem	Abrantes	15.05	2 F
13,76	2,0	Catarina Stofel	INF	2003	AEAC	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	10.07	2 El 2 t
13,77	1,8	Tatiana Gonçalves	INIC	2001	A 20 Km	Santarém	3º Meeting de Cantanhede	Febres	23.04	4
13,79	0,0	Mariana Truta	INIC	2002	CFOD	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	2
13,86	-3,5	Ana Leite	INIC	2001	MAC	Porto	Torneio Atleta Completo	Póvoa Varzim	02.04	HEP
13,95	1,2	Mainara Silva	INIC	2002	CAT	Terceira	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	1 S 1
13,97	0,1	Carlota Ribeiro	INIC	2002	JUNI	Braga	Torneio Olímpico Jovem	Braga	22.05	1
14,00	0,1	Catarina Ribeiro	INIC	2001	EBJR	Portalegre	Torneio BA Provas Combinadas	Leiria	30.07	HEP

250m Barreiras (0,76)

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
37,79	Mariana Fernandes	INIC	2001	SLB	Liisboa	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	09.07	Extra
38,36	Ana Nadais	INIC	2001	CFOD	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	1
38,49	Mariana Bento	INIC	2001	SCP	Liisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	25.06	1
38,98	Sara Moreira	INIC	2001	ARLVG	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	2
39,04	Ema Carvão	INIC	2001	AJS	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 2ª Jornada	Machico	30.04	1
39,31	Catarina Neiva	INIC	2001	SAF	Setúbal	Provas Extra	Almada	10.07	2
39,43	Cátia Teixeira	INIC	2001	CAT-P	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	3
40,37	Beatriz Guilherme	INIC	2001	UFCT	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	09.07	2
41,39	Mariana Truta	INIC	2002	CFOD	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	4
41,49	Mafalda Marques	INIC	2001	SLB	Liisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	25.06	3
41,74	Tatiana Gonçalves	INIC	2001	A 20 Km	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	09.07	3
42,09	Mariana Alves	INIC	2001	EMOV	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	5
42,18	Eva Peixinho	INIC	2002	A 20 Km	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	09.07	4
42,72	Joana Moreira	INIC	2001	SLB	Liisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	25.06	4
42,87	Beatriz Costa	INIC	2002	GRECAS	Aveiro	Campeonato de Iniciados	Aveiro	29.05	1
43,05	Inês Santos	INIC	2002	AEAC	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	09.07	5
43,25	Inês Henriques	INIC	2002	GDC	Setúbal	Campeonato Iniciados - 1ª jornada	Almada	20.03	1 S 2
43,28	Celina Peneda	INIC	2002	CAAV	V. Castelo	Campeonato de Iniciados	Viana Castelo	08.05	1
43,32	Daniela Silva	INIC	2002	DCB	C. Branco	Torneio Abertura Pista	Guarda	05.03	1
43,59	Denise Semedo	INIC	2001	COP	Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Quarteira	28.05	1
43,78	Telma Mendes	INIC	2002	COP	Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Quarteira	28.05	2
44,31	Sofia Guedes	INIC	2001	CDQ	Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Quarteira	28.05	3
44,35	Andreia Morgado	INIC	2002	SCA	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	09.07	6
44,39	Catarina Candeias	INIC	2001	CBF	Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Quarteira	28.05	4
44,52	Beatriz Dias	INIC	2001	CDP	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	6

4.000m Marcha

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
22.02,91	Hirondina Casal	INIC	2001	CNRM	Santarém	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	1
22.06,96	Raquel Pimentel	INIC	2001	CDCD	Porto	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	2
22.38,78	Catarina Santos	INIC	2001	SCP	Lisboa	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	3
22.58,52	Ana Mestre	INIC	2002	COP	Algarve	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	4
23.00,32	Mariana Lopes	INIC	2002	CDCD	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	29.05	2
23.32,13	Sofia Marques	INIC	2002	COP	Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Quarteira	28.05	2
23.34,65	Camila Jesus	INIC	2001	ACDSJ	Madeira	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	5
23.46,37	Bruna Marques	INIC	2002	CFOD	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	29.05	3
23.48,11	Filipa Santos	INIC	2001	GDPCD	Setúbal	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	6
23.56,06	Tatiana Cabecinha	INIC	2001	COP	Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Quarteira	28.05	3
24.04,29	Ana Vicente	INIC	2001	COP	Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Quarteira	28.05	4
24.19,7	Juliana Veríssimo	INIC	2002	CAT	Terceira	Campeonato de Iniciados	A. Heroísmo	04.06	1
25.00,59	Inês Branco	INIC	2001	CPP	Santarém	Torneio Olímpico Jovem	Abrantes	14.05	2
25.01,81	Sara Salvado	INIC	2001	GCAD	C. Branco	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	8
25.21,40	Beatriz Simões	INIC	2001	ASCV	Coimra	Campeonato de Iniciados	Febres	04.06	1
25.34,2	Catarina Costa	INIC	2002	GACV	Leiria	Torneio Olímpico Jovem	M. Grande	14.05	1
26.19,95	Inês Pinto	INIC	2001	SCRD	Lisboa	Provas Extra	Lisboa (AL)	21.05	1
27.02,74	Joana Silva	INIC	2001	CFOD	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	29.05	4
27.26,7	Maria Rui Fonseca	INIC	2001	SFUAB	Leiria	Torneio Olímpico Jovem	M. Grande	14.05	2
27.33,05	Mafalda Sousa	INIC	2002	LAFM	Setúbal	Troféu de Marcha do EFC-E	Vendas Novas	14.05	1
28.01,99	Sara Câmara	INIC	2002	GDE	Madeira	Campeonato de Iniciados	Ribeira Brava	09.07	1
28.11,35	Sabrina Moniz	INIC	2001	JIV-SM	S. Miguel	Torneio Olímpico Jovem dos Açores	A. Heroísmo	14.05	2
28.35,05	Inês Cunha	INIC	2002	CARDES	Viseu	Torneio Olímpico Jovem	Viseu	21.05	1

4Km Marcha estrada

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
22.08	E Catarina Santos	INIC	2001	SCP	Lisboa	Torneio Marchador Jovem	Batalha	27.02	1
22.20	E Mariana Lopes	INIC	2002	CDCD	Porto	Torneio Marchador Jovem	Batalha	27.02	2
22.43	E Raquel Pimentel	INIC	2001	CDCD	Porto	Torneio Marchador Jovem	Batalha	27.02	3
23.14	E Ana Catarina Mestre	INIC	2002	COP	Algarve	Torneio Marchador Jovem	Batalha	27.02	4
23.45	E Hirondina Casal	INIC	2001	CNRM	Santarém	Torneio Marchador Jovem	Batalha	27.02	5
24.07	E Ana Vicente	INIC	2001	COP	Algarve	Torneio Marchador Jovem	Batalha	27.02	6
24.28	E Sofia Marques	INIC	2002	COP	Algarve	Torneio Marchador Jovem	Batalha	27.02	7
24.36	E Ana Azevedo	INIC	2001	GDPCD	Setúbal	Campeonato de Marcha	B. Banheira	27.02	2
24.54	E Bruna Marques	INIC	2002	CFOD	Porto	Torneio Marchador Jovem	Batalha	27.02	8
25.07	E Leonor Reis	INIC	2002	CAOB	Leiria	Torneio Marchador Jovem	Batalha	27.02	9
25.57	E Catarina Costa	INIC	2002	GACV	Leiria	Torneio Marchador Jovem	Batalha	27.02	10

COMPRIMENTO

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
5,51	0,5	Eduarda Ferreira	INIC	2001	JV	Leiria	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	1
5,30	0,3	Cristiana Bernardo	INIC	2001	SLB	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	1
5,30	0,4	Juliana Guerreiro	INIC	2001	CBF	Algarve	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	2
5,21	0,0	Margarida Figueiredo	INIC	2001	SVB	Viseu	Campeonato Regional D. Escolar	M. Grande	06.05	1
5,16	2,0	Sara Seabra	INIC	2001	GS	Coimbra	Campeonato de Iniciados	Febres	05.06	1
5,09	1,3	Alexandra Silva	INIC	2001	CSM	Madeira	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	7
5,09	1,0	Carla Rodrigues	INIC	2002	SLB	Lisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	25.06	1
5,08	0,8	Mariana Bento	INIC	2001	SCP	Lisboa	Torneio de Encerramento	Lisboa (I)	13.07	3 t
5,05	0,3	Carla Jesus	INIC	2001	GDC	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	22.05	1
5,04	0,0	Ana Leite	INIC	2001	MAC	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	1
5,02	-1,1	Milena Lucena	INIC	2002	GDE	Madeira	Provas Extra	Ribeira Brava	02.07	1
4,99	pc	Margarida Silva	INIC	2002	AEMOURE	Braga	Torneio Inter Escolas Pista Coberta	Braga	19.02	1
4,99	1,2	Sofia Rodrigues	INIC	2002	EBMDS	Lisboa	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (I)	29.04	1
4,92	pc	Maria Inês Teixeira	INIC	2002	CAMG	Leiria	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	TRI
4,92	-1,0	Nádia Silva	INIC	2002	CFOD	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	1 t
4,90	2,0	Carolina Neves	INIC	2001	GAF	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	10.07	1
4,87	-0,1	Mariana Costa	INIC	2001	PALME	Braga	Torneio Olímpico Jovem	Braga	22.05	1
4,86	1,0	Maria Esteves	INIC	2001	CAMG	Leiria	Meeting Jovem CAMG	Marinha Grande	21.05	3

4,83	-1,1	Francisca Monteiro	INIC	2001	CSGAIA	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	2
4,83	0,1	Rita Aparício	INIC	2002	SCP	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	3
4,81	-0,5	Jerusa Semedo	INIC	2001	JUNI	Braga	Torneio Olímpico Jovem	Braga	22.05	2
4,81	1,3	Beatriz Monteiro	INIC	2001	ACRDE	Aveiro	Campeonato de Iniciados	Aveiro	29.05	1
4,80	1,9	Mainara Silva	INIC	2002	ACM-A	Terceira	Campeonato dos Açores	Ponta Delgada	19.06	3 t
4,78	0,8	Leonor Tiago	INIC	2002	CDRR	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	22.05	2
4,76	1,8	Inês Pires	INIC	2000	DCB	C. Branco	Provas Extra	Covilhã	09.01	1

QUADRUPLO SALTO

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
13,65	1,9	Nádia Silva	INIC	2002	CFOD	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	29.05	1
13,54	1,4	Ana Leite	INIC	2001	MAC	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	29.05	2
13,23	0,0	Cristiana Bernardo	INIC	2001	SLB	Lisboa	Provas extra	Lisboa (AL)	12.02	1
13,02	-1,6	Ana Mestre	INIC	2002	COP	Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Faro	29.05	1
12,90	1,2	Alexandre Silva	INIC	2001	CSM	Madeira	Campeonato de Iniciados	Ribeira Brava	10.07	1
12,87	-1,6	Beatriz Melo	INIC	2001	ACRDE	Aveiro	Campeonato de Iniciados	Aveiro	28.05	1
12,45	1,3	Catarina Pinho	INIC	2001	CFOD	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	29.05	3
12,41	-2,1	Francisca Monteiro	INIC	2001	CSGAIA	Porto	Provas Extra	Póvoa Varzim	20.02	2
12,11	0,9	Eva Peixinho	INIC	2002	A 20 Km	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	09.07	1
12,01	1,3	Mariana Truta	INIC	2002	CFOD	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	29.05	4
11,80	0,2	Inês Pires	INIC	2002	DCB	C. Branco	Provas Extra	C. Branco	25.06	1
11,76	-2,0	Inês Oliveira	INIC	2001	GRECAS	Aveiro	Campeonato de Iniciados	Aveiro	28.05	2
11,59	-1,0	Daniela Silva	INIC	2002	DCB	C. Branco	Provas Extra	C. Branco	25.06	2
11,52	-2,1	Catarina Candeias	INIC	2001	CBF	Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Faro	29.05	2
11,50	1,7	Antónia Herbert	INIC	2002	EMOV	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	29.05	5
11,45	0,7	Ana Isabel Alves	INIC	2001	CNRM	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	09.07	4
11,35	-1,9	Margarida Roxo	INIC	2002	SFAD	Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Faro	29.05	3
11,31	pc	Maria Santos	INIC	2002	LAVRA	Porto	Provas de Preparação	Braga	07.02	2
11,27	0,5	Filipa Monteiro	INIC	2002	ACPV	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	29.05	7
11,26	-1,6	Ana Nadais	INIC	2001	CFOD	Porto	Provas Extra	Póvoa Varzim	20.02	5
11,15	0,2	Célia Góis	INIC	2001	ADRAP	Madeira	Campeonato de Iniciados	Ribeira Brava	10.07	2
11,11	1,8	Filipa Diamantino	INIC	2002	CDCD	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	29.05	8
11,01	1,5	Ana Pinto	INIC	2001	SUOVAIS	Coimbra	Campeonato de Iniciados	Febres	04.06	1

ALTURA

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS	
1,56	Ana Leite	INIC	2001	MAC	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	1	
1,54	Eduarda Ferreira	INIC	2001	JV	Leiria	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	1	
1,53	Inês Pires	INIC	2002	DCB	C. Branco	3º Meeting da Covilhã	Covilhã	06.06	1	
1,52	pc	Elena Furk	INF	2003	ACM-A	Terceira	Salto em Altura em Sala	A. Heroísmo	27.02	1
1,51	Sofia Guedes	INIC	2001	CDQ	Algarve	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	2	
1,48	Milena Lucena	INIC	2002	GDE	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 2ª Jornada	Machico	30.04	1	
1,47	Carla Rodrigues	INIC	2002	SLB	Lisboa	Torneio Preparação Jovem	Lisboa (AL)	17.01	2 t	
1,47	Margarida Mota	INIC	2002	UFCT	Santarém	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	Extra	
1,45	Nádia Silva	INIC	2002	CFOD	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	2	
1,45	Ana Morais	INIC	2002	BNSC	Beja	Torneio Olímpico Jovem	Vendas Novas	26.05	Extra	
1,45	Raquel Oliveira	INIC	2002	AACC	Setúbal	Torneio Atleta Completo	Almada	09.07	HEP	
1,43	Beatriz Cruz	INIC	2001	SLB	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	1	
1,43	Leonor Tiago	INIC	2002	CDRR	Setúbal	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	5	
1,43	Rosa Djombate - GBS	INIC	2002	CASM	Lisboa	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	5	
1,42	Ana Nadais	INIC	2001	CFOD	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	3	
1,42	Adriana Casimiro	INIC	2001	CDFXXI	Algarve	Provas de Preparação	Quarteira	24.06	4 t	
1,41	Beatriz Costa	INIC	2001	GRECAS	Aveiro	Campeonato de Iniciados	Aveiro	28.05	1	
1,41	Beatriz Melo	INIC	2001	ACRDE	Aveiro	Campeonato de Iniciados	Aveiro	28.05	2	
1,40	Cristiana Bernardo	INIC	2001	SLB	Lisboa	Torneio Atleta Completo	Lisboa (AL)	02.04	HEP	
1,40	Mariana Bento	INIC	2001	SCP	Lisboa	Torneio de Preparação Jovem	Lisboa (AL)	23.04	1	
1,40	Ana Pinto	INIC	2001	SUOVAIS	Coimbra	Campeonato de Iniciados	Febres	04.06	1	
1,40	Beatriz Carvalho	INIC	2001	SLB	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	2	
1,40	Cristiana Duarte	INIC	2001	SVB	Viseu	Torneio Olímpico Jovem	Viseu	21.05	1	
1,40	Tamara Antunes	INF	2003	SLB	Lisboa	Campeonato de Infantis	Lisboa (AL)	21.05	1	

VARA

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
2,80	Mara Magro	INIC	2002	GDIS	Setúbal	Provas de Observação	Setúbal	24.06	1
2,40	Sofia Gonçalves	INIC	2001	A 20 Km	Santarém	Campeonato de Juvenis	Fátima	26.06	1
2,35	Carlota Gonçalves	INIC	2001	UFCT	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	7 t
2,20	Mariana Guimarães	INIC	2002	GDIS	Setúbal	Taça Regional de Saltos	Seixal	30.04	2
2,20	Mafalda Teixeira	INIC	2001	BA	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.08	3 t
2,10	Francisca Monteiro	INIC	2001	CSGAIA	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	29.05	1
2,10	Clara Pinto	INIC	2001	BA	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	5 t
2,10	Diana Andrade	INIC	2001	ACDSJ	Madeira	Campeonato de Iniciados	Ribeira Brava	09.07	1
1,90	pc Tatiana Gonçalves	INIC	2001	A 20 Km	Santarém	Campeonato Juvenis Pista Coberta	Alpiarça	03.01	2
1,90	Sofia Lavreshina	INF	2003	ACV	Leiria	Meeting Jovem do AC Vermoil	Pombal	25.04	3 t
1,90	Catarina Pinto	INF	2003	AJS	Madeira	Campeonato de Iniciados	Ribeira Brava	09.07	1 t

PESO (3 kg)

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
12,49	Carolina Fernandes	INIC	2001	SUOVAIS	Coimbra	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	1 t
12,01	Eva Gonçalves	INIC	2002	NAC	Aveiro	Ccampeonato de Juvenis	Vagos	14.05	1 t
11,81	Bárbara Bica	INIC	2001	CSGAIA	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	1
10,72	Andreia Nunes	INIC	2001		Leiria	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (I)	29.04	1
10,70	Eduarda Ferreira	INIC	2001	JV	Leiria	Meeting Internacional Lançamentos	Leiria	23.07	2
10,50	Mariana Bento	INIC	2001	SCP	Lisboa	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	5
10,44	Beatriz Monteiro	INIC	2001	ACRDE	Aveiro	Provas Extra	Febres	25.06	Extra
10,32	Laura Monteiro	INIC	2001	JV	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	19.06	2 t
10,30	Filipa Afonso	INF	2003	AEAC	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio MAlor	09.07	1 t
10,28	Sofia Gonçalves	INIC	2001	A 20 Km	Santarém	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	6
10,26	Sabrina Moniz	INIC	2001	JIV-SM	S. Miguel	Campeonato dos Açores	Ponta Delgada	18.06	3 t
10,25	Helena Correia	INIC	2001	CASM	Lisboa	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (I)	29.04	2
10,23	Camila Carreira	INIC	2002	JV	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	19.06	3 t
10,14	Inês Madeira	INIC	2001	CAT	Terceira	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	7
9,98	Leticia Lopes	INF	2004	CDQ	Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Faro	29.05	1 t
9,96	Carla Rodrigues	INIC	2002	SLB	Lisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	26.06	2
9,95	Maria Inês Diogo	INIC	2002	SAF	Setúbal	Meeting de Encerramento	Almada	26.06	1
9,79	Carlota Ribeiro	INIC	2002	JUNI	Braga	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	8
9,69	Margarida Castelinho	INIC	2002	EBJR	Portalegre	Torneio Olímpico Jovem	Castelo Vide	21.05	1
9,67	Alexandra Ribeiro	INIC	2001	BNSC	Beja	Provas Extra	Castro Verde	17.04	1
9,66	Patrícia Valente	INIC	2002	ADCL	V. Castelo	Torneio de Lançamentos	Cerveira	09.04	3
9,55	Aleida Mendes - CPV	INIC	2001	SLB	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	3 t
9,54	Mariana Marques	INF	2004	SCA	Santarém	Meeting Internacional Lançamentos	Leiria	23.07	4 t
9,47	Hellen Gonçalves - BRA	INIC	2001	ACRM	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	4 t
9,45	Bárbara Beijinha	INIC	2001	CABB	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	21.05	2

DISCO (0,750 kg)

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
43,95	Eva Gonçalves	INIC	2002	NAC	Aveiro	Torneio de Encerramento	Vagos	23.07	1
35,05	Margarida Feliciano	INIC	2001	JOMA	Lisboa	Meeting Internacional Lançamentos	Leiria	23.07	1
33,88	Bárbara Bica	INIC	2001	CSGAIA	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	1
32,13	Laura Monteiro	INIC	2001	JV	Leiria	Meeting Internacional Lançamentos	Leiria	23.07	2
30,29	Camila Carreira	INIC	2002	JV	Leiria	Meeting Internacional Lançamentos	Leiria	23.07	3
29,10	* Inês Diogo	INIC	2002	SAF	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	15.05	3 t
28,46	* Carolina Fernandes	INIC	2001	SUOVAIS	Coimbra	Campeonato de Juvenis	Vagos	15.05	2 t
28,04	Francisca Monteiro	INIC	2001	CSGAIA	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	2
25,80	Mariana Freitas	INIC	2002	SUOVAIS	Coimbra	Campeonato de iniciados	Febres	05.06	2
25,34	Natacha Espirito Santo	INIC	2002	ADRAP	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 2ª Jornada	Funchal	30.04	1
25,13	* Sofia Gonçalves	INIC	2001	CLAC	Santarém	Campeonato Lançamentos Inverno	Fátima	06.02	2 t
25,10	* Mariana Merineanu	INIC	2001	SAF	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	15.05	4 t
25,03	Aleida Mendes - CPV	INIC	2001	SLB	Lisboa	Torneio de Preparação Jovem	Lisboa (AL)	23.04	1
24,59	Cristiana Vieira	INIC	2001	CDQ	Algarve	Meeting do Clube Atletismo Tunes	Lagoa	02.04	1
24,59	Leticia Lopes	INF	2004	CDQ	Algarve	Torneio Regional de Infantis	Lagos	12.06	1
24,30	Petra Sousa	INIC	2001	JAM	Aveiro	Campeonato de Iniciados	Aveiro	29.05	2

24,05	Micaela Jesus	INIC	2001	CSM	Madeira	Campeonato de Iniciados	Funchal	09.07	1
23,75	Sofia Cordeiro	INIC	2001	JAM	Aveiro	Campeonato de Iniciados	Aveiro	29.05	3
23,73	Francisca Veiga	INF	2003	AMONT	Braga	Campeonato de Iniciados	Braga	08.05	1 t
23,67	Hellen Gonçalves - BRA	INIC	2001	ACRM	Lisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	25.06	2
23,56	Elena Furk	INF	2003	ACM-A	Terceira	Campeonato de Iniciados	A. Heroísmo	04.06	1
23,51	Carlota Ribeiro	INIC	2002	JUNI	Braga	Campeonato de Iniciados	Braga	08.05	2
23,49	Raquel Ferreira	INIC	2001	ACDSJ	Madeira	Campeonato de Iniciados	Funchal	09.07	2
23,33	Soraia Freitas	INIC	2001	LAVRA	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	3
22,78	Maria Viegas	INIC	2001	ACDC	Setúbal	Campeonato Iniciados - 1ª jornada	Almada	20.03	2

MARTELO (3 kg)

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
43,83	Vera Martins	INIC	2002	ADCL	V. Castelo	Campeonato de Juvenis	Viana Castelo	04.06	1 t
43,66	Eva Gonçalves	INIC	2002	NAC	Aveiro	Torneio de Vagos	Vagos	16.07	1
43,44	Laura Monteiro	INIC	2001	JV	Leiria	Meeting Internacional Lançamentos	Leiria	24.07	5 t
38,38	Sofia Pereira	INIC	2002	ACV	Leiria	Meeting Internacional Lançamentos	Leiria	24.07	6 t
37,26	Sofia Barbosa	INIC	2001	ADCL	V. Castelo	Jornada de Lançamentos 6	Cerveira	06.07	3
37,20	Carolina Fernandes	INIC	2001	SUOVAIS	Coimbra	Campeonato de Iniciados	Febres	05.06	1
35,84	Bárbara Bica	INIC	2001	CSGAIA	Porto	Torneio Lançamentos Jovens	Porto	05.03	1
35,07	Margarida Feliciano	INIC	2001	JOMA	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	11 t
32,60	Inês Madeira	INIC	2001	CAT	Terceira	Campeonato dos Açores	Ponta Delgada	19.06	1 t
30,28	Quésia Reis - BRA	INIC	2001	GDC	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	15.05	3 t
29,43	Camila Carreira	INIC	2002	JV	Leiria	Jornada de Lançamentos 1	Leiria	05.03	4 t
28,42	Beatriz Vieira	INIC	2002	ADCL	V. Castelo	Jornada de Lançamentos 2	Lovelhe	06.02	4
26,78	Catarina Pinho	INIC	2001	CFOD	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	2
26,39	Hellen Gonçalves - BRA	INIC	2001	ACRM	Lisboa	Regional de Lançamentos 2	Lisboa (AL)	20.02	2
26,32	Inês Diogo	INIC	2002	SAF	Setúbal	Campeonato de Iniciados - 2ª jornada	Almada	10.04	2
25,98	Petra Sousa	INIC	2001	JAM	Aveiro	Campeonato de Iniciados	Aveiro	29.05	2
25,80	Mara Magro	INIC	2002	GDIS	Setúbal	Torneio Lançamentos Laranja	Almada	26.05	1
25,61	Joana Araújo	INIC	2001	ADCL	V. Castelo	Campeonato de Juvenis	Viana Castelo	04.06	6 t
25,60	Andreia Laureano	INIC	2001	BAC	Beja	Campeonato Lançamentos Inverno	Castro Verde	06.02	1
25,43	Beatriz Pires	INIC	2001	BAC	Beja	Campeonato de Infantis	Castro Verde	04.06	1
25,38	Soraia Freitas	INIC	2001	LAVRA	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	3
24,99	Nádia Silva	INIC	2002	CFOD	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	4
24,95	Patrícia Valente	INIC	2002	ADCL	V. Castelo	Campeonato de Iniciados	Viana Castelo	07.05	3
24,19	Micaela Jesus	INIC	2001	CSM	Madeira	Campeonato de Juvenis	Funchal	04.06	4 t
24,07	Bárbara Simões	INIC	2001	ADCL	V. Castelo	Campeonato de Jue	Viana Castelo	04.06	7 t

DARDO (500 g)

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
38,60	Bárbara Bica	INIC	2001	CSGAIA	Porto	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	1
35,59	Sofia Cordeiro	INIC	2001	JAM	Aveiro	Provas Extra	Febress	25.06	Extra
34,19	Raquel Ferreira	INIC	2001	ACDSJ	Madeira	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	4 t
33,37	Sofia Gonçalves	INIC	2001	A 20 Km	Santarém	3º Meeting de Cantanhede	Febres	23.04	2
33,26	Francisca Monteiro	INIC	2001	CSGAIA	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	7 t
32,25	Cristiana Vieira	INIC	2001	CDQ	Algarve	Taça ADECT	Quarteira	09.04	1
30,61	Petra Sousa	INIC	2001	JAM	Aveiro	Torneio de Encerramento	Vagos	23.07	1 t
28,39	Maria Viegas	INIC	2001	ACDC	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	22.05	1
27,08	Tatiana Gonçalves	INIC	2001	A 20 Km	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	09.07	1
26,89	Mara Magro	INIC	2002	GDIS	Setúbal	Torneio Atleta Completo	Almada	09.07	HEP
26,23	Mariana Bento	INIC	2001	SCP	Lisboa	Torneio Atleta Completo	Lisboa (AL)	02.04	HEP
26,22	Rafaela Aleixo	INIC	2002	CAS	Guarda	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	5
25,22	Sarah Ferreira	INIC	2001	SLB-F	Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Quarteira	28.05	2
25,21	Camila Carreira	INIC	2002	JV	Leiria	Jornada de Lançamentos 6	Leiria	06.07	2 t
25,10	Alice Silva	INIC	2002	IND-ST	Setúbal	Campeonato Iniciados (3ª Jornada)	Almada	04.06	2
25,09	Beatriz Gomes	INIC	2002	JV	Leiria	Torneio do Verão	Leiria	21.06	1
24,85	Filipa Afonso	INF	2003	AEAC	Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	09.07	2 t
24,60	Sabrina Moniz	INIC	2001	JIV-SM	S. Miguel	Campeonato dos Açores	Ponta Delgada	18.06	2 t
24,54	Soraia Lavandeira	INIC	2001	JUNI	Braga	Campeonato de Juvenis	Braga	08.06	1 t
24,39	Carlota Ribeiro	INIC	2002	JUNI	Braga	Campeonato de Juvenis	Braga	08.06	2 t
24,21	Cristiana Duarte	INIC	2001	SVB	Viseu	Torneio Atleta Completo	Viseu	11.07	HEP
24,18	Rita Pascoal	INIC	2001	CBF	Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Quarteira	28.05	3

24,15	Carolina Patrício	INIC	2001	JV	Leiria	3º Meeting de Cantanhede	Febres	23.04	4
24,15	Margarida Feliciano	INIC	2001	JOMA	Lisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	26.06	HEP
23,81	Margarida Castelinho	INIC	2002	EBJR	Portalegre	Torneio Atleta Completo	Elvas	30.04	8

TRIATLO

60m Barreiras - Peso - Comprimento

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
1274	pc	Cristiana Bernardo	INIC	2001	SLB	Lisboa	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	6
1276	1,1	Cristiana Duarte	INIC	2001	SVB	Viseu	Triatlo Técnico Jovem	Viseu	20.02	1
1286	pc	Sarta Sani - GBS	INIC	2002	JV	Leiria	Triatlo Técnico Distrital	Pombal	13.02	4
1300	pc	Avelina Liandro	INIC	2002		Beja	Triatlo Técnico Inter Associações	Alpiarça	19.03	3
1327	pc	Jerusa Semedo	INIC	2001	JUNI	Braga	Triatlo Técnico Jovem	Braga	20.02	2
1331	-0,4	Alexandra Silva	INIC	2001	CSM	Madeira	Triatlo Jovem	Ribeira Brava	27.02	3
1334	pc	Maria Esteves	INIC	2001	CAMG	Leiria	Triatlo Técnico Distrital	Pombal	13.02	2
1353	-1,3	Ema Carvão	INIC	2001	AJS	Madeira	Triatlo Jovem	Ribeira Brava	27.02	2
1365	0,0	Nádia Silva	INIC	2002	CFOD	Porto	Triatlo Técnico	Povoa Varzim	20.02	4
1397	pc	Inês Pires	INIC	2002	DCB	C. Branco	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	5
1405	0,0	Maria Santos	INIC	2002	LAVRA	Porto	Triatlo Técnico	Povoa Varzim	20.02	3
1405	pc	Tatiana Chambel	INIC	2001		Portalegre	Triatlo Técnico Inter Associações	Alpiarça	19.03	2
1405	pc	Maria Inês Teixeira	INIC	2002	CAMG	Leiria	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	
1411	pc	Carlota Ribeiro	INIC	2002	JUNI	Braga	Triatlo Técnico Jovem	Braga	20.02	1
1432	0,7	Margarida Figueiredo	INIC	2001	SVB	Viseu	Triatlo Técnico Jovem	Viseu	20.02	1
1478	-1,7	Carla Rodrigues	INIC	2002	SLB	Lisboa	Triatlo Técnico Regional	Lisboa (AL)	06.02	2
1499	0,5	Milena Lucena	INIC	2002	GDE	Madeira	Triatlo Jovem	Ribeira Brava	27.02	1
1521	-1,7	Beatriz Monteiro	INIC	2001	ACRDE	Aveiro	Triatlo Técnico	Aveiro	24.01	1
1547	pc	Tatiana Gonçalves	INIC	2001	A 20 Km	Santarém	Triatlo Técnico Inter Associações	Alpiarça	19.03	1
1554	pc	Carolina Neves	INIC	2001	GAF	Santarém	Triatlo Técnico Jovem	Alpiarça	30.01	1
1583	0,0	Francisca Monteiro	INIC	2001	MAC	Porto	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	4
1591	-0,4	Carla Jesus	INIC	2001	GDC	Setúbal	Triatlo Técnico	Seixal	03.01	1
1649	pc	Ana Leite	INIC	2001	MAC	Porto	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	2
1783	pc	Mariana Bento	INIC	2001	SCP	Lisboa	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	1
1882	pc	Eduarda Ferreira	INIC	2001	JV	Leiria	Triatlo Técnico Distrital	Pombal	13.02	1

HEPTATLO

80m Barreiras - Dardo - Altura / 80m - Comprimento - Peso - 800m

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
3862	1,2	Eduarda Ferreira	INIC	2001	JV	Leiria	Torneio Atleta Completo	Pombal	01.05	1
3640	-3,4	Mariana Bento	INIC	2001	SCP	Lisboa	Torneio Atleta Completo	Lisboa (AL)	03.04	1
3491	1,9	Inês Pires	INIC	2002	DCB	C. Branco	Campeonato Provas Combinadas	Fátima	03.07	Extra
3453	-3,3	Carla Rodrigues	INIC	2001	SLB	Lisboa	Torneio Atleta Completo	Lisboa (AL)	03.04	2
3360	-1,7	Ana Leite	INIC	2001	MAC	Porto	Torneio Atleta Completo	Póvoa Varzim	03.04	1
3262	-1,8	Sara Moreira	INIC	2001	ARLVG	Porto	Torneio Atleta Completo	Póvoa Varzim	03.04	2
3261	0,9	Margarida Figueiredo	INIC	2001	SVB	Viseu	Torneio Atleta Completo	Viseu	12.07	1
3256	0,1	Francisca Monteiro	INIC	2001	CAGAIA	Porto	Torneio Atleta Completo	Braga	10.04	Extra
3247	-4,0	Mafalda Marques	INIC	2001	SLB	Lisboa	Torneio Atleta Completo	Lisboa (AL)	03.04	3
3235	-2,2	Ana Costa	INIC	2002	CAT-P	Porto	Torneio Atleta Completo	Póvoa Varzim	03.04	3
3096	0,8	Débora Esteves	INIC	2002	AGV	Viseu	Torneio Atleta Completo	Viseu	12.07	2
3082	-0,8	Inês Santos	INIC	2002	CPPEA	Setúbal	Torneio Atleta Completo	Almada	10.07	1
3023	1,7	Alexandra Silva	INIC	2001	CSM	Madeira	Torneio Atleta Completo	Ribeira Brava	24.04	1
3018	-4,1	Mariana Fernandes	INIC	2001	SLB	Lisboa	Torneio Atleta Completo	Lisboa (AL)	03.04	4
3011	0,8	Cristiana Duarte	INIC	2001	SVB	Viseu	Torneio Atleta Completo	Viseu	12.07	3
3007	-0,5	Beatriz Monteiro	INIC	2001	ACRDE	Aveiro	Torneio Atleta Completo	Aveiro	10.04	1
2991	1,4	Ema Carvão	INIC	2001	AJS	Madeira	Torneio Atleta Completo	Ribeira Brava	24.04	2
2959	-1,0	Mara Magro	INIC	2002	GDIS	Setúbal	Torneio Atleta Completo	Almada	10.07	2
2958	0,6	Mainara Silva	INIC	2002	ACM-A	Terceira	Torneio Regional Atleta Completo	Ponta Delgada	24.04	1
2955	1,3	Milena Lucena	INIC	2002	GDE	Madeira	Torneio Atleta Completo	Ribeira Brava	24.04	3
2940	-0,9	Bárbara Beijinha	INIC	2001	CABB	Setúbal	Torneio Atleta Completo	Almada	10.07	3
2890	0,4	Sabrina Moniz	INIC	2001	JIV-SM	S. Miguel	Torneio Regional Atleta Completo	Ponta Delgada	24.04	2
2885	1,9	Laura Ramos	INIC	2002	CPRAB	Leiria	Torneio Atleta Completo	Pombal	01.05	4
2873	1,8	Margarida Mota	INIC	2002	UFCT	Santarém	Campeonato Provas Combinadas	Fátima	03.07	1
2867	0,4	Avelina Liandro - ANG	INIC	2002	JDN	Beja	Torneio Atleta Completo	Odemira	01.05	1

4 x 80 metros

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
41,89	M. Alves - M. Santos - A. Leite - S. Moreira	AAP			Porto	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	1 S 3
42,02	B. Cruz - C. Bernardo - J. Veiga - B. Andrade	AAL			Lisboa	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	1 S 4
42,03	C. Góis - E. Carvão - A. Silva - M. Lucena	AARAM			Madeira	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	2 S 3
42,15	I. Diogo - C. Jesus - L. Tiago - N. Delphine	ASAS			Setúbal	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	1 S 2
42,76	M. Fernandes - R. Djombate - C. Rod. - D. Amaral	SEL-DE			-	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	3 S 2
42,82	M. Truta - C. Pinho - A. Nadais - N. Silva	CFOD			Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	2
42,97	C. Neves - S. Gonçalves - T. Gonç. - M. Silva	AAS			Santarém	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	4 S 2
43,03	B. Melo - B. Monteiro - B. Costa - S. Almeida	AAA			Aveiro	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	2 S 2
43,05	R. Magalhães - T. Sá - C. Teixeira - A. Costa	CAT-P			Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	1 S 1
43,46	D. Lopes - J. Guerreiro - L. Lopes - I. Farias	AALG			Algarve	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	5 S 2
43,50	M. Barros - V. Pedreira - M. Pedreira - C. Penedas	CAAV			V. Castelo	Campeonato de Estafetas	Viana Castelo	20.07	1
43,53	L. Sarmiento - M. Neto - J. Pinto - L. Antunes	SCP			Lisboa	Campeonato de Iniciados	Lisboa (AL)	25.06	1
43,78	A. Pereira - M. Martins - N. Delphine - I. Santos	CPPEA			Setúbal	Campeonato Iniciados (3ª Jornada)	Almada	04.06	1
43,81	D. Semedo - F. Machado - L. Lopes - I. Farias	COP			Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Faro	29.05	1 S 2
43,82	M. Silva - C. Oliveira - L. Libano - I. Santos	AEAC			Santarém	Torneio Olímpico Jovem	Abrantes	14.05	1
43,85	J. Palma - J. Guerreiro - B. Magalhães - S. Alves	CBF			Algarve	Torneio Regional de Iniciados	Faro	29.05	2 S 2
43,89	C. Guerra - J. Degardin - D. Silva - D. Barata	AACB			C. Branco	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	3 S 2
43,92	M. Silva - L. Libano - C. Stoffel - M. Patrício	AEAC			Santarém	Campeonato de Iniciados	Rio Maior	09.07	1
43,95	R. Amado - B. Santos - F. Reis - S. Seabra	ADAC			Coimbra	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	4 S 2
43,99	A. Mano - M. Marques - D. Esteves - M. Figueira	AAV			Viseu	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	5 S 2
43,99	E. Teixeira - S. Câmara - A. Ferreira - M. Lucena	GDE			Madeira	Campeonato de Estafetas	Ribeira Brava	13.07	1
44,14	E. Ribeiro - L. Sotomayor - S. Aguiar - A. Leite	MAC			Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	3
44,18	R. Lopes - F. Araújo - S. Rodrigues - A. Oliveira	EBMDS			Lisboa	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (I)	29.04	1
44,39	B. Agostinho - N. Ferro - A. Liandro - R. Capitão	AABJ			Beja	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	1 S 1
44,51	I. Madeira - E. Soares - V. Corvelo - C. Abano	AÇORES			-	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	2 S 1