

**OS MELHORES DO ANO 2017
JUNIORES FEMININOS**

Marcas de 1 de Janeiro a 21 de Junho de 2017

100 metros

CNJ: 13,04 / CEJ: 12,00 - RN: 11,52

| MARCA | V | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|--------------|------|-----------------------|-----|------|---------|------------|-------------------------------------|---------------|-------|----------|
| 11,80 | 1,9 | Rosalina Santos - RSA | JUN | 1998 | GDE | Madeira | Torneio Olímpico Jovem - 2ª Jornada | Ribeira Brava | 06.05 | 1 PE 1 t |
| 11,96 | 1,9 | Rosalina Santos | | | | | Torneio Olímpico Jovem - 1ª Jornada | Ribeira Brava | 22.04 | 1 PE 2 |
| 11,97 | 0,5 | Rosalina Santos | | | | | 2ª Noite Quente | Maia | 14.06 | 1 S 1 t |
| 12,36 | 1,1 | Jéssica Neto | JUN | 1999 | SCB | Braga | Campeonato Juniores do Norte | Braga | 17.06 | 1 EI 4 |
| 12,42 | 1,3 | Joana Carlos | JUN | 1999 | JV | Leiria | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Fátima | 27.05 | 1 S 4 t |
| 12,53 | 0,4 | Jéssica Neto | | | | | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Guimarães | 27.05 | 1 S 2 t |
| 12,62 | 1,0 | Rita Pais de Faria | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Meeting Vítor Tavares | Faro | 13.05 | 5 F t |
| 12,67 | -1,0 | Jéssica Neto | | | | | Campeonato Juniores do Norte | Braga | 17.06 | 2 F t |
| 12,71 | -0,7 | Vitória Monteiro | JUN | 1999 | AAPL | Setúbal | Provas extra | Almada | 06.05 | 1 |
| 12,81 | -0,5 | Rafaela Hora | JUN | 1998 | LAVRA | Porto | 2ª Noite Quente | Maia | 14.06 | 1 S 2 t |
| 12,83 | 1,1 | Rute Mota | JUN | 1999 | GAUB | Leiria | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Fátima | 27.05 | 2 PE 3 t |
| 12,86 | -2,3 | Catarina Fonseca | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Meeting de Lisboa | Lisboa (I) | 01.05 | 4 EI 3 t |
| 12,86 | -0,5 | Catarina Queirós | JUN | 1998 | AJS | Madeira | Provas extra | Braga | 13.05 | 1 |
| 12,87 | -1,0 | Carolina Narciso | JUN | 1999 | CSM | Madeira | Meeting de Lisboa | Lisboa (I) | 01.05 | 4 EI 2 t |
| 12,92 | -1,0 | Fátima Coutinho | JUN | 1999 | CAM-VC | V. Castelo | Campeonato Juniores do Norte | Braga | 18.06 | 4 F |
| 12,94 | 1,3 | Elisabete Silva | JUN | 1998 | UCE | Coimbra | Torneio do Luso | Luso | 22.04 | 1 S 1 t |
| 12,96 | -0,1 | Gisela Cruz | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Regional Escolar | Lisboa (I) | 26.04 | 4 F |
| 12,97 | 1,7 | Renata Rocha | JUN | 1999 | GDE | Madeira | Torneio Olímpico Jovem - 2ª Jornada | Ribeira Brava | 06.05 | 4 PE 1 t |
| 13,00 | 0,1 | Ana Moreira | JUN | 1998 | JV | Leiria | Meeting Vítor Tavares | Faro | 13.05 | 3 EI 1 t |
| 13,00 | 0,5 | Cátia Rodrigues | JUN | 1999 | ADREP | Aveiro | 2ª Noite Quente | Maia | 14.06 | 3 S 1 t |
| 13,03 | 0,5 | Maria João Silva | JUN | 1998 | MAC | Porto | 2ª Noite Quente | Maia | 14.06 | 4 s 1 t |
| 13,13 | 0,0 | Francisca Cantante | JUN | 1999 | GS | Coimbra | Campeonato Desporto Escolar | Coimbra | 04.04 | 2 S 1 |
| 13,13 | -0,2 | Rita Vasco | JUN | 1998 | A 20 Km | Santarém | Campeonato Absoluto de Santarém | Abrantes | 20.05 | 1 F |
| 13,15 | | | | | | | | | | |
| 12,35 | 2,8 | Jéssica Neto | JUN | 1999 | SCB | Braga | Campeonato de Portugal | Vagos | 10.06 | 5 EI 2 t |
| 12,38 | 3,5 | Joana Carlos | JUN | 1999 | JV | Leiria | Meeting de Salamanca | Salamaca-ESP | 03.06 | 6 EI 2 t |
| 12,38 | 2,8 | Rita Pais de Faria | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato de Portugal | Vagos | 10.06 | 6 EI 2 t |
| 12,84 | 2,8 | Fátima Coutinho | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato de Portugal | Vagos | 10.06 | 7 EI 2 t |

200 metros

CNJ: 26,94 / CEJ: 24,60 - RN: 23,26

| MARCA | V | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|------|------------------------|-----|------|-------|---------|-------------------------------------|---------------|-------|----------|
| 23,97 | 0,1 | Marisa Vaz Carvalho | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | 2º SL Benfica Athletics Meeting | Lisboa (I) | 17.06 | 2 S 1 t |
| 24,19 | 0,3 | Rosalina Santos - RSA | JUN | 1998 | GDE | Madeira | 2º SL Benfica Athletics Meeting | Lisboa (I) | 17.06 | 1 S 2 t |
| 24,53 | 0,1 | Carina Vanessa Pereira | JUN | 1998 | SLB | Lisboa | 2º SL Benfica Athletics Meeting | Pombal | 26.02 | 3 s 1 t |
| 24,58 | 1,1 | Carina Vanessa Pereira | | | | | Provas Extra | Torres Vedras | 18.06 | 1 S 2 t |
| 24,61 | 0,4 | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Meeting Internacional P. Combinadas | Arona - ESP | 03.06 | HEP |
| 24,74 | pc | Carina Vanessa Pereira | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 2 s 4 t |
| 24,75 | pc | Rosalina Santos | | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 2 S 4 t |
| 24,81 | -2,0 | Rosalina Santos | | | | | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Ribeira Brava | 28.05 | 1 S 9 t |
| 24,83 | 0,1 | Rosalina Santos | | | | | Campeonato Jovem de Inverno | Ribeira Brava | 15.01 | 1 |
| 24,94 | pc | Carina V. Pereira | | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 1 S 3 t |
| 25,04 | -1,9 | Rosalina Santos | | | | | Campeonato de Juniores | Ribeira Brava | 18.06 | 1 |
| 25,42 | pc | Joana Carlos | JUN | 1999 | JV | Leiria | Campeonato Nacional 1ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 1 S 1 t |
| 25,57 | pc | Joana Carlos | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 1 S 3 t |
| 25,61 | pc | Joana Carlos | | | | | Campeonato Juniores P. Coberta | Pombal | 08.01 | 1 S 6 |
| 25,64 | pc | Carina V. Pereira | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 1 S 8 |
| 25,80 | pc | Jéssica Neto | JUN | 1999 | SCB | Braga | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 2 S 3 t |
| 25,97 | pc | Bárbara Silva | JUN | 1999 | AJS | Madeira | Campeonato Nacional 1ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 2 S 1 t |
| 26,15 | 1,0 | Rafaela Hora | JUN | 1998 | LAVRA | Porto | Campeonato Juniores do Norte | Braga | 18.06 | 1 F |
| 26,19 | 0,6 | Diana Afonso | JUN | 1998 | SLB | Lisboa | Provas Extra | Torres Vedras | 18.06 | 2 S 1 t |
| 26,23 | 1,1 | Catarina Fonseca | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Provas Extra | Torres Vedras | 18.06 | 3 S 2 t |
| 26,37 | 0,6 | Gisela Cruz | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Provas Extra | Torres Vedras | 18.06 | 3 S 1 t |
| 26,43 | pc | Elisabete Silva | JUN | 1998 | UCE | Coimbra | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 22.01 | 1 S 10 t |
| 26,44 | pc | Loanne Pinto | JUN | 1999 | EMOV | Porto | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 19.02 | 3 S 2 t |

| | | | | | | | | | | |
|--------------|------|------------------------|-----|------|--------|------------|-----------------------------------|---------------|-------|---------|
| 26,48 | pc | Rita Pais de Faria | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 3 S 3 t |
| 26,63 | pc | Rute Mota | JUN | 1999 | GAUB | Leiria | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 1 S 2 t |
| 26,63 | 0,9 | Fátima Coutinho | JUN | 1999 | CAM-VC | V. Castelo | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Guimarães | 28.05 | 3 S 2 t |
| 26,64 | 1,1 | Camila Santos | JUn | 1998 | SCP | Lisboa | Provas Extra | Torres Vedras | 18.06 | 4 S 2 t |
| 26,67 | -3,0 | Vitória Monteiro | JUN | 1999 | AAPL | Setúbal | Campeonato Clubes de Verão | Almada | 10.06 | 2 S 1 t |
| 26,68 | -1,7 | Valeriya Semenikhina | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Provas Combinadas | Rio Maior | 29.04 | HEP |
| 26,72 | pc | Ana Moreira | JUN | 1998 | JV | Leiria | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 3 S 2 t |
| 26,84 | pc | Maria João Silva | JUN | 1998 | MAC | Porto | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 19.02 | 4 s 2 t |
| 26,88 | pc | Carolina Narciso | JUN | 1999 | CSM | Madeira | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 1 S 1 t |
| 27,05 | | | | | | | | | | |
| 24,44 | 3,7 | Carina Vanessa Pereira | JUN | 1998 | SLB | Lisboa | Campeonato de Portugal | Vagos | 10.06 | 3 t |
| 25,69 | 3,7 | Rita Pais de Faria | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 6 t |
| 26,09 | 2,4 | Catarina Fonseca | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato de Portugal | Vagos | 10.06 | HEP |
| 26,38 | 3,7 | Ana Moreira | JUN | 1998 | JV | Leiria | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 7 t |

400 metros

CNJ: 62,24 / CEJ: 55,80 - RN: 52,76

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM | |
|--------------|--------|------------------------|-----|-------|--------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------|---------|---------|
| 56,28 | pc | Carina Vanessa Pereira | JUN | 1998 | SLB | Lisboa | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 11.02 | 1 S 3 t |
| 56,55 | pc | Carina V. Pereira | | | | Meeting Vítor Tavares | Faro | 13.05 | 2 t | |
| 56,56 | pc | Carina V. Pereira | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 1 S 3 t | |
| 56,84 | | Carina V. Pereira | | | | Meeting de Abrantes | Abrantes | 03.06 | 1 t | |
| 57,17 | | Carina V. Pereira | | | | Campeonato de Portugal | Vagos | 24-mai | 6 S 3 t | |
| 57,34 | pc | Carina V. Pereira | | | | 11º Meeting Cidade de Pombal | Pombal | 04.02 | 2 S 2 t | |
| 57,52 | | Carina V. Pereira | | | | Provas de Preparação | Lisboa (AL) | 15.01 | 1 S 2 t | |
| 57,81 | pc | Carina V. Pereira | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 1 S 5 | |
| 58,13 | pc | Elisabete Silva | JUN | 1998 | UCE | Coimbra | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 3 S 3 t |
| 58,40 | | Rafaela Hora | JUN | 1998 | LAVRA | Porto | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Guimarães | 27.05 | 1 S 2 t |
| 58,61 | pc | Elisabete Silva | | | | Campeonato Nacional Universitário | Pombal | 05.03 | 1 S 1 t | |
| 58,68 | | Patrícia Silva | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | 6º Meeting do ACV | Pombal | 25.04 | 1 S 2 |
| 58,72 | pc | Elisabete Silva | | | | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 2 S 2 t | |
| 58,72 | pc | Elisabete Silva | | | | 11º Meeting Cidade de Pombal | Pombal | 04.02 | 3 S 2 t | |
| 58,75 | pc | Rafaela Hora | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 1 S 4 | |
| 59,80 | | Beatriz Rodrigues | JUN | 1999 | RDA | Aveiro | Provas de Preparação | Lousada | 04.06 | 1 t |
| 59,95 | | Francisca Martins | JUN | 1998 | GRECAS | Aveiro | Campeonato Nacional Universitário | Faro | 14.05 | 4 t |
| 60,54 | pc | Beatriz Rebelo | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 2 S 1 t |
| 60,58 | pc | Loanne Pinto | JUN | 1999 | EMOV | Porto | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 3 s 2 t |
| 60,62 | | Rafaela Morgado | JUN | 1998 | GDC | Setúbal | Prova Extra | Setúbal | 20.05 | 2 t |
| 60,63 | pc | Lara Glória | JUN | 1998 | CPC | Setúbal | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 3 S 1 t |
| 62,50 | | | | | | | | | | |

800 metros

CNJ: 2.24,00 / CEJ: 2.10,00 - RN: 2.02,89

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM | |
|---------|--------|---------------------|-----|-------|--------|---------------------------------|-------------------------------------|---------------|---------|----------|
| 2.09,43 | pc | Patrícia Silva | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional 1ª Divisão PC | Pombal | 19.02 | 2 t |
| 2.10,37 | pc | Patrícia Silva | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 2 S 2 t | |
| 2.11,33 | | Rita Ribeiro | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Meeting de Salamanca | Salamanca-ESP | 03.06 | 2 t |
| 2.11,61 | pc | Beatriz Rodrigues | JUN | 1999 | RDA | Aveiro | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 3 S 2 t |
| 2.13,33 | pc | Beatriz Rodrigues | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 4 S 2 t | |
| 2.13,77 | | Patrícia Silva | | | | 2º SL Benfica Athletics Meeting | Lisboa (I) | 17.06 | 5 t | |
| 2.14,12 | pc | Patrícia Silva | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 1 S 2 | |
| 2.14,33 | | Patrícia Silva | | | | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 3 S 2 t | |
| 2.15,08 | pc | Beatriz Rodrigues | | | | 11º Meeting Cidade de Pombal | Pombal | 04.02 | 5 t | |
| 2.15,19 | | Rita Ribeiro | | | | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 5 S 2 t | |
| 2.16,26 | | Beatriz Rodrigues | | | | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 6 S 2 t | |
| 2.16,32 | pc | Beatriz Rodrigues | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 2 S 2 | |
| 2.16,40 | pc | Francisca Martins | JUN | 1998 | GRECAS | Aveiro | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 4 S 2 t |
| 2.17,11 | | Francisca Borges | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Provas Extra | Maia | 07.05 | 1 PE 1 t |
| 2.17,13 | | Beatriz Rebelo | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Vendas Novas | 28.05 | 1 S 6 t |
| 2.17,97 | | Marisa Vaz Carvalho | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Torneio Internacional P. Combinadas | Arona - ESP | 04.06 | HEP |
| 2.19,22 | pc | Francisca Cantante | JUN | 1998 | UCE | Coimbra | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 19.02 | 6 t |
| 2.20,61 | | Maria Carvalho | JUN | 1999 | MAC | Porto | Provas de Preparação | Lousada | 04.06 | 1 t |
| 2.21,20 | | Inês Cunha | JUN | 1999 | CNRM | Santarém | Campeonato Absoluto de Santarém | Abrantes | 21.05 | 1 t |
| 2.21,88 | pc | Laura Taborda | JUN | 1999 | CCDLF | C. Branco | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 22.01 | 2 t |
| 2.23,38 | pc | Ana Nunes | JUN | 1999 | ADL-P | Porto | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 2 S 1 |
| 2.23,45 | | Laura Regalado | JUN | 1998 | GRECAS | Aveiro | Provas de Preparação | Maia | 20.05 | 2 t |
| 2.23,84 | | Raquel Batista | JUN | 1998 | GDC | Setúbal | Campeonato de Juniores | Almada | 18.06 | 1 |
| 2.23,85 | | Cátia Coelho | JUN | 1998 | CDFE | Aveiro | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 4 S 2 |

| | | | | | | | | | |
|----------------|---------------------|-----|------|-------|----------|---------------------------------|----------|-------|-----|
| 2.24,40 | Inês Silva | JUN | 1999 | ARCAA | Braga | Campeonato de Veteranos | Braga | 20.05 | 5 t |
| 2.24,42 | Mariana Castanheira | JUN | 1999 | MAC | Porto | Campeonato Juniores do Norte | Braga | 18.06 | 1 |
| 2.25,10 | Eva Carvalho | JUN | 1999 | NSTN | Santarém | Campeonato Absoluto de Santarém | Abrantes | 21.05 | 2 t |
| 2.25,10 | | | | | | | | | |

1.500 metros

CNJ: 5.00,00 / CEJ: 4.30,00 - RN: 4.14,9

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|----------------|-----------------------|-----|------|--------|-----------|-----------------------------------|----------------|-------|----------|
| 4.25,57 | Patrícia Silva | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Meeting de Huelva | Huelva (ESP) | 14.06 | 7 t |
| 4.27,98 | Rita Ribeiro | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Meeting de Huelva | Huelva (ESP) | 14.06 | 10 t |
| 4.29,74 | Beatriz Rodrigues | JUN | 1999 | RDA | Aveiro | 2ª Noite Quente | Maia | 14.06 | 1 S 1 t |
| 4.30,34 | Beatriz Rodrigues | | | | | 1ª Noite Quente | Póvoa Varzim | 24.05 | 2 S 1 t |
| 4.33,46 | Rita Ribeiro | | | | | Campeonato Nacional Universitário | Faro | 14.05 | 2 t |
| 4.33,89 | Patrícia Silva | | | | | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Vendas Novas | 27.05 | 1 s 6 t |
| 4.34,45 | pc Patrícia Silva | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 1 t |
| 4.35,93 | Beatriz Rodrigues | | | | | Campeonato de Portugal | Vagos | 10.06 | 3 t |
| 4.38,06 | Rita Ribeiro | | | | | Campeonato de Portugal | Vagos | 10.06 | 4 t |
| 4.38,10 | Beatriz Rodrigues | | | | | Campeonato Regional Escolar | Marinha Grande | 06.05 | 1 |
| 4.39,63 | Beatriz Rodrigues | | | | | Campeonato Nacional Escolar | Maia | 20.05 | 2 |
| 4.40,92 | pc Patrícia Silva | | | | | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 22.01 | 2 t |
| 4.43,52 | Patrícia Silva | | | | | Provas de Preparação | Lisboa (AL) | 15.01 | 1 t |
| 4.43,76 | Francisca Borges | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | 1ª Noite Quente | Póvoa Varzim | 24.05 | 9 S 1 t |
| 4.44,84 | Laura Regalado | JUN | 1998 | GRECAS | Aveiro | Torneio Noite de São João | Braga | 21.06 | 2 t |
| 4.45,52 | Maria Carvalho | JUN | 1999 | MAC | Porto | Provas Extra | Braga | 14.05 | 2 t |
| 4.49,01 | pc Inês Cunha | JUN | 1999 | CNRM | Santarém | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 9 t |
| 4.50,54 | pc Laura Tabora | JUN | 1999 | CCDLF | C. Branco | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 10 t |
| 4.51,64 | pc Francisca Cantante | JUN | 1999 | UCE | Coimbra | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 4 t |
| 4.56,38 | Eduarda Barbosa | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Torneio Aniversário AAP | Maia | 23.03 | 3 t |
| 4.53,38 | Mariana Castanheira | JUN | 1999 | MAC | Porto | Campeonato Desporto Escolar | Maia | 25.03 | 3 |
| 4.54,09 | Sara Duarte | JUN | 1999 | UDV | Porto | 1ª Noite Quente | Póvoa Varzim | 24.05 | 11 S 1 t |
| 4.59,21 | Ana Nunes | JUN | 1999 | ADL-P | porto | 2ª Noite Quente | Maia | 14.06 | 3 S 2 t |
| 4.59,88 | Cátia Coelho | JUN | 1998 | CDFE | Aveiro | 2ª Noite Quente | Maia | 14.06 | 5 S 2 t |
| 5.00,64 | Bruna Meirinhos | JUN | 1999 | JV | Leiria | Campeonato de Juniores | Almada | 17.06 | Extra |
| 5.01,44 | Soraia Tavares | JUN | 1999 | GDC | Setúbal | Campeonato de Juniores | Almada | 17.06 | 2 |
| 5.02,00 | | | | | | | | | |

3.000 metros

CNJ: 10.55,00 / CEJ: 9.52,50 - RN: 8.56,33

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|----------------|------------------------|-----|------|--------|-----------|-----------------------------------|-------------|-------|---------|
| 10.09,19 | pc Sara Duarte | JUN | 1999 | UDV | Porto | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 1 |
| 10.11,35 | pc Sara Duarte | | | | | Campeonato do Norte Pista Coberta | Braga | 08.01 | 1 S 1 t |
| 10.12,65 | pc Eduarda Barbosa | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 5 t |
| 10.13,84 | pc Laura Regalado | JUN | 1998 | GRECAS | Aveiro | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 3 |
| 10.15,15 | pc Catarina Guerreiro | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 6 t |
| 10.17,32 | pc Laura Regalado | | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 5 S 1 t |
| 10.17,64 | pc Francisca Borges | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 4 |
| 10.27,52 | Laura Tabora | JUN | 1999 | CCDLF | C. Branco | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 8 |
| 10.34,86 | pc Mariana Castanheira | JUN | 1999 | MAC | Porto | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 19.02 | 2 t |
| 10.41,97 | pc Brunna Meirinhos | JUN | 1999 | JV | Leiria | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 11 |
| 10.44,06 | Rita Ribeiro | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Provas Extra | Lisboa (AL) | 21.01 | 2 t |
| 10.49,62 | Maria Carvalho | JUN | 1999 | MAC | Porto | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Guimarães | 28.05 | 1 S 1 t |
| 10.53,01 | pc Ana Raimundo | JUN | 1999 | EFC-E | Évora | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 12 |
| 10.57,31 | Carla Faria | JUN | 1998 | BFC | Porto | Provas de Preparação | Braga | 30.04 | 7 t |
| 10.59,51 | Inês Reis | JUN | 1999 | CCDLF | C. Branco | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Fátima | 28.05 | 6 S 2 t |
| 11.01,57 | Beatriz Sanguino | JUN | 1998 | IFC | Lisboa | 2º Torneio do CF Belenenses | Lisboa (AL) | 10.05 | 5 t |
| 11.02,17 | Joana Boaventura | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Provas Extra | Lisboa (AL) | 21.01 | 4 t |
| 11.05,20 | pc Tatiana Silva | JUN | 1999 | ACRC | Viseu | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 22.01 | 5 t |
| 11.08,0 | | | | | | | | | |

5.000 metros

CEJ: 17.15,00 - RN: 15.44,81

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|----------|--------------------|-----|------|-------|---------|-----------------------------------|---------|-------|--------|
| 17.47,65 | Francisca Borges | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | 2ª Noite Quente | Maia | 14.06 | 4 t |
| 18.29,72 | Catarina Guerreiro | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato Nacional Universitário | Faro | 14.05 | 2 t |
| 18.34,45 | Sara Duarte | JUN | 1999 | UDV | Porto | 2ª Noite Quente | Maia | 14.06 | 5 t |
| 18.37,70 | Maria Barbosa | JUN | 1998 | | | Campeonato Nacional Universitário | Faro | 14.05 | 3 t |
| 18.49,88 | Carla Faria | JUN | 1998 | BFC | Porto | Campeonato Nacional Universitário | Faro | 14.05 | 4 t |
| 19.10,02 | Lara Glória | JUN | 1998 | CPC | Setúbal | Campeonato de 5.000m | Setúbal | 13.05 | 1 |

| | | | | | | | | | |
|----------------|----------------|-----|------|--------|---------|-----------------------------------|--------------|-------|---------|
| 19.19,77 | Diana Pereira | JUN | 1998 | GREB | Porto | 2ª Noite Quenta | Maia | 14.06 | 9 t |
| 19.23,11 | Soraia Tavares | JUN | 1999 | GDC | Setúbal | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Vendas Novas | 27.05 | 4 S 6 t |
| 20.26,81 | Carolina Costa | JUN | 1998 | COP | Algarve | Campeonato Absoluto do Algarve | Faro | 29.04 | 1 t |
| 20.42,26 | Sílvia Silva | JUN | 1999 | ARCAA | Braga | 2ª Noite Quenta | Maia | 14.06 | 11 t |
| 21.10,71 | Catarina Carmo | JUN | 1999 | IND-ST | Setúbal | Campeonato de 5.000m | Setúbal | 13.05 | 2 |
| 21.30,48 | Andreia Jesus | JUN | 1998 | GDPCD | Setúbal | Campeonato de 5.000m | Setúbal | 13.05 | 3 |
| 23.09,43 | Rita Camponês | JUN | 1999 | GAC-L | Leiria | 6º Meeting do ACV | Pombal | 25.04 | 8 t |
| 23.10,0 | | | | | | | | | |

10.000 metros

RN: 32.26,41

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-----------------|--------------|-----|------|-------|--------|--------------------------------|-------|-------|--------|
| 41.26,14 | Fátima Costa | JUN | 1999 | CAT-P | Porto | Campeonato de 10.000m e Extras | Maia | 25.03 | 2 t |
| 41.42,26 | Cátia Coelho | JUN | 1998 | CDFE | Aveiro | Campeonato Distrital 10.000m | Luso | 22.04 | 5 t |
| 42.00,00 | | | | | | | | | |

3.000m Obstáculos (0,76)

CNJ: 13.58,00 / CEJ: 10.55,00 - RN: 10.28,04

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-----------------|------------------|-----|------|--------|-----------|-----------------------------------|---------------|-------|---------|
| 11.07,24 | Laura Taborda | JUN | 1999 | CCDLF | C. Branco | Campeonato de Portugal | Vagos | 10.06 | 6 t |
| 11.26,77 | Francisca Borges | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato Juniores do Norte | Braga | 17.06 | Extra |
| 11.35,90 | Laura Taborda | | | | | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Fátima | 27.05 | 2 t |
| 12.25,97 | Tatiana Silva | JUN | 1999 | ACRC | Viseu | Campeonato Absoluto de Viseu | Viseu | 29.04 | 1 |
| 12.28,16 | Rute Ferreira | JUN | 1998 | CSM | Madeira | Campeonato Nacional Universitário | Faro | 14.05 | 2 t |
| 12.34,83 | Catarina Vieira | JUN | 1998 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Vendas Novas | 27.05 | 2 S 6 t |
| 12.38,69 | Ana Vieira | JUN | 1998 | UP | Porto | Campeonato Nacional Universitário | Faro | 14.05 | 3 t |
| 12.38,99 | Lara Glória | JUN | 1998 | CPC | Setúbal | Campeonato de Juniores | Almada | 18.06 | 1 |
| 12.38,99 | Lara Glória | JUN | 1998 | CPC | Setúbal | Campeonato de Juniores | Almada | 18.06 | 1 |
| 13.09,20 | Catarina Carmo | JUN | 1999 | IND-ST | Setúbal | Campeonato de Juniores | Almada | 18.06 | 2 |
| 13.10,01 | Catarina Ricardo | JUN | 1998 | MAC | Porto | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Guimarães | 27.05 | 3 s 1 t |
| 13.24,37 | Fátima Costa | JUN | 1999 | CAT-P | Porto | Campeonato Juniores do Norte | Braga | 17.06 | 2 |
| 13.51,08 | Andreia Marçal | JUN | 1998 | UALG | | Campeonato Nacional Universitário | Faro | 14.05 | 4 t |
| 13.53,12 | Rute Soares | JUN | 1999 | AJS | MAdeira | Campeonato de Juniores | Ribeira Brava | 17.06 | 1 |
| 14.00,00 | | | | | | | | | |

100m Barreiras (0,84)

CNJ: 17,24 / CEJ: 14,30 - RN: 13,62

| MARCA | V | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|--------------|------|------------------------|-----|------|--------|-----------|-------------------------------------|----------------|-------|----------|
| 13,41 | 0,2 | Marisa Vaz de Carvalho | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | 2º SL Benfica Athletics Meeting | Lisboa (I) | 17.06 | 1 t |
| 13,66 | -0,3 | Marisa Vaz de Carvalho | | | | | Meeting Internacional P. Combinadas | Arona - ESP | 03.06 | HEP |
| 14,08 | -3,0 | Marisa Vaz de Carvalho | | | | | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Vendas Novas | 28.05 | 1 t |
| 14,11 | 1,3 | Marisa Vaz de Carvalho | | | | | Provas de Preparação | Maia | 20.05 | 3 t |
| 14,35 | 0,2 | Catarina Queirós | JUN | 1998 | AJS | Madeira | 2º SL Benfica Athletics Meeting | Lisboa (I) | 17.06 | 5 t |
| 14,43 | 0,2 | Bárbara Silva | JUN | 1999 | AJS | Madeira | 2º SL Benfica Athletics Meeting | Lisboa (I) | 17.06 | 6 t |
| 14,49 | 1,3 | Mariana António | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Provas de Preparação | Maia | 20.05 | 4 t |
| 14,61 | 0,0 | Catarina Queirós | | | | | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Ribeira Brava | 28.05 | 1 S 9 t |
| 14,90 | 0,0 | Elisabete Silva | JUN | 1998 | UCE | Coimbra | Campeonato Absoluto de Coimbra | Febres | 21.05 | 1 |
| 15,09 | 0,0 | Renata Rocha | JUN | 1999 | GDE | Madeira | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Ribeira Brava | 28.05 | 2 S 9 t |
| 15,52 | -2,3 | Juliana Guerreiro | JUV | 2001 | CBF | Algarve | Campeonato Absoluto do Algarve | Faro | 30.04 | 1 t |
| 15,65 | 0,7 | Juliana Brites | JUV | 2000 | JV | Leiria | Meeting Fernando Alves | Marinha Grande | 20.05 | 2 t |
| 16,12 | 0,2 | Ana Nadais | JUV | 2001 | CFOD | Porto | Campeonato Juniores do Norte | Braga | 18.06 | 1 F |
| 16,50 | -1,7 | Maria Matos | JUN | 1998 | JIV-SM | S. Miguel | Campeonato dos Açores | S. Miguel | 18.06 | 1 |
| 16,56 | -5,0 | Carolina Ribeiro | JUV | 2000 | GAF | Santarém | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Fátima | 28.05 | 3 S 4 t |
| 16,73 | 0,7 | Mariana Santos | JUn | 1999 | ACV | Leiria | Meeting Fernando Alves | Marinha Grande | 20.05 | 4 t |
| 16,75 | 0,0 | Ângela Costa | JUN | 1999 | CDRR | Setúbal | Torneio Nacional Provas Combinadas | Luso | 20.05 | HEP |
| 16,92 | 0,0 | Catarina Rosa | JUN | 1998 | CSM | Madeira | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Ribeira Brava | 28.05 | 4 S 9 t |
| 17,12 | 0,1 | Raquel Marques | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Provas Combinadas | Rio Maior | 29.04 | HEP |
| 17,31 | 0,2 | Berenice Vila | JUN | 1999 | ESCMOV | Porto | Campeonato Juniores do Norte | Braga | 18.06 | 2 F |
| 17,36 | 0,2 | Francisca Monteiro | JUV | 2001 | CSGAIA | Porto | Campeonato Juniores do Norte | Braga | 18.06 | 3 F t |
| 17,38 | -0,9 | Gabriela Cardoso | JUN | 1998 | COP | Algarve | Campeonato Nacional Universitário | Faro | 14.05 | 8 t |
| 17,40 | | | | | | | | | | |
| 13,43 | 3,1 | Marisa Vaz de Carvalho | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 1 El 2 t |
| 13,56 | 2,3 | Marisa Vaz de Carvalho | | | | | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 2 F t |
| 14,22 | 3,1 | Mariana António | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 3 El 2 t |
| 14,34 | 3,3 | Catarina Fonseca | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato de Portugal | Vagos | 10.06 | HEP |
| 14,82 | 3,1 | Renata Rocha | JUN | 1999 | GDE | Madeira | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 4 El 2 t |

400m Barreiras (0,76)

CNJ: 70,04 / CEJ: 61,40 - RN: 57,93

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|-------------------|-----|------|-------|---------|-------------------------------------|--------------|-------|---------|
| 62,88 | Rafaela Hora | JUN | 1998 | LAVRA | Porto | 2ª Noite Quente | Maia | 14.06 | 1 S 1 t |
| 63,44 | Elisabete Silva | JUN | 1998 | UCE | Coimbra | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Fátima | 28.05 | 1 S 4 t |
| 64,00 | Rafaela Hora | | | | | Campeonato Juniores do Norte | Braga | 17.06 | 1 |
| 64,49 | Rafaela Hora | | | | | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Guimarães | 28.05 | 1 S 1 t |
| 64,88 | Rafaela Hora | | | | | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 1 S 1 t |
| 66,04 | Elisabete Silva | | | | | Provas Extra | Luso | 30.04 | 1 PE 1 |
| 67,79 | Gisela Cruz | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Provas AAL | Lisboa (AL) | 13.06 | 3 t |
| 68,21 | Gisela Cruz | | | | | Meeting Vitor Tavares | Faro | 13.05 | 4 t |
| 69,04 | Renata Rocha | JUN | 1999 | GDE | Madeira | Torneio Olímpico Jovem - 1ª Jornada | Funchal | 22.04 | 1 PE |
| 69,39 | Gisela Cruz | | | | | Meeting de Lisboa | Lisboa (I) | 01.05 | 3 t |
| 69,90 | Gisela Cruz | | | | | Provas Extra | Fátima | 07.05 | 1 |
| 71,88 | Carolina Sequeira | JUN | 1999 | MAC | Porto | 1ª Noite Quente | Póvoa Varzim | 24.05 | 4 t |
| 72,10 | | | | | | | | | |

10 Km marcha (Pista e Estrada)

CEJ: 50.45,00 - RN: 45.17,7

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|------------|------------------|-----|------|-------|-----------|--------------------------------|----------------|-------|--------|
| 48.43,51 | Inês Reis | JUN | 1999 | CCDLF | C. Branco | Campeonato de Portugal | Vagos | 10.06 | 5 t |
| 48.48 | E Inês Reis | | | | | Taça da Europa de Marcha | Podebrady POL | 21.05 | 8 |
| 49.01 | E Carolina Costa | JUN | 1998 | COP | Algarve | Grande Prémio Marcha Rio Maior | Rio Maior | 01.04 | 5 |
| 50.01,66 | Carolina Costa | | | | | Campeonato de Inverno | Faro | 15.01 | 3 t |
| 50.41 | E Inês Reis | | | | | Grande Prémio Marcha Rio Maior | Rio Maior | 01.04 | 7 |
| 51.20 | E Carolina Costa | | | | | Campeonato Nacional M. Estrada | São J. Madeira | 04.03 | 1 |
| 52.03 | E Inês Reis | | | | | Prova Extra | Porto de Mós | 15.01 | 1 |
| 52.17,15 | Maria Bernardo | JUN | 1999 | ADRAP | Madeira | Campeonato Absoluto da Guarda | Guarda | 29.04 | Extra |
| 52.36 | E Inês Reis | | | | | Campeonato Nacional M. Estrada | São J. Madeira | 04.03 | 2 |
| 53.57,87 | Carolina Costa | | | | | Taça Portugal Marcha Atlética | Luso | 23.03 | 1 |
| 54.20 | E Maria Bernardo | | | | | Prova Extra | Porto de Mós | 15.01 | 2 |
| 54.22 | E Maria Bernardo | | | | | Grande Prémio Marcha Rio Maior | Rio Maior | 01.04 | 8 |
| 54.25 | E Inês Reis | | | | | Campeonato Nacional M. Estrada | São J. Madeira | 04.03 | 3 |
| 58.05 | E Ednice Barros | JUN | | COP | Algarve | Campeonato Nacional M. Estrada | São J. Madeira | 04.03 | 4 |
| 58.13,35 | Ednice Barros | | | | | Taça Portugal Marcha Atlética | Luso | 23.03 | 3 |
| 58.19 | E Bruna Colónia | JUN | | COP | Algarve | Campeonato Nacional M. Estrada | São J. Madeira | 04.03 | 5 |
| 59.22 | E Andreia Reis | JUN | | JOMA | Lisboa | Campeonato Nacional M. Estrada | São J. Madeira | 04.03 | 6 |
| 1:01.02 | E Ana Cruz | JUN | | MAC | Porto | Campeonato Nacional M. Estrada | São J. Madeira | 04.03 | 7 |
| 1:02.34 | E Lara Martins | JUN | | CAT-P | Porto | Campeonato Nacional M. Estrada | São J. Madeira | 04.03 | 8 |
| 1:04.09,74 | Petra Fernandes | JUN | 1999 | AJS | Madeira | Provas Extra | Ribeira Brava | 10.06 | 1 |
| 1:05.27 | E Andreia Sousa | JUN | | MAC | Porto | Campeonato Nacional M. Estrada | São J. Madeira | 04.03 | 9 |
| 1:10.00 | | | | | | | | | |

COMPRIMENTO

CNJ: 5,35 / CEJ: 5,95 - RN: 6,52

| MARCA | V | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|------|-----------------------|-----|------|--------|------------|-------------------------------------|---------------|-------|--------|
| 6,13 | 1,3 | Marisa Vaz Carvalho | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Meeting Internacional P. Combinadas | Arona - ESP | 04.06 | HEP |
| 6,09 | -0,3 | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Vendas Novas | 27.05 | 1 t |
| 6,05 | 2,0 | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato de Portugal | Vagos | 10.06 | 3 t |
| 6,02 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | PEN |
| 5,97 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Nacional 1ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 3 t |
| 5,96 | 1,7 | Rosalina Santos - RSA | JUN | 1998 | GDE | Madeira | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Ribeira Brava | 27.05 | 1 t |
| 5,87 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Taça de Portugal de Saltos | Alpiarça | 15.01 | 1 t |
| 5,87 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Meeting da Catalunha | Sabadel - ESP | 07.02 | 4 t |
| 5,85 | 0,3 | Rosalina Santos | | | | | Provas Extra | Ribeira Brava | 20.05 | 1 t |
| 5,84 | -0,9 | Rosalina Santos | | | | | 2º SL Benfica Athletics Meeting | Lisboa (I) | 17.06 | 3 t |
| 5,76 | pc | Andreia Gomes | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Meeting Moniz Pereira P. Coberta | Lisboa (CAR) | 07.01 | 3 t |
| 5,75 | 0,1 | Rosalina Santos | | | | | Campeonato Jovem de Inverno | Ribeira Brava | 13.01 | 5 t |
| 5,75 | pc | Rosalina Santos | | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 11.02 | 2 t |
| 5,71 | pc | Susana Cruz | JUN | 1998 | CAMG | Leiria | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 22.01 | 3 t |
| 5,70 | -0,2 | Catarina Queirós | JUN | 1998 | AJS | Madeira | 2º SL Benfica Athletics Meeting | Lisboa (I) | 17.06 | 4 t |
| 5,63 | 0,1 | Rositinay Mata - STP | JUN | 1999 | GDC | Setúbal | Campeonato de Juniores | Almada | 18.06 | 1 |
| 5,61 | pc | Catarina Fonseca | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Meeting Moniz Pereira P. Coberta | Lisboa (CAR) | 07.01 | 1 |
| 5,54 | pc | Raquel Marques | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 5 t |
| 5,52 | pc | Valeriya Semenikhina | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 6 t |
| 5,44 | pc | Bárbara Silva | JUN | 1999 | AJS | Madeira | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | PEN |
| 5,42 | pc | Scarlett Saleiro | JUN | 1998 | CAM-VC | V. Castelo | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 11.02 | 8 t |

| | | | | | | | | | | |
|-------------|-----|--------------------|-----|------|------|---------|-------------------------------------|---------------|-------|----------|
| 5,25 | pc | Patrícia Rodrigues | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 7 t |
| 5,20 | 1,2 | Joana C. Gonçalves | JUN | 1998 | GDE | Madeira | Torneio Olímpico Jovem - 2ª Jornada | Ribeira Brava | 06.05 | 1 PE 1 t |
| 5,20 | | | | | | | | | | |
| 5,75 | 2,2 | Susana Cruz | JUN | 1998 | CAMG | Leiria | Campeonato de Portugal | Vagos | 10.06 | 6 t |
| 5,72 | 3,8 | Catarina Fonseca | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | HEP |

TRIPLO SALTO

CNJ: 10,80 / CEJ: 12,50 - RN: 13,37

| MARCA | V | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|--------------|------|----------------------|-----|------|--------|-----------|-----------------------------------|----------------|-------|---------|
| 12,54 | pc | Susana Cruz | JUN | 1998 | CAMG | Leiria | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 2 t |
| 12,50 | pc | Susana Cruz | | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 6 t |
| 12,15 | pc | Catarina Queirós | JUN | 1998 | AJS | Madeira | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 4 t |
| 11,87 | pc | Catarina Queirós | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 4 t |
| 11,87 | pc | Valeriya Semenikhina | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 5 t |
| 11,86 | pc | Susana Cruz | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 1 |
| 11,85 | 0,6 | Susana Cruz | | | | | Meeting Fernando Alves | Marinha Grande | 21.05 | 1 |
| 11,84 | pc | Susana Cruz | | | | | Campeonato Juniores P. Coberta | Pombal | 07.01 | 1 |
| 11,84 | -3,7 | Susana Cruz | | | | | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Fátima | 28.05 | 3 S 3 t |
| 11,79 | pc | Catarina Fonseca | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Torneio de Preparação | Lisboa (CAR) | 25.01 | 2 t |
| 11,79 | 1,7 | Susana Cruz | | | | | Campeonato Nacional Universitário | Faro | 14.05 | 1 t |
| 11,75 | pc | Patrícia Rodrigues | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 7 t |
| 11,66 | pc | Joana Ogura | JUN | 1999 | SCP | Lisboa | Campeonato de Inverno | Lisboa (CAR) | 04.02 | 2 t |
| 11,52 | pc | Raquel Marques | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 3 |
| 11,45 | pc | Bárbara Silva | JUN | 1999 | AJS | Madeira | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 10 t |
| 11,30 | 0,7 | Joana C. Gonçalves | JUN | 1999 | GDE | Madeira | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Ribeira Brava | 28.05 | 3 S 9 t |
| 11,12 | -1,3 | Maria Matos | JUN | 1998 | JIV-SM | S. Miguel | Campeonato dos Açores | Angra Heroísmo | 18.06 | 1 t |
| 10,96 | pc | Palmira Martins | JUN | 1998 | ESCMOV | Porto | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 19.02 | 2 t |
| 10,45 | 0,0 | Ana Filipe | JUN | 1999 | ACM-A | Terceira | Campeonato Absoluto da Terceira | Angra Heroísmo | 27.05 | 2 t |
| 10,40 | | | | | | | | | | |
| 12,18 | 6,8 | Catarina Queirós | JUN | 1998 | AJS | Madeira | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 9 t |
| 11,28 | 4,1 | Rositinay Mata - STP | JUN | 1999 | GDC | Setúbal | Campeonato de Juniores | Almada | 17.06 | 1 |
| 10,98 | 4,1 | Kidline Gomes - CPV | JUN | 1998 | CDRR | Setúbal | Campeonato de Juniores | Almada | 17.06 | 2 |
| 10,71 | 4,2 | Ana Filipe | JUN | 1999 | ACM-A | Terceira | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 1 F 2 |

ALTURA

CNJ: 1,58 / CEJ: 1,78 - RN: 1,84

| MARCA | V | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------------|----|----------------------|-----|------|-------|----------|-------------------------------------|---------------|-------|--------|
| 1,73 | pc | Catarina Queirós | JUN | 1998 | AJS | Madeira | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 1 |
| 1,72 | pc | Catarina Fonseca | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato Nacional Universitário | Pombal | 05.03 | 1 t |
| 1,71 | pc | Catarina Fonseca | | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | PEN |
| 1,69 | pc | Catarina Fonseca | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 1 t |
| 1,69 | pc | Catarina Fonseca | | | | | Campeonato de Portugal | Vagos | 10.06 | HEP |
| 1,68 | pc | Catarina Queirós | | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 2 t |
| 1,68 | pc | Catarina Fonseca | | | | | Meeting de Abrantes | Abrantes | 03.06 | 3 t |
| 1,67 | pc | Catarina Fonseca | | | | | Campeonato de Portugal P Coberta | Pombal | 11.02 | 3 t |
| 1,66 | pc | Catarina Fonseca | | | | | Taça de Portugal de Saltos | Alpiarça | 15.01 | 3 t |
| 1,66 | pc | Bárbara Silva | JUN | 1999 | AJS | Madeira | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | PEN |
| 1,66 | pc | Catarina Queirós | | | | | Taça de Portugal de Saltos | Alpiarça | 15.01 | 5 t |
| 1,65 | pc | Catarina Queirós | | | | | Campeonato Nacional 1ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 4 t |
| 1,64 | pc | Joana Ogura | JUN | 1999 | SCP | Lisboa | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 2 |
| 1,64 | pc | Catarina Queirós | | | | | Campeonato Clubes - Apuramento | Braga | 21.01 | 2 t |
| 1,64 | pc | Catarina Queirós | | | | | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Ribeira Brava | 27.05 | 1 t |
| 1,63 | pc | Joana Ogura | | | | | Provas de Preparação | Maia | 20.05 | 2 t |
| 1,64 | pc | Marisa Vaz Carvalho | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Meeting Internacional P. Combinadas | Arona - ESP | 03.06 | HEP |
| 1,60 | pc | Valeriya Semenikhina | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional 1ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 6 t |
| 1,55 | pc | Sónia Machado | JUN | 1998 | JV | Leiria | Campeonato Nacional Universitário | Pombal | 05.03 | 3 t |
| 1,54 | pc | Sara Paulico | JUN | 1999 | CASM | Lisboa | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 6 |
| 1,53 | pc | Raquel Marques | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Provas Combinadas | Rio Maior | 29.04 | HEP |
| 1,53 | pc | Kidline Gomes - CPV | JUN | 1998 | CDRR | Setúbal | Campeonato de Juniores | Almada | 17.06 | 1 |
| 1,51 | pc | Vitória Monteiro | JUN | 1999 | AAPL | Setúbal | Taça de Clubes de Saltos | Setúbal | 30.04 | 1 t |
| 1,50 | pc | Beatriz Domingues | JUN | 1998 | CAMG | Leiria | Campeonato Juniores P. Coberta | Pombal | 08.01 | 1 |
| 1,50 | pc | Adelaide Cadilhe | JUN | 1999 | ACPV | Porto | Campeonato Clubes - Apuramento | Braga | 21.01 | 4 t |
| 1,50 | pc | Nadiane Lopes | JUN | 1999 | UCE | Coimbra | Campeonato de Pista Coberta | Pombal | 28.01 | 1 |
| 1,50 | pc | Raquel Costa | JUN | 1999 | GAF | Santarém | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 1 |
| 1,50 | | | | | | | | | | |

VARA

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|------------------------|-----|------|-------|----------|-----------------------------------|---------------|-------|---------|
| 3,00 | pc Ana Conde | JUN | 1998 | JV | Leiria | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 11.02 | 6 t |
| 2,95 | pc Sofia Carneiro | JUN | 1998 | MAC | Porto | Campeonato Nacional Universitário | Pombal | 05.03 | 2 t |
| 2,95 | pc Ana Conde | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 2 |
| 2,93 | Sofia Carneiro | | | | | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Guimarães | 28.05 | 2 S 1 t |
| 2,92 | pc Ana Conde | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 3 t |
| 2,90 | Catarina Rosa | JUN | 1998 | CSM | Madeira | Campeonato de Juniores | Ribeira Brava | 18.06 | 1 |
| 2,90 | pc Ana Conde | | | | | Campeonato Nacional 1ª Divisão PC | Pombal | 19.02 | 4 t |
| 2,90 | pc Ana Conde | | | | | Campeonato Nacional Universitário | Pombal | 05.03 | 3 t |
| 2,90 | Ana Conde | | | | | Pombal Athletics | Pombal (VP) | 03.06 | 4 t |
| 2,80 | Catarina Rosa | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 4 |
| 2,80 | Marta Antunes | JUN | 1998 | SLB | Lisboa | Meeting Vitor Tavares | Faro | 13.05 | 3 t |
| 2,80 | pc Sofia Carneiro | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 3 |
| 2,80 | pc Ana Conde | | | | | Taça de Portugal de Saltos | Alpiarça | 15.01 | 3 t |
| 2,80 | pc Ana Conde | | | | | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 22.01 | 3 t |
| 2,80 | Catarina Rosa | | | | | Torneio de Inverno | Ribeira Brava | 04.02 | 3 t |
| 2,80 | pc Sofia Carneiro | | | | | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 19.02 | 2 t |
| 2,80 | Sofia Carneiro | | | | | Campeonato Nacional Universitário | Faro | 14.05 | 5 t |
| 2,80 | Catarina Rosa | | | | | Provas Extra | Ribeira Brava | 13.05 | 4 t |
| 2,77 | pc Catarina Rosa | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 6 t |
| 2,75 | Sofia Rodrigo | JUN | 1998 | UFCT | Santarém | Pombal Athletics | Pombal (VP) | 03.06 | 5 t |
| 2,75 | Raquel Marques | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Provas AAL | Lisboa (AL) | 13.06 | 3 t |
| 2,50 | pc Fátima Silva | JUN | 1998 | CDP | Porto | Campeonato do Norte Pista Coberta | Braga | 07.01 | 3 t |
| 2,45 | Raquel Costa | JUN | 1999 | GAF | Santarém | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Fátima | 28.05 | 5 s 3 t |
| 2,40 | Cristina Gomes | JUN | 1999 | EMOV | Porto | Provas Extra | Lousada | 23.04 | 2 |
| 2,30 | pc Berenice Vila | JUN | 1999 | EMOV | Porto | Campeonato do Norte Pista Coberta | Braga | 07.01 | 6 t |
| 2,25 | pc Catarina Santos | JUN | 1999 | JV | Leiria | Campeonato Juniores P. Coberta | Pombal | 08.01 | 3 |
| 2,20 | pc Kidline Gomes - CPV | JUN | 1998 | CDRR | Setúbal | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 21.01 | 4 t |
| 2,00 | pc Cecilia Costa | JUN | 1998 | ACPV | Porto | Campeonato do Norte Pista Coberta | Braga | 07.01 | 8 t |

2,00

PESO (4 kg)

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|-------------------------|-----|------|---------|------------|--------------------------------------|--------------|-------|---------|
| 13,68 | Marisa Vaz Carvalho | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Meeting de Lisboa | Lisboa (I) | 01.05 | 2 t |
| 13,07 | pc Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | PEN |
| 12,89 | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Meeting Internacional P. Combinadas | Arona - ESP | 03.06 | HEP |
| 12,78 | pc Marisa Vaz Carvalho | | | | | Torneio de Preparação | Lisboa (CAR) | 25.01 | 4 t |
| 12,35 | pc Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 1 |
| 12,24 | Ana Beatriz Gomes | JUV | 2000 | CSM | Madeira | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Funchal | 27.05 | 2 t |
| 12,17 | pc Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 5 t |
| 11,62 | pc Érica Borges | JUV | 2000 | CAT | Terceira | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 2 t |
| 11,46 | pc Inês Carreira | JUV | 2000 | JV | Leiria | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 3 t |
| 11,42 | Ana Beatriz Gomes | | | | | Campeonato de Juniores | Funchal | 17.06 | 1 t |
| 11,34 | pc Valeriya Semenikhina | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 7 t |
| 11,22 | pc Micaela Sereno | JUV | 2000 | JV | Leiria | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 4 t |
| 11,10 | Catarina Fonseca | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato de Portugal | Vagos | 10.06 | HEP |
| 10,98 | pc Cláudia Ferreira | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 5 |
| 10,92 | pc Carolina Fernandes | JUV | 2001 | SUOVAIS | Coimbra | Campeonato Pista Coberta | Pombal | 28.01 | 2 t |
| 10,74 | Ángela Costa | JUN | 1999 | CDRR | Setúbal | Campeonato de Portugal | Vagos | 10.06 | HEP |
| 10,50 | pc Sónia Machado | JUN | 1998 | JV | Leiria | Campeonato Nacional Universitário | Pombal | 05.03 | 3 t |
| 10,46 | pc Juliana Rei | JUN | 1999 | GS | Coimbra | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 6 |
| 10,36 | Beatriz Vitoriano | JUN | 1998 | AACC | Setúbal | Torneio Lançamentos Laranjeiro Feijó | Almada | 15.06 | 1 |
| 10,32 | pc Margarida Ferreira | JUV | 2000 | SCP | Lisboa | Campeonato de Inverno | Lisboa (CAR) | 04.02 | 3 t |
| 9,95 | Katy Soares | JUN | 1998 | JV | Leiria | Jornada de Lançamentos 2 | Leiria | 04.03 | 3 t |
| 9,83 | Beatriz Santos | JUV | 2000 | ACRDE | Aveiro | Campeonato de Inverno de Aveiro | Vagos | 07.01 | 2 t |
| 9,66 | Diana Rodrigues | JUV | 2000 | CAM-VC | V. Castelo | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Guimarães | 28.05 | 4 S 1 t |
| 9,64 | pc Bárbara Bica | JUV | 2001 | CSGAIA | Porto | Campeonato Clubes - Apuramento | Braga | 21.01 | 4 t |
| 9,57 | Carolina Teixeira | JUV | 2000 | AJS | Madeira | Campeonato de Juniores | Funchal | 17.06 | 2 t |

9,45

DISCO (1 kg)

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|-----------------|-----|------|-------|---------|--------------------------------------|--------|-------|--------|
| 37,10 | Cecília Rebocho | JUN | 1999 | NDJL | Setúbal | Torneio Lançamentos Laranjeiro Feijó | Almada | 15.06 | 1 |
| 36,42 | Katy Soares | JUN | 1998 | JV | Leiria | Torneio Lançamentos Laranjeiro Feijó | Almada | 15.06 | 2 |
| 35,44 | Cecília Rebocho | | | | | Campeonato Lançamentos Inverno | Leiria | 25.02 | 1 |

| | | | | | | | | | | |
|-------|-------------------|-----------------|------|-------|---------|--|--------------------------------------|----------------|-------|---------|
| 35,34 | | Katy Soares | | | | | Campeonato Lançamentos Inverno | Leiria | 25.02 | 2 |
| 35,28 | Mariana Bento | JUN | 1998 | CAMG | Leiria | | Campeonato Lançamentos Inverno | Leiria | 25.02 | 3 |
| 35,20 | Ângela Costa | JUN | 1999 | CDRR | Setúbal | | Torneio Lançamentos Laranjeiro Feijó | Almada | 15.06 | 3 |
| 34,98 | | Cecília Rebocho | | | | | Provas Extra | Setúbal | 14.05 | 1 t |
| 34,91 | | Mariana Bento | | | | | Campeonato Nacional Universitário | Algarve | 14.05 | 3 |
| 34,53 | | Katy Soares | | | | | Jornada de Lançamentos 2 | Leiria | 04.03 | 7 t |
| 34,37 | | Mariana Bento | | | | | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Fátima | 27.05 | 3 S 3 t |
| 33,80 | | Katy Soares | | | | | Campeonato Absoluto de Leiria | Marinha Grande | 03.06 | 2 t |
| 33,55 | Juliana Rei | JUN | 1999 | GS | Coimbra | | Jornada de Lançamentos 2 | Leiria | 04.03 | 8 t |
| 30,67 | Ana Filipa Granja | JUN | 1999 | CDP | Porto | | Torneio Internacional Lançamentos | Cerveira | 22.04 | 3 t |
| 29,73 | Milene Jesus | JUN | 1999 | ACDSJ | Madeira | | Campeonato de Juniores | Funchal | 18.06 | 3 |
| 29,48 | Catarina Oliveira | JUN | 1998 | CDP | Porto | | Campeonato Lançamentos Inverno | Leiria | 25.02 | 5 |

27,50

MARTELO (4 kg)

CNJ: 34,00 / CEJ: 57,50 - RN: 61,47

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|---------------------|-----|------|---------|----------|--------------------------------------|----------------|-------|---------|
| 57,53 | Ana Fernandes | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Torneio Internacional Lançamentos | Cerveira | 22.04 | 1 |
| 53,92 | Ana Fernandes | | | | | Torneio Internacional Lançamentos | Cerveira | 23.04 | 4 t |
| 52,54 | Ana Fernandes | | | | | Campeonato Lançamentos Inverno | Leiria | 25.02 | 1 |
| 49,46 | Milene Jesus | JUN | 1999 | ACDSJ | Madeira | Campeonato de Juniores | Funchal | 17.06 | 1 |
| 47,94 | Milene Jesus | | | | | Provas Extra | Funchal | 13.05 | 1 t |
| 47,45 | Milene Jesus | | | | | Torneio de Preparação | Funchal | 06.06 | 1 |
| 46,58 | Milene Jesus | | | | | Provas extra | Funchal | 10.06 | 1 |
| 46,42 | Milene Jesus | | | | | Campeonato Lançamentos Inverno | Leiria | 25.02 | 2 |
| 45,31 | Cecília Rebocho | JUN | 1999 | NDJL | Setúbal | Campeonato de Juniores | Almada | 17.06 | 1 |
| 45,11 | Cecília Rebocho | | | | | Torneio Lançamentos Laranjeiro Feijó | Almada | 15.06 | 1 |
| 45,02 | Cecília Rebocho | | | | | Campeonato Lançamentos Inverno | Leiria | 25.02 | 3 |
| 44,72 | Milene Jesus | | | | | Torneio de Inverno | Funchal | 04.02 | 1 |
| 44,43 | Cecília Rebocho | | | | | Campeonato de Lançamentos Inverno | Beja | 12.02 | Extra |
| 44,37 | Milene Jesus | | | | | Provas Extra | Funchal | 20.05 | 1 |
| 43,89 | Ângela Silva | JUV | 2000 | ADRAP | Madeira | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Funchal | 28.05 | 1 t |
| 42,64 | Cecília Rebocho | | | | | Campeonato de Lançamentos | Seixal | 28.01 | 1 |
| 42,19 | Laura Monteiro | JUV | 2001 | JV | Leiria | Meeting Fernando Alves | Marinha Grande | 20.05 | 3 t |
| 41,10 | Ana Filipa Granja | JUN | 1999 | CDP | Porto | Torneio Internacional Lançamentos | Cerveira | 23.04 | 6 t |
| 40,61 | Linda Mendes | JUV | 2000 | ACDSJ | Madeira | Torneio de Preparação | Funchal | 06.06 | 2 t |
| 40,05 | Telma Ferreira | JUN | 1998 | ACM-A | Terceira | Provas Extra | Angra Heroismo | 01.04 | 1 t |
| 39,80 | Sara Cardoso | JUN | 1998 | AACC | Setúbal | Campeonato Lançamentos Inverno | Leiria | 25.02 | 4 |
| 37,66 | Margarida Santos | JUN | 1999 | CSM | Madeira | Campeonato de Juniores | Funchal | 17.06 | 3 |
| 36,18 | Beatriz Vitoriano | JUN | 1998 | AACC | Setúbal | Campeonato Lançamentos Inverno | Leiria | 25.02 | 6 |
| 35,87 | Beatriz Santos | JUV | 2000 | AACC | Setúbal | Campeonato de Juniores | Almada | 17.06 | 3 t |
| 34,00 | Sofia Marques | JUN | 1999 | LAVRA | Porto | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Guimarães | 27.05 | 5 S 1 t |
| 32,36 | Inês Madeira | JUV | 2001 | CAT | Terceira | Campeonato dos Açores | Angra Heroismo | 18.06 | 3 t |
| 30,69 | Catarina Espinola | JUN | 1999 | ACM-A | Terceira | Provas Extra | Angra Heroismo | 01.04 | 3 t |
| 30,63 | Shalana West - NED | JUN | 1998 | CBF | Algarve | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Vendas Novas | 27.05 | 2 t |
| 30,42 | Ana Carolina Santos | JUN | 1999 | A 20 Km | Santarém | Meeting de Abrantes | Abrantes | 03.06 | 3 t |
| 30,32 | Bárbara Bica | JUV | 2001 | CSGAIA | Porto | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Guimarães | 27.05 | 8 S 1 t |
| 28,38 | Ana Balio | JUN | 1998 | MAC | Porto | Torneio de Lançamentos 1 | Braga | 14.01 | 2 |

29,00

DARDO (600 g)

CNJ: 29,00 / CEJ: 48,00 - RN: 50,81

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | çp | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|------------------|-----|------|-------|--------|--------------------------------------|----------------|-------|--------|
| 48,54 | Cláudia Ferreira | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Torneio Abertura Pista | Braga | 23.04 | 1 |
| 48,02 | Cláudia Ferreira | | | | | Provas Extra | Viana Castelo | 09.04 | 1 |
| 47,70 | Cláudia Ferreira | | | | | 1ª Noite Quente | Póvoa Varzim | 24.05 | 1 t |
| 47,42 | Cláudia Ferreira | | | | | Campeonato N. Lançamentos Inverno | Leiria | 25.02 | 1 |
| 46,94 | Cláudia Ferreira | | | | | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 2 t |
| 46,93 | Cláudia Ferreira | | | | | Campeonato Nacional Universitário | Faro | 14.05 | 1 t |
| 45,99 | Cláudia Ferreira | | | | | Jornada de Lançamentos 1 | Leiria | 08.02 | 1 |
| 44,95 | Cláudia Ferreira | | | | | 2ª Noite Quente | Maia | 14.06 | 1 t |
| 41,66 | Mariana Bento | JUN | 1998 | CAMG | Leiria | Meeting Fernando Alves | Marinha Grande | 20.05 | 1 t |
| 41,52 | Sara Firmino | JUN | 1998 | SLB | Lisboa | Campeonato Lançamentos Inverno | Leiria | 25.02 | 2 |
| 40,06 | Sara Firmino | | | | | Torneio Lançamentos Laranjeiro Feijó | Almada | 15.06 | 1 |
| 38,29 | Sara Firmino | | | | | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 7 t |
| 38,20 | Sara Firmino | | | | | Campeonato Nacional Universitário | Faro | 14.05 | 2 t |
| 38,14 | Mariana Bento | | | | | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 8 t |
| 37,59 | Mariana Bento | | | | | Campeonato Absoluto de Leiria | Marinha Grande | 04.06 | 1 t |

| | | | | | | | | | |
|-------|----------------------|-----|------|---------|----------|-----------------------------------|--------------|--------|---------|
| 36,27 | Beatriz Amaral | JUN | 1999 | GDC | Setúbal | Provas Extra | Almada | 18.03 | 2 t |
| 36,14 | Mariana Bento | | | | | Campeonato Nacional Universitário | Faro | 14.05 | 3 t |
| 35,15 | Mariana Bento | | | | | Campeonato de Lançamentos Inverno | Leiria | 18.02 | 1 |
| 34,91 | Mariana Bento | | | | | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Fátima | 28.05 | 4 S 3 t |
| 34,83 | Ângela Costa | JUN | 1999 | CDRR | Setúbal | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | HEP |
| 34,76 | Marisa Vaz Carvalho | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | 2ª Noite Quente | Lisboa (AL) | 15.05 | 1 t |
| 34,00 | Marta Batalha | JUN | 1998 | GDD | Évora | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Vendas Novas | 28.05 | 2 t |
| 33,80 | Bárbara Bica | JUV | 2001 | CSGAIA | Porto | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Guimarães | 28.05 | 2 S 1 t |
| 33,53 | Inês Carreira | JUV | 2000 | JV | Leiria | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Fátima | 28.05 | 6 S 3 t |
| 32,50 | Raquel Ferreira | JUV | 2001 | GDE | Madeira | Provas Extra | Funchal | 10.06 | 1 t |
| 32,44 | Valeriya Semenikhina | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Provas Combinadas | Rio Maior | 30.04 | HEP |
| 31,57 | Lara Bastos | JUN | 1999 | JAM | Aveiro | Torneio de Vagos | Vagos | 29.04 | 2 t |
| 30,31 | Petra Sousa | JUV | 2001 | JAM | Aveiro | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Guimarães | 28.05 | 5 S 1 t |
| 29,59 | Francisca Monteiro | JUV | 2001 | CSGAIA | Porto | Campeonato Juniores do Norte | Braga | 18.06 | 1 |
| 29,01 | Catarina Fonseca | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | HEP |
| 28,67 | Patrícia Rama | JUN | 1998 | CBF | Algarve | Campeonato Provas Combinadas | Faro | 02.04 | HEP |
| 28,53 | Ana Carolina Santos | JUN | 1999 | A 20 Km | Santarém | Campeonato Absoluto de Santarém | Abrantes | 21.05 | 2 t |
| 27,62 | Sofia Guedes | JUV | 2001 | CDQ | Algarve | Torneio Lançamentos José Custódio | Faro | 20.05 | 1 t |
| 26,94 | Gabriela Lopes | JUN | 1998 | EFC-E | Évora | Campeonato de Juniores | Vendas Novas | 18.06 | 2 |
| 26,82 | Maria Viegas | JUV | 2001 | ACDC | Setúbal | Campeonato de Juniores | Almada | 17-jan | 2 t |
| 26,55 | Sara Nóbrega | JUN | 1998 | ADRAP | Madeira | Campeonato Lançamentos Inverno | Leiria | 25.02 | 4 |
| 26,51 | Bárbara Poupino | JUV | 2000 | SCA | Santarém | Campeonato Absoluto de Santarém | Abrantes | 21.05 | 3 t |
| 26,11 | Andreia Gomes | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Torneio Internacional Lançamentos | Cerveira | 22.04 | 3 t |
| 26,07 | Sofia Marques | JUN | 1999 | LAVRA | Porto | Campeonato Nacional Clubes - Aptº | Guimarães | 28.05 | 7 S 1 t |
| 26,00 | | | | | | | | | |

HEPTATLO

(100m Barreiras - Altura - Peso - 200m / Comprimento - Dardo - 800 m)

CNJ: 3.150 / CEJ: 5.100 - RN: 5.278

| MARCA | V | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|------|---|-----|------|-------|---------|-------------------------------------|---------------|-------|--------|
| 5755 | 0,5 | Marisa Vaz Carvalho | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Meeting Internacional P. Combinadas | Arona - ESP | 04.06 | 1 |
| | | [13,66-1,64-12,89-24,61-6,13-34,44-2.17,97] | | | | | | | | |
| 4361 | -0,6 | Valeriya Semenikhina | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Provas Combinadas | Rio Maior | 30.04 | Extra |
| | | [17,46-1,57-10,71-26,68-5,46-32,44-2.38,68] | | | | | | | | |
| 3998 | 0,6 | Ângela Costa | JUN | 1999 | CDRR | Setúbal | Torneio Nacional Provas Combinadas | Luso | 21.05 | 1 |
| | | [16,75-1,34-10,48-27,28-4,70-33,46-2.32,54] | | | | | | | | |
| 3942 | 1,1 | Ângela Costa | | | | | Campeonato Provas Combinadas | Almada | 07.05 | 1 |
| | | [16,83-1,34-10,36-27,36-4,62-34,26-2.35,56] | | | | | | | | |
| 3622 | -0,7 | Raquel Marques | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Provas Combinadas | Rio Maior | 30.04 | Extra |
| | | [17,12-1,53-7,29-27,75-5,30-21,32-2.53,95] | | | | | | | | |
| 3415 | 0,4 | Sofia Rema | JUN | 1999 | CFOD | Porto | Torneio Nacional Provas Combinadas | Luso | 21.05 | 2 |
| 3384 | 0,7 | Rositinay Mata - STP | JUN | 1999 | GDC | Setúbal | Campeonato Provas Combinadas | Almada | 07.05 | 2 |
| 3312 | 0,3 | Catarina Oliveira | JUN | 1998 | CDP | Porto | Torneio Nacional Provas Combinadas | Luso | 21.05 | 3 |
| 3133 | 0,5 | Gabriela Cardoso | JUN | 1999 | COP | Algarve | Campeonato Provas Combinadas | Rio Maior | 30.04 | Extra |
| 2985 | -1,7 | Joana C. Gonçalves | JUN | 1999 | GDE | Madeira | Campeonato Provas Combinadas | Ribeira Brava | 02.04 | 1 |
| 2817 | -1,7 | Catarina Rosa | JUN | 1998 | CSM | Madeira | Campeonato Provas Combinadas | Ribeira Brava | 02.04 | 2 |
| 2750 | | | | | | | | | | |
| 4992 | 3,2 | Catarina Fonseca | JUn | 1998 | SCp | Lisboa | Campeonato de Portugal | Vagos | 11.06 | 1 t |

4 x 100 metros

CEJ: Sm - RN: 44,98

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|--|--------|-----|------------|----|-----------------------------------|---------------|-------|--------|
| 49,65 | R. Rocha - E. Camacho - J. Gonçalves - R. Santos | GDE | | Madeira | | Campeonato Regional de Estafetas | Ribeira Brava | 29.04 | 1 |
| 50,45 | M. Santos - B. Silva - A. Leite - S. Moreira | CNMAIA | | Porto | | Campeonato Nacional Escolar | Maia | 20.05 | 1 S 1 |
| 50,54 | R. Carvalho - M. costa - F. Coutinho - A. Costa | DREN | | - | | Campeonato Nacional Escolar | Maia | 20.05 | 2 S 2 |
| 50,99 | S. Rodrigues - M.Costa - A. Mendes - J. Neto | SCB | | Braga | | Campeonato Juniores do Norte | Braga | 17.06 | 1 |
| 51,01 | A. Oliveira - S. Soares - C. Silvestre - I. Barros | EBMDS | | Lisboa | | Campeonato Nacional Escolar | Maia | 20.05 | 2 S 1 |
| 51,19 | H. Santos - C. Lourenço - S. Paulico - F. Baldé | EBMDS | | Lisboa | | Campeonato Regional Escolar | Lisboa (I) | 26.04 | 1 S 2 |
| 51,30 | B. Vila - A. Costa - M. Novo - A. Gomes | CDLEP | | Porto | | Campeonato Norte Desporto Escolar | Lousada | 22.04 | 1 S 1 |
| 52,27 | C. Silvestre - S. Rodrigues - A. Oliveira - B. Cruz | EBMDS | | Lisboa | | Campeonato Regional Escolar | Lisboa (I) | 26.04 | 1 S 1 |
| 53,50 | B. Cruz - C. Teixeira - M. Gonçalves - F. Coutinho | NEIVA | | V. Castelo | | Campeonato Norte Desporto Escolar | Lousada | 22.04 | 2 S 2 |
| 53,55 | J. Vieira - C. Rodrigues - R. Santos - M. Nascimento | ADREP | | Aveiro | | Campeonato Distrital Estafetas | Vagos | 29.04 | 2 t |
| 53,65 | F. Coutinho - C. Teixeira - S. Neiva - B. Cruz | NEIVA | | V. Castelo | | Campeonato Desporto Escolar | Viana Castelo | 18.03 | 1 |
| 53,72 | B. Cruz - M. Gonçalves - C. Teixeira - F. Coutinho | CAM-VC | | V. Castelo | | Campeonato Juniores do Norte | Braga | 17.06 | 2 |
| 54,00 | | | | | | | | | |

4 x 400 metros

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|---------|--|-----|-----|--------|----------|-----------------------------------|---------------|-------|---------|
| 4.17,02 | B. Vila - T. Vilaça - M. Ferreira - L. Pinto | | | EMOV | Porto | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 19.02 | 3 S 1 |
| 4.25,51 | B. Vila-L. Pinto- M. Ferreira-T. Vilaça | | | | | Campeonato Clubes - Apuramento | Braga | 21.01 | 2 S 2 t |
| 4.29,21 | R. Santos - A. Caldeira - M. Duarte - C. Rodrigues | | | ADREP | Aveiro | Campeonato Distrital de Estafetas | Vagos | 29.04 | 2 t |
| 4.31,33 | M. Andrade - F. Pereira - M. Tavares - D. Gingeira | | | AFIS | Aveiro | Campeonato Distrital de Estafetas | Vagos | 29.04 | 4 t |
| 4.35,99 | Z. Sousa - M. Duarte - S. Divengle - M. Duarte | | | AABV | Algarve | Campeonato de Inverno | Faro | 15.01 | 1 t |
| 4.38,25 | C. Neves - B. Santos - C. Luís - R. Costa | | | GAF | Santarém | Campeonato Absoluto de Santarém | Abrantes | 21.05 | 1 |
| 4.40,39 | M. Santos - I. Macedo - J. Gonçalves - R. Santos | | | GDE | Madeira | Campeonato Jovem de Inverno | Ribeira Brava | 15.01 | 1 |
| 4.41,56 | D. Henriques-D.Costa-B. Marques- B. Costa | | | GRECAS | Aveiro | Campeonato de Inverno de Aveiro | Vagos | 08.01 | 3 t |
| 4.42,00 | | | | | | | | | |

INVERNO E PISTA COBERTA

60 metros

RN: 7,42

| MARCA | V | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|-----|-----------------------|-----|------|---------|------------|--------------------------------------|---------------|-------|----------|
| 7,53 | pc | Marisa Vaz Carvalho | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 1 F t |
| 7,57 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 1 MF 2 |
| 7,59 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 1 El 1 t |
| 7,60 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 1 F |
| 7,62 | pc | Rosalina Santos - RSA | JUN | 1998 | GDE | Madeira | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 2 El 1 t |
| 7,64 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 22.01 | 1 S 11 t |
| 7,65 | 1,7 | Rosalina Santos | | | | | Campeonato Jovem de Inverno | Ribeira Brava | 13.01 | 1 |
| 7,67 | pc | Joana Carlos | JUN | 1999 | JV | Leiria | Meeting Moniz Pereira P. Coberta | Lisboa (CAR) | 07.01 | 2 F 2 t |
| 7,72 | pc | Rosalina Santos | | | | | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 21.01 | 2 S 7 t |
| 7,73 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 1 El 6 |
| 7,73 | pc | Joana Carlos | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 2 F |
| 7,73 | pc | Joana Carlos | | | | | Campeonato Nacional 1ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 2 t |
| 7,75 | pc | Joana Carlos | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 1 MF 1 |
| 7,79 | pc | Joana Carlos | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 5 F t |
| 7,80 | pc | Joana Carlos | | | | | 11º Meeting Cidade de Pombal | Pombal | 04.02 | 4 F t |
| 7,80 | pc | Joana Carlos | | | | | Provas Extra | Pombal | 18.02 | 2 PE 2 t |
| 7,80 | pc | Joana Carlos | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 2 El 3 t |
| 7,81 | pc | Joana Carlos | | | | | 11º Meeting Cidade de Pombal | Pombal | 04.02 | 2 El 1 t |
| 7,83 | pc | Carina Vanessa | JUN | 1998 | SLB | Lisboa | Meeting Moniz Pereira P. Coberta | Lisboa (CAR) | 07.01 | 2 El 4 |
| 7,83 | pc | Joana Carlos | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 1 El 5 |
| 7,85 | pc | Jéssica Neto | JUN | 1999 | SCB | Braga | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 3 El 2 t |
| 7,87 | pc | Mariana António | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 2 MF 2 |
| 7,89 | pc | Rita Pais de Faria | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Torneio de Preparação | Lisboa (CAR) | 25.01 | 1 F B t |
| 7,90 | 0,6 | Catarina Fonseca | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Meeting Inverno CBF - 2ª Jornada | Faro | 28.02 | 1 S 2 t |
| 7,95 | pc | Ana Moreira | JUN | 1998 | JV | Leiria | Campeonato de Portugal P Coberta | Pombal | 11.02 | 4 El 1 t |
| 8,03 | pc | Patrícia Rodrigues | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 3 El 3 |
| 8,06 | pc | Fátima Coutinho | JUN | 1999 | CAM-VC | V. Castelo | Campeonato do Norte Pista Coberta | Braga | 07.01 | 3 FA t |
| 8,09 | pc | Sara Faria | JUN | 1998 | EAT | Porto | Taça Portugal Velocidade Barreiras | Braga | 14.01 | 3 S 1 t |
| 8,09 | pc | Rute Mota | JUN | 1999 | GAUB | Leiria | 11º Meeting Cidade de Pombal | Pombal | 04.02 | 3 El 1 t |
| 8,10 | 0,0 | Loanne Pinto | JUN | 1999 | EMOV | Porto | Provas Extra | Póvoa Varzim | 11.02 | 1 S 1 t |
| 8,11 | pc | Andreia Gomes | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 21.01 | 6 PE 7 t |
| 8,12 | pc | Bárbara Silva | JUN | 1999 | AJS | Madeira | Taça Portugal Velocidade Barreiras | Braga | 14.01 | 2 PE 1 t |
| 8,13 | pc | Maria João Silva | JUN | 1999 | MAC | Porto | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 3 t |
| 8,17 | pc | Ana Mendes | JUN | 1998 | SCB | Braga | Campeonato do Norte Pista Coberta | Braga | 07.01 | 6 F A 7 |
| 8,17 | pc | Diana Rodrigues - GBS | JUN | 1999 | SCP | Lisboa | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 6 MF 2 |
| 8,17 | pc | Carolina Narciso | JUN | 1999 | CSM | Madeira | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 5 El 3 t |
| 8,20 | pc | Cátia Rpdrigues | JUN | 1999 | ADREP | Aveiro | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 2 El 4 |
| 8,21 | pc | Maria Luís Santos | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 7 El 1 t |
| 8,22 | pc | Gisela Cruz | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 7 El 3 t |
| 8,26 | pc | Sara Rodrigues | JUN | 1999 | SCB | Braga | Taça Portugal Velocidade Barreiras | Braga | 14.01 | 5 S 1 t |
| 8,26 | pc | Catarina Queirós | JUN | 1998 | AJS | Madeira | Taça Portugal Velocidade Barreiras | Braga | 14.01 | 4 PE 1 t |
| 8,28 | pc | Raquel Marques | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Torneio Nacional Pentatlo Técnico PC | Lisboa (CAR) | 08.01 | PEN |
| 8,29 | pc | Rafaela Hora | JUN | 1998 | LAVRA | Porto | Taça Portugal Velocidade Barreiras | Braga | 14.01 | 5 PE 1 t |
| 8,29 | pc | Renata Rocha | JUN | 1999 | GDE | Madeira | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 6 El 2 t |
| 8,30 | 1,7 | Rositinay Mata - STP | JUN | 1999 | GDC | Setúbal | Campeonato de Inverno | Setúbal | 14.01 | 1 El 2 t |
| 8,31 | pc | Rita Vasco | JUN | 1998 | A 20 Km | Santarém | Campeonato Juniores P. Coberta | Pombal | 07.01 | 2 El 1 |
| 8,37 | pc | Beatriz Duarte | JUN | 1999 | ACRDE | Aveiro | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 5 El 1 t |
| 8,38 | pc | Raquel Costa | JUN | 1999 | GAF | Santarém | Campeonato Juniores P. Coberta | Pombal | 07.01 | 2 El 3 |
| 8,38 | pc | Rita Parreira | JUN | 1998 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 4 El 6 |
| 8,40 | pc | Rita Santos | JUN | 1999 | ADREP | Aveiro | Provas de Preparação | Braga | 04.02 | 3 S 6 t |

| | | | | | | | | | | |
|------|------|-----------------------|-----|------|------|---------|---------------------------------|---------------|-------|----------|
| 8,42 | 0,0 | Sofia Rêma | JUN | 1999 | CFOD | Porto | Provas Extra | Póvoa Varzim | 11.02 | 3 S 1 t |
| 8,42 | pc | Giovana Machado - BRA | JUN | 1999 | SCP | Lisboa | Torneio de Preparação | Lisboa (CAR) | 25.01 | 3 EI 1 t |
| 8,42 | pc | Inês Lopes | JUN | 1999 | CAMG | Leiria | Campeonato Leiria Pista Coberta | Pombal | 28.01 | 1 EI 3 t |
| 8,43 | pc | Mariana Santos | JUN | 1999 | ACV | Leiria | 10º Meeting António Monteiro | Pombal | 26.02 | 6 F t |
| 8,44 | -1,2 | Joana C. Gonçalves | JUN | 1999 | GDE | Madeira | Prova Extra | Ribeira Brava | 21.01 | 4 PE 1 t |

8,44

200 metros (PC)

RN: 24,40

| MARCA | V | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|----|------------------------|-----|------|--------|------------|-----------------------------------|--------|-------|----------|
| 24,74 | pc | Carina Vanessa Pereira | JUN | 1998 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 2 s 4 t |
| 24,75 | pc | Rosalina Santos - RSA | JUN | 1998 | GDE | MAdeira | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 2 S 4 t |
| 24,94 | pc | Carina V. Pereira | | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 1 S 3 t |
| 25,42 | pc | Joana Carlos | JUN | 1999 | JV | Leiria | Campeonato Nacional 1ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 1 S 1 t |
| 25,57 | pc | Joana Carlos | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 1 S 3 t |
| 25,61 | pc | Joana Carlos | | | | | Campeonato Juniores P. Coberta | Pombal | 08.01 | 1 S 6 |
| 25,64 | pc | Carina V. Pereira | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 1 S 8 |
| 25,80 | pc | Jéssica Neto | JUN | 1999 | SCB | Braga | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 2 S 3 t |
| 25,81 | pc | Jéssica Neto | | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 1 S 1 t |
| 25,88 | pc | Jéssica Neto | | | | | Campeonato Nacional 1ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 3 S 2 t |
| 25,97 | pc | Bárbara Silva | JUN | 1999 | AJS | Madeira | Campeonato Nacional 1ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 2 S 1 t |
| 26,31 | pc | Rafaela Hora | JUN | 1998 | LAVRA | Porto | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 4 s 1 t |
| 26,43 | pc | Elisabete Silva | JUN | 1998 | UCE | Coimbra | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 22.01 | 1 S 10 t |
| 26,44 | pc | Loanne Pinto | JUN | 1999 | EMOV | Porto | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 19.02 | 3 S 2 t |
| 26,48 | pc | Rita Pais de Faria | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 3 S 3 t |
| 26,63 | pc | Rute Mota | JUN | 1999 | GAUB | Leiria | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 1 S 2 t |
| 26,72 | pc | Ana Moreira | JUN | 1998 | JV | Leiria | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 3 S 2 t |
| 26,84 | pc | Maria João Silva | JUN | 1998 | MAC | Porto | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 19.02 | 4 s 2 t |
| 26,88 | pc | Carolina Narciso | JUN | 1999 | CSM | Madeira | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 1 S 1 t |
| 27,19 | pc | Cátia Rodrigues | JUN | 1999 | ADREP | Aveiro | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 21.01 | 2 S 7 t |
| 27,40 | pc | Fátima Coutinho | JUN | 1999 | CAM-VC | V. Castelo | Campeonato Clubes - Apuramento | Braga | 21.01 | 2 S 3 t |
| 27,46 | pc | Rita Santos | JUN | 1999 | ADREP | Aveiro | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 19.02 | 4 S 1 t |
| 27,81 | pc | Sara Ribeiro | JUN | 1998 | GAF | Santarém | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 2 S 2 |
| 27,97 | pc | Raquel Costa | JUN | 1999 | GAF | Santarém | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 22.01 | 2 S 11 t |
| 28,07 | pc | Ana Mendes | JUN | 1998 | SCB | Braga | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 4 S 1 t |
| 28,08 | pc | Ângela Costa | JUN | 1999 | CDRR | Setúbal | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 21.01 | 3 S 7 t |
| 28,21 | pc | Sara Faria | JUN | 1998 | EAT | Porto | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 2 S 1 |
| 28,30 | pc | Irina Vitorino | JUN | 1999 | JOMA | Lisboa | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 22.01 | 3 S 10 t |

28,34

400 metros (PC)

RN: 55,71

| MARCA | V | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|----|------------------------|-----|------|---------|----------|-----------------------------------|--------|-------|----------|
| 56,28 | pc | Carina Vanessa Pereira | JUN | 1998 | SLB | Lisboa | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 11.02 | 1 S 3 t |
| 56,56 | pc | Carina V. Pereira | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 1 S 3 t |
| 56,87 | pc | Fatoumata Diallo | JUV | 2000 | COP | Algarve | | Pombal | 18.02 | 1 S 2 t |
| 57,12 | pc | Fatoumata Diallo | | | | | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 21.01 | 2 S 8 t |
| 57,34 | pc | Carina V. Pereira | | | | | 11º Meeting Cidade de Pombal | Pombal | 04.02 | 2 S 2 t |
| 57,81 | pc | Carina V. Pereira | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 1 S 5 |
| 58,13 | pc | Elisabete Silva | JUN | 1998 | UCE | Coimbra | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 3 S 3 t |
| 58,33 | pc | Fatoumata Diallo | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 2 S 5 t |
| 58,61 | pc | Elisabete Silva | | | | | Campeonato Nacional Universitário | Pombal | 05.03 | 1 S 1 t |
| 58,72 | pc | Elisabete Silva | | | | | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 2 S 2 t |
| 58,72 | pc | Elisabete Silva | | | | | 11º Meeting Cidade de Pombal | Pombal | 04.02 | 3 S 2 t |
| 58,75 | pc | Rafaela Hora | JUN | 1998 | LAVRA | Porto | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 1 S 4 |
| 59,08 | pc | Rafaela Hora | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 1 S 2 t |
| 59,53 | pc | Elisabete Silva | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 2 s 4 |
| 59,55 | pc | Rafaela Hora | | | | | Campeonato Clubes - Apuramento | Braga | 21.01 | 1 S 4 t |
| 60,29 | pc | Francisca Martins | JUN | 1998 | GRECAS | Aveiro | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 3 S 2 t |
| 60,34 | pc | Mafalda Marques | JUV | 2001 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 1 S 3 t |
| 60,42 | pc | Beatriz Gameiro | JUV | 2000 | A 20 Km | Santarém | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 22.01 | 2 S 11 t |
| 60,54 | pc | Beatriz Rebelo | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 2 S 1 t |
| 60,58 | pc | Loanne Pinto | JUN | 1999 | EMOV | Porto | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 3 s 2 t |
| 60,63 | pc | Lara Glória | JUN | 1998 | CPC | Setúbal | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 25.02 | 3 S 1 t |
| 61,39 | pc | Angélica Pereira | JUV | 2000 | MAC | Porto | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 4 s 2 t |
| 61,87 | pc | Mariana Machado | JUV | 2000 | SCB | Braga | Campeonato do Norte Pista Coberta | Braga | 07.01 | 1 S 5 t |
| 61,89 | pc | Catarina Lourenço | JUV | 2000 | CASM | Lisboa | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 1 S 1 t |
| 61,91 | pc | Francisca Silva | JUV | 2000 | SCB | Braga | Campeonato Nacional 1ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 3 S 2 t |
| 62,55 | pc | Sofia Castanhas | JUV | 2000 | GS | Coimbra | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 2 S 1 t |

| | | | | | | | | | | |
|-------|----|--------------------|-----|------|------|------------|-----------------------------------|--------|-------|---------|
| 62,75 | pc | Daria Melnyk - UKR | JUV | 2000 | JV | Leiria | Campeonato Juniores P. Coberta | Pombal | 07.01 | 1 S 3 |
| 62,83 | pc | Catarina Pinho | JUV | 2001 | CFOD | Porto | Campeonato do Norte Pista Coberta | Braga | 07.01 | 1 S 3 t |
| 62,92 | pc | Carina Paim | JUN | 1999 | CPM | Viseu | Campeonato do Norte Pista Coberta | Braga | 07.01 | Extra |
| 63,24 | pc | Tânia Anis | JUV | 1998 | CAAV | V. Castelo | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 28.01 | 3 S 1 |

63,24

60m Barreiras (0,84)

RN: 8,37

| MARCA | V | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------------|------|----------------------------|-----|------|--------|-----------|--|---------------|--------------|------------|
| 8,37 | pc | Marisa Vaz Carvalho | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Nacional 1ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 1 t |
| 8,43 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Torneio de Preparação | Lisboa (CAR) | 25.01 | 1 El 2 |
| 8,44 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 1 F |
| 8,46 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | PEN |
| 8,49 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Meeting da Catalunha | Sabadel - ESP | 07.02 | 2 t |
| 8,51 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 1 F t |
| 8,55 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Meeting Moniz Pereira P. Coberta | Lisboa (CAR) | 07.01 | 1 F t |
| 8,55 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Meeting Moniz Pereira P. Coberta | Lisboa (CAR) | 07.01 | 1 El 1 t |
| 8,56 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 22.01 | 1 S 11 t |
| 8,59 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 1 El 2 t |
| 8,66 | pc | Marisa Vaz Carvalho | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 1 El 4 |
| 8,75 | pc | Mariana António | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | 11º Meeting Cidade de Pombal | Pombal | 04.02 | 1 El 1 t |
| 8,75 | pc | Catarina Fonseca | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 2 F t |
| 8,80 | pc | Mariana António | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 2 F |
| 8,81 | pc | Catarina Fonseca | | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | PEN |
| 8,81 | pc | Mariana António | | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 2 El 2 t |
| 8,81 | pc | Mariana António | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 3 F t |
| 8,82 | pc | Mariana António | | | | | 11º Meeting Cidade de Pombal | Pombal | 04.02 | 2 F t |
| 8,84 | pc | Mariana António | | | | | Meeting Moniz Pereira P. Coberta | Lisboa (CAR) | 07.01 | 3 F t |
| 8,84 | pc | Catarina Fonseca | | | | | Campeonato Nacional Universitário | Pombal | 05.03 | 1 F t |
| 8,85 | pc | Catarina Fonseca | | | | | Campeonato Nacional Universitário | Pombal | 05.03 | 1 El 1 t |
| 8,90 | pc | Catarina Fonseca | | | | | 11º Meeting Cidade de Pombal | Pombal | 04.02 | 2 El 2 t |
| 8,91 | pc | Catarina Queirós | JUN | 1998 | AJS | Madeira | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 3 F |
| 8,91 | pc | Mariana António | | | | | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 3 F t |
| 8,91 | pc | Catarina Queirós | | | | | Campeonato Nacional 1ª Divisão PC | Pombal | 18.02 | 3 t |
| 8,92 | pc | Mariana António | | | | | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 1 El 3 |
| 8,93 | pc | Catarina Fonseca | | | | | 11º Meeting Cidade de Pombal | Pombal | 04.02 | 3 F t |
| 8,97 | pc | Mariana António | | | | | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 1 El 1 t |
| 8,99 | pc | Mariana António | | | | | Meeting Moniz Pereira P. Coberta | Lisboa (CAR) | 07.01 | 2 El 1 t |
| 9,00 | pc | Catarina Queirós | | | | | Taça Portugal Velocidade Barreiras | Braga | 14.01 | 1 S 1 t |
| 9,00 | pc | Catarina Fonseca | | | | | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 21.01 | 3 PE 6 t |
| 9,01 | pc | Elisabete Silva | JUN | 1998 | UCE | Coimbra | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 19.01 | 1 t |
| 9,12 | pc | Bárbara Silva | JUN | 1999 | AJS | Madeira | 11º Meeting Cidade de Pombal | Pombal | 04.02 | 3 El 2 t |
| 9,27 | pc | Renata Rocha | JUN | 1999 | GDE | Madeira | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 2 El 2 t |
| 9,31 | pc | Carolina Ribeiro | JUV | 2000 | GAF | Santarém | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 5 F t |
| 9,34 | pc | Juliana Brites | JUV | 2000 | JV | Leiria | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 22.01 | 1 PE 10 t |
| 9,52 | pc | Fatoumata Baldé - GBS | JUV | 2000 | CASM | Lisboa | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 19.01 | 3 t |
| 9,63 | pc | Raquel Costa | JUN | 1999 | GAF | Santarém | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | PEN |
| 9,66 | pc | Raquel Marques | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Torneio Nacional Pentatlo Técnico PC | Lisboa (CAR) | 08.01 | PEN |
| 9,70 | pc | Rafaela Hora | JUN | 1998 | LAVRA | Porto | Campeonato do Norte Pista Coberta | Braga | 08.01 | 1 F A t |
| 9,77 | pc | Eduarda Ferreira | JUV | 2001 | JV | Leiria | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 3 El 4 t |
| 9,90 | 1,5 | Maria Matos | JUN | 1998 | JIV-SM | S. Miguel | Campeonato de Inverno | Ponta Delgada | 21.01 | 1 t |
| 10,02 | pc | Tatiana Silva | JUV | 2000 | GDE | Madeira | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 3 El 3 t |
| 10,04 | pc | Maria Grácio | JUN | 1999 | LAVRA | Porto | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 3 El 1 |
| 10,08 | pc | Gabriela Cardoso | JUN | 1998 | COP | Algarve | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 19.01 | 4 t |
| 10,08 | pc | Mariana Santos | JUN | 1999 | ACV | Leiria | 10º Meeting António Monteiro | Pombal | 26.02 | 2 t |
| 10,09 | pc | Gisela Cruz | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | 11º Meeting Cidade de Pombal | Pombal | 04.02 | 5 El 1 t |
| 10,10 | pc | Mariana Santos | JUN | 1999 | ACV | Leiria | Campeonato Clubes - Apuramento | Pombal | 22.01 | 2 S 10 t |
| 10,13 | pc | Ângela Costa | JUN | 1999 | CDRR | Setúbal | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | PEN |
| 10,14 | -1,2 | Ana Rita Silva | JUV | 2000 | JAM | Aveiro | Campeonto de Inverno de Aveiro | Vagos | 08.01 | 2 t |
| 10,14 | pc | Sónia Machado | JUN | 1998 | JV | Leiria | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | PEN |
| 10,15 | pc | Ana Patrícia Moreira | JUV | 2000 | CAA | Porto | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 5 El 1 t |
| 10,15 | pc | Berenice Vila | JUN | 1999 | EMOV | Porto | Campeonato Nacional 2ª Divisão PC | Pombal | 19.01 | 5 t |
| 10,18 | pc | Ana Nadais | JUV | 2001 | CFOD | Porto | Campeonato Clubes - Apuramento | Braga | 21.01 | 3 PE 2 t |
| 10,24 | pc | Érica Carlos Júlia | JUV | 2000 | COP | Algarve | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 5 El 4 t |
| 10,25 | pc | Fátima Silva | JUN | 1999 | CDP | Porto | Campeonato do Norte Pista Coberta | Braga | 08.01 | 4 El 1 t |

10,34

PENTATLO (PC e Ar livre)

(60m Barreiras - Altura - Peso - Comprimento - 800m)

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|---|-----|------|-------|----------|--------------------------------------|--------------|-------|--------|
| 4064 | pc Marisa Vaz Carvalho [8,46-1,62-13,07-6,02-2.30,18] | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 1 t |
| 3579 | pc Catarina Fonseca [8,81-1,71-10,99-5,52-2.50,12] | JUN | 1998 | SCP | Lisboa | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 2 t |
| 3485 | pc Catarina Queirós [9,09-1,68-8,10-5,58-2.34,68] | JUN | 1998 | AJS | Madeira | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 3 t |
| 3440 | pc Bárbara Silva | JUN | 1999 | AJS | Madeira | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 1 |
| 3121 | pc Raquel Marques | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Torneio Nacional Pentatlo Técnico PC | Lisboa (CAR) | 08.01 | 1 |
| 2986 | pc Raquel Costa | JUN | 1999 | GAF | Santarém | Campeonato Portugal P Coberta | Pombal | 12.02 | 5 t |
| 2897 | pc Sónia Machado | JUN | 1998 | JV | Leiria | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 2 |
| 2614 | pc Ângela Costa | JUN | 1999 | CDRR | Setúbal | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 4 |
| 2425 | pc Sofia Rêma | JUN | 1999 | CFOD | Porto | Campeonato Nacional Juniores PC | Braga | 29.01 | 5 |

PENTATLO TÉCNICO (PC e Ar livre)

(60m Barreiras - Altura - Peso - 60m - Comprimento)

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|-------|---|-----|------|-------|--------|--------------------------------------|--------------|-------|--------|
| 3121 | pc Raquel Marques [9,66-1,47-7,10-8,28-5,33] | JUN | 1999 | SLB | Lisboa | Torneio Nacional Pentatlo Técnico PC | Lisboa (CAR) | 08.01 | 1 |

2100

4 x 200 metros

| MARCA | ATLETA | ESC | ANO | CLUBE | AR | COMPETIÇÃO | LOCAL | DATA | INFORM |
|---------|--|-----|-----|-------|--------|--------------------------------|--------|-------|---------|
| 2.13,88 | R. Mota - M. Silvério - L. Ferreira - J. Alberto | | | GAUB | Leiria | Campeonato Nacional Esperanças | Pombal | 26.02 | 4 S 1 t |

2.15,00