

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE ATLETISMO

OS MELHORES DO ANO 2016 JUVENIS FEMININOS

Marcas a 31 Agosto 2016

José Costa

60 metros

8,54

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
7,50	pc	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	13.02	1 MFA t
7,78	pc	Joana Carlos	JUV	1999	JV	Leiria	Campeonato Nacional 1ª Divisão PC	Pombal	05.03	3 PE 2 t
7,91	pc	Érica Grangeia	JUV	2000	GS	Coimbra	Campeonato Nacional 2ª Divisão PC	Pombal	05.03	1 t
7,99	pc	Jéssica Neto	JUV	1999	MAC	Porto	Campeonato Nacional Juniors	Braga	13.02	1 EI 2 t
8,00	pc	Vitória Monteiro	JUV	1999	AAPL	Setúbal	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	1 MF 2
8,01	pc	Catarina Karas	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	13.02	2 EI 7 t
8,04	pc	Maria da Silva	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	13.02	5 MF B t
8,05	pc	Fátima Coutinho	JUV	1999	CAM-VC	V. Castelo	Torneio Juvenil do Norte	Braga	09.01	1 EI 1
8,05	1,5	Beatriz Andrade	INIC	2001	SCUT	Lisboa	Campeonato de Inverno	Lisboa (AL)	30.01	1 S 1
8,09	pc	Patrícia Rodrigues	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	5 F
8,09	pc	Cátia Rodrigues	JUV	1999	ADREP	Aveiro	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	2 MF 2
8,09	pc	Irina Vitorino	JUV	1999	JOMA	Lisboa	Torneio Georgete Duarte	Lisboa (CAR)	28.02	3 EI 2 t
8,09	pc	Catarina Vieira	INIC	2001	EMOV	Porto	Torneio Juvenil do Norte	Braga	09.01	2 EI 1 t
8,12	0,5	Ema Camacho	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Campeonato Jovem Inverno	Ribeira Brava	09.01	1 S 1
8,13	pc	Sara Rodrigues	JUV	1999	SCB	Braga	Provas Preparação	Braga	23.01	2 S 2 t
8,15	-1,8	Carolina Narciso	JUV	1999	AASX	Setúbal	Campeonato Clubes Inverno	Almada	20.02	1 S 1 t
8,15	2,0	Célia Góis	INIC	2001	ADRAP	Madeira	Campeonato de Inverno	Ribeira Brava	30.01	1 S 3
8,17	pc	Bárbara Silva	JUV	1999	LAVRA	Porto	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	PEN
8,17	pc	Diana Rodrigues - GBS	JUV	1999	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	4 MF 1
8,17	pc	Maria Luís Santos	JUV	1999	SLB	Lisboa	Torneio Georgete Duarte	Lisboa (CAR)	28.02	4 EI 1 t
8,18	pc	Tatiana Silva	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	13.02	4 EI 1 t
8,22	pc	Matilde Sousa	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Campeonato Juniores Pista Coberta	Pombal	16.01	1 EI 6 t
8,22	pc	Francisca Silva	JUV	2000	JUNI	Braga	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	3 EI 4
8,23	1,5	Cristiana Bernardo	INIC	2001	SLB	Lisboa	Campeonato de Inverno	Lisboa (AL)	30.01	2 S 1
8,26	pc	Raquel Haar	JUV	1999	GDD	Évora	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	PEN
8,26	pc	Bárbara Mota	JUV	2000	ACV	Leiria	Campeonato de Juniores	Pombal	16.01	1 EI 5 t
8,27	pc	Fatoumata Diallo	JUV	2000	COP	Algarve	Campeonato de Inverno	VRS António	16.01	1 F t
8,28	pc	Ophélie Noualli - FRA	JUV	2000	CDCNAV	Porto	Campeonato Clubes PC -Apuramento	Braga	06.02	5 S 2 t
8,29	pc	Carolina Ribeiro	JUV	2000	UFCT	Santarém	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	PEN
8,29	pc	Sofia Castanhas	JUV	2000	GS	Coimbra	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	13.02	5 EI 1 t
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
8,34	pc	Raquel Marques	JUV	1999	SLB	Lisboa	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	PEN
8,35	pc	Sofia Almeida	INIC	2003	ADERCUS	Aveiro	Meeting Jovem Cidade Pombal	Pombal	12.03	1 S 3
8,35	pc	Beatriz Gameiro	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Meeting Moniz Pereira Pista Coberta	Lisboa (CAR)	09.01	5 EI 1 t
8,35	-1,8	Rita Neves	JUV	1999	GDC	Setúbal	Campeonato Clubes Inverno	Almada	20.02	2 S 1 t
8,35	pc	Inês Lopes	JUV	1999	CAMG	Leiria	Meeting Cidade de Pombal	Pombal	27.02	4 EI 1 t
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
8,37	0,5	Renata Rocha	JUV	1999	GDE	Madeira	Campeonato Jovem Inverno	Ribeira Brava	09.01	3 S 1
8,37	pc	Alina Humenniyk - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Clubes PC -Apuramento	Pombal	07.02	PE 10 t
8,38	1,8	Alice Finisterra	INF	2004	GS	Coimbra	3º Meeting de Cantanhede	Febres	23.04	Extra
8,38	pc	Sara Silva	JUV	2000	CAA	Porto	Provas Preparação	Braga	23.01	7 S 2 t
8,39	pc	Inês Barros	JUV	2000	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	3 EI 1
8,39	pc	Beatriz Fernandes	JUV	2000	ACRDA	Leiria	Meeting Cidade de Pombal	Pombal	27.02	3 EI 3 t
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
8,40	pc	Berenice Vila	JUV	1999	EMOV	Porto	Torneio Juvenil do Norte	Braga	09.01	1 EI 2
8,40	-2,7	Ana Janeiro	JUV	1998	GDD	Évora	Campeonato de Inverno	V. Novas	09.01	1 S 2 t
8,40	pc	Júlia Gomes	JUV	2000	CAS	Guarda	Campeonato Clubes PC - Apuramento	Pombal	07.02	3 S 10 t

8,42	0,0	Maria Andrade	INF	2003	JUNI	Braga	Torneio Atleta Completo	Braga	09.04	PEN
8,42	-1,0	Patrícia Alminhas	JUV	2000	VFC	Setúbal	Campeonato de Inverno	Almada	09.01	3 F t
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
8,44	pc	Rute Mota	JUV	1999	GAUB	Leiria	Campeonato Clubes PC - Apuramento	Pombal	07.02	4 PE 10 t
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
8,49	-1,3	Camila Rodrigues	JUV	1999	CARDES	Viseu	Torneio de Carnaval	Viseu	06.02	2
8,49	pc	Beatriz Rebelo	JUV	1999	DCB	C. Branco	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	13.02	6 EI 5 t
8,50	1,1	Diana Knyazevych	INF	2003	JV	Leiria	Torneio Atleta Completo	Pombal	30.04	PEN
8,50	pc	Ana Filipa Marques	JUV	2000	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	5 EI 5
8,51	1,1	Margarida Figueiredo	INIC	2001	SVB	Viseu	Campeonato de Inverno	Viseu	17.01	1 S 2
8,52	pc	Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato Juvenis Pista Coberta	Alpiarça	02.01	3 F
8,52	pc	Dânia Furk	JUV	2000	ACM-A	Terceira	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	4 EI 6
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
8,53	pc	Nadine Lopes	JUV	1999	UCE	Coimbra	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	4 EI 2
8,53	pc	Ana Frias	JUV	2000	CAMG	Leiria	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	5 EI 6

8,54

100 metros

13,24 / 12,20

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
11,65	1,4	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Meeting Internacional Stº António	Lisboa (U)	19.06	1 t
12,04	0,6	Joana Carlos	JUV	1999	JV	Leiria	Meeting de Salamanca	Salamanca	04.06	2 EI 3 t
12,17	-1,8	Catarina Karas	JUV	2000	SCP	Lisboa	Jogos da CPLP	Espargos (CPV)	17.07	1 EI 1
12,31	-0,2	Catarina Lourenço	JUV	2000	CASM	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1 F
12,42	2,0	Jéssica Neto	JUV	1999	MAC	Porto	Campeonato do Norte	Maia	23.07	1 F t
12,43	1,9	Érica Grangeia	JUV	2000	GS	Coimbra	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	20.05	1 EI 1 t
12,43	-0,2	Patrícia Rodrigues	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	3
12,50	-0,2	Beatriz Andrade	INIC	2001	SCUT	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	4 t
12,54	1,9	Sara Moreira	INIC	2001	ARLVG	Porto	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	20.05	3 EI 1 t
12,57	1,7	Ema Camacho	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	04.06	1
12,57	-0,2	Fatoumata Baldé - GBS	JUV	2000	CASM	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	5
12,59	1,2	Fátima Coutinho	JUV	1999	CAM-VC	V. Castelo	Torneio Desporto Escolar	A. Valdevez	12.03	1
12,61	2,0	Fatoumata Diallo	JUV	2000	COP	Algarve	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	1 S 2
12,65	0,1	Carolina Narciso	JUV	1999	AASX	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	22.05	1 F
12,67	-0,2	Maria da Silva	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	6
12,72	2,0	Cátia Rodrigues	JUV	1999	ADREP	Aveiro	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	2 S 2
12,74	2,0	Bárbara Silva	JUV	1999	LAVRA	Porto	Campeonato do Norte	Maia	23.07	5 F t
12,76	1,8	Bárbara Mota	JUV	2000	ACV	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	1 F
12,76	2,0	Carolina Ribeiro	JUV	2000	UFCT	Santarém	Campeonato de Juniores	Rio Maior	04.06	1 F t
12,76	1,8	Sara Rodrigues	JUV	1999	SCB	Braga	1ª Noite Atlética	Braga	13.07	2 s 1 t
12,82	1,6	Patrícia Alminhas	JUV	2000	VFC	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Castro Verde	25.06	Extra
12,83	-0,2	Loanne Pinto	JUV	1999	EMOV	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	2 F
12,84	2,0	Matilde Sousa	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Campeonato de Juniores	Rio Maior	04.06	2 F t
12,85	0,5	Irina Vitorino	JUV	1999	JOMA	Lisboa	Torneio de Preparação	Lisboa (AL)	24.04	2 t
12,87	1,8	Inês Lopes	JUV	1999	CAMG	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	2 F
12,94	0,6	Maria Luís Santos	JUV	1999	SLB	Lisboa	Meeting de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	5 EI 4 t
12,95	0,0	Ana Costa	INIC	2002	CAT-P	Porto	Meeting Cidade de Amarante	Amarante	01.05	1
12,98	0,7	Raquel Marques	JUV	1999	SLB	Lisboa	Torneio de Encerramento	Lisboa (I)	13.07	1 S 2 t
13,00	1,7	Ema Carvão	INIC	2001	AJS	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	04.06	2 t
13,01	1,8	Beatriz Fernandes	JUV	2000	ACRDA	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	3 F
13,01	1,8	Margarida Figueiredo	INIC	2001	SVB	Viseu	Campeonato de Juvenis	Viseu	05.06	1 t
13,02	1,3	Rute Mota	JUV	1999	GAUB	Leiria	Campeonato Absoluto de Leiria	Pombal	11.06	2 F t
13,03	1,8	Francisca Silva	JUV	2000	JUNI	Braga	1ª Noite Atlética	Braga	13.07	4 s 1 t
13,05	1,7	Tatiana Silva	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Provas Extra	Ribeira Brava	23.04	3 t
13,06	0,7	Sofia Almeida	INIC	2002	ADERCUS	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	1 F t
13,07	1,7	Célia Góis	INIC	2001	ADRAP	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	04.06	3 t

13,09	2,0	Dânia Furk	JUV	2000	ACM-A	Terceira	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	4 S 2
13,11	-0,5	Diana Rodrigues - GBS	JUV	1999	SCP	Lisboa	Meeting de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	5 EI 2 t
13,13	-1,0	Alina Humenyuk - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Clubes - Apuramento	Fátima	28.05	2 PE 3 t
13,13	-0,6	Carlota Ribeiro	INIC	2002	JUNI	Braga	Torneio de São João	Braga	22.06	1 S 3 t
13,15	-1,8	Júlia Dégardin	INIC	2001	GCAD	C. Branco	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	3 EI 2 t
13,16	0,2	Gisela Cruz	JUV	2000	SLB	Lisboa	Campeonato de Juniores	Lisboa (AL)	04.06	2 EI 2
13,19	1,7	Renata Rocha	JUV	1999	GDE	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	04.06	4
13,20	0,1	Rositinay Mata - STP	JUV	1999	GDC	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	22.05	3 F
13,23	1,2	Beatriz Rebelo	JUV	1999	DCB	C. Branco	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	4 EI 3 t
13,24	1,3	Sara Silva	JUV	2000	CAA	Porto	Torneio Juvenil do Norte	Lousada	23.04	1 EI 5
13,24	1,8	Ângela Batista	JUV	2000	SCA	Santarém	Provas Extra	Rio Maior	09.09	1 t

13,24

200 metros

27,44 / 24,85

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
24,44	-2	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	10.07	1 S 3 t
25,28	-0,1	Joana Carlos	JUV	1999	JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 4
25,37	-0,1	Catarina Lourenço	JUV	2000	CASM	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 S 4
25,57	0,0	Érica Granjeia	JUV	2000	GS	Coimbra	Campeonato Absoluto de Aveiro	Luso	05.06	Extra
25,66	-0,1	Fatoumata Diallo	JUV	2000	COP	Algarve	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3 S 4
25,71	0,4	Catarina Karas	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	10.07	1 S 2 t
25,82	1,1	Maria da Silva	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato de Juniores	Lisboa (AL)	05.06	2 S 2 t
25,98	1,9	Sara Moreira	INIC	2001	ARLVG	Porto	Campeonato de Juvenis	Pombal	19.06	Extra
26,00	-0,6	Ana Costa	INIC	2002	CAT-P	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	1 S 1 t
26,09	0,5	Fátima Coutinho	JUV	1999	CAM-VC	V. Castelo	Campeonato do Norte	Maia	24.07	1 F t
26,18	-0,1	Beatriz Andrade	INIC	2001	SCUT	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	5 S 4
26,22	1,8	Margarida Figueiredo	INIC	2001	SVB	Viseu	Campeonato de Juvenis	Viseu	04.06	1 t
26,32	0,5	Bárbara Silva	JUV	1999	LAVRA	Porto	Campeonato do Norte	Maia	24.07	2 F t
26,40	0,7	Carolina Ribeiro	JUV	2000	IND-S	Santarém	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	HEP
26,43	-0,6	Loanne Pinto	JUV	1999	EMOV	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	2 S 1
26,46	-1,3	Patrícia Alminhas	JUV	2000	VFC	Setúbal	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 S 3
26,47	0,1	Carolina Narciso	INIC	2001	AASX	Setúbal	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	10.07	1 S 1 t
26,50	-1,3	Jéssica Neto	JUV	1999	MAC	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3 S 3
26,52	pc	Cátia Rodrigues	JUV	1999	ADREP	Aveiro	Provas Preparação	Braga	23.01	1 S 1 t
26,58	1,2	Inês Lopes	JUV	1999	CAMG	Leiria	Campeonato de Juniores	Rio Maior	05.06	1 S 3 t
26,65	-1,5	Ema Camacho	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Campeonato Jovem de Inverno	Ribeira Brava	10.01	1
26,66	pc	Irina Vitorino	JUV	1999	JOMA	Lisboa	Campeonato Clubes PC - Apuramento	Pombal	06.02	2 S 6 t
26,92	-1,4	Francisca Silva	JUV	2000	JUNI	Braga	Torneio Atleta Completo	Braga	09.04	1
26,92	pc	Patrícia Rodrigues	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	1 S 2
26,93	pc	Beatriz Gameiro	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Provas Extra	Pombal	10.01	1 S 1 t
26,93	pc	Sara Rodrigues	JUV	1999	SCB	Braga	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	1 S 1
26,94	-2,4	Maria Luís Santos	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 2
26,94	1,2	Matilde Sousa	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Campeonato de Juniores	Rio Maior	05.06	3 S 3
26,97	0,5	Océne Conceição	JUV	1999	ADREP	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	15.05	2 S 1
27,09	-1,0	Carina Silva	INIC	2001	JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 1 t
27,09	0,1	Dânia Furk	JUV	2000	ACM-A	Terceira	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	10.07	4 S 1 t
27,11	1,4	Tatiana Silva	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 1ª jornada	Funchal	24.04	2 S 2
27,16	1,9	Beatriz Fernandes	JUV	2000	ACRDA	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	19.06	3
27,25	1,1	Gisela Cruz	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato de Juniores	Lisboa (AL)	05.06	6 S 2 t
27,32	-0,6	Sara Silva	JUV	2000	CAA	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	3 S 1
27,33	-1,1	Beatriz Rodrigues	JUV	1999	ADERCUS	Aveiro	Torneio 4 Maravilhas	Luso	03.04	1 t
27,33	0,5	Sofia Almeida	INIC	2002	ADERCUS	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	15.05	3 S 1 t
27,43	0,7	Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	HEP
27,44	-2,2	Raquel Haar	JUV	1999	GDD	Évora	Campeonato de Inverno	V. Novas	09.01	1
27,44	1,9	Rute Mota	JUV	1999	GAUB	Leiria	Campeonato Absoluto de Leiria	Pombal	12.06	4 S 2 t

27,44

300 metros

45,04 / 56,55 (400)

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
39,09	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1 S 4
40,73	Raquel Haar	JUV	1999	GDD	Évora	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	1 S 3
40,82	Fatoumata Diallo	JUV	2000	COP	Algarve	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	2 S 3
41,70	Patrícia Silva	JUV	1999	IND-Lx	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	1 S 1
41,71	Ana Costa	INIC	2002	CAT-P	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	1 S 1 t

41,97		Loanne Pinto	JUV 1999	EMOV	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	1 S 1
42,21		Catarina Lourenço	JUV 2000	CASM	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	1 S 2
42,40		Maria da Silva	JUV 2000	SCP	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	2 S 1
42,47		Mafalda Marques	INIC 2001	SLB	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	1s 1 t
42,62		Carolina Ribeiro	JUV 2000	UFCT	Santarém	Meeting Jovem do AC Vermoil	Pombal	25.04	1 S 1 t
42,74		Cátia Rodrigues	JUV 1999	ADREP	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	1 S 1
42,75	pc	Érica Grangeia	JUV 2000	GS-RC	Coimbra	Provas Extra	Pombal	09.01	1 s 2
42,79	pc	Irina Vitorino	JUV 1999	JOMA	Lisboa	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	2 S 2
42,95		Carlona Narciso	JUV 1999	AASX	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	21.05	1 S 1
42,95		Ema Camacho	JUV 2000	ACDSJ	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	04.06	1
42,98		Mariana Fernandes	INIC 2001	SLB	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	2 S 1 t
43,09		Beatriz Rebelo	JUV 1999	DCB	C. Branco	Torneio de Encerramento	Lisboa (I)	13.07	Extra
43,17		Margarida Figueiredo	INIC 2001	SVB	Viseu	Campeonato de Juvenis	Viseu	05.06	1 t
43,18		Inês Farias	INIC 2001	COP	Algarve	Provas Extra	Faro	18.06	1
43,28		Gisela Cruz	JUV 1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1 S 2
43,33		Ana Barros	INIC 2002	SCRD	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2 S 3 t
43,35		Beatriz Gameiro	JUV 2000	A 20 Km	Santarém	Torneio Olímpico Jovem	Abrantes	14.05	1 S 2
43,37		Angélica Pereira	JUV 2000	MAC	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	2 S 1
43,49		Oceane Conceição	JUV 1999	ADREP	Aveiro	Campeonato Juvenis inverno	Vagos	02.01	1
43,50		Sara Monteiro	JUV 1999	ADNO	Lisboa	Provas Extra	Lisboa (AL)	26.06	1 S 1
43,55		Beatriz Rodrigues	JUV 1999	ADERCUS	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	2 S 1
43,68		Inês Silva	JUV 1999	SCB	Braga	Torneio Olímpico Jovem	Braga	21.05	1
43,68		Luana Crisóstomo	JUV 2000	CGAD	C. Branco	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2 S 2
43,69		Laura Ramos	INIC 2002	CPRAB	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	1 S 2
43,71		Sara Moreira	INIC 2001	ARLVG	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	7 S 4 t
43,90		Giovana Machado - BRA	JUV 1999	SCP	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	3 S 1
43,94		Maria Luís Santos	JUV 1999	SLB	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	2 S 2
43,95		Dânia Furk	JUV 2000	ACM-A	Terceira	Torneio Olímpico Jovem dos Açores	A. Heroísmo	14.05	1
43,95	pc	Lara Costa	INIC 2001	SCB	Braga	Torneio Juvenil do Norte	Braga	09.01	2 S 1 t
44,03		Inês Santos	INIC 2002	CPPEA	Setúbal	Campeonato de Clubes de Verão	Almada	25.06	1 S 1
44,03		Matilde Reis	INIC 2002	SCUT	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1 S 1 t
44,04		Catarina Pinho	INIC 2001	CFOD	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	4 S 1 t
44,08		Edna Bernardino	INIC 2001	GSD	Lisboa	Torneio de Encerramento	Lisboa (I)	13.07	4 S 1 t
44,25		Carolina Sequeira	JUV 1999	MAC	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	3 S 1
44,32		Daniela Gordino	JUV 1999	IFC	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	4 S 1
44,45		Raquel Costa	JUV 1999	GAF	Santarém	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	4 S 2
44,47		Renata Rocha	JUV 1999	GDE	Madeira	Provas Extra	Ribeira Brava	23.04	2 t
44,52		Matilde Sousa	JUV 2000	A 20 Km	Santarém	Torneio Olímpico Jovem	Abrantes	14.05	2 S 2
44,57		Carina Silva	INIC 2001	JV	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	2 S 2 t
44,66		Cátia Teixeira	INIC 2001	CAT-P	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	1 S 2 t
44,66		Ana Catarina Mestre	INIC 2002	COP	Algarve	Provas Extra	FARO	18.06	2
44,75	pc	Sofia Castanhas	JUV 2000	GS-RC	Coimbra	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	1 S 1
44,78		Zélia Sousa	JUV 1999	SCL	Algarve	Provas de Preparação	Quarteira	24.06	3 S 2
44,79		Ana Duarte	JUV 2000	GDC	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	21.05	2 S 1
44,84		Ana Machado	JUV 2000	AACC	Setúbal	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2 S 1
44,88	pc	Alina Humenyuk - UKR	JUV 2000	JV	Leiria	Torneio Preparação	Pombal	20.01	1
44,91		Beatriz Matias	JUV 2000	CASJ	Algarve	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	3 S 1
44,94		Sara Silva	JUV 2000	CAA	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	4 S 1
45,01		Beatriz Guilherme	INIC 2001	UFCT	Santarém	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	Extra
45,03		Inês Lopes	JUV 1999	CAMG	Leiria	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	1 S 1

45,04

800 metros

2.25,50 / 2.12,75

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
2.11,31	Patrícia Silva	JUV	1999	IND-LX	Lisboa	Meeting Ibero Americano	Huelva (ESP)	03.06	5 t
2.12,04	Mariana Machado	JUV	2000	SCB	Braga	Torneio de São João	Braga	22.06	1 t
2.12,13	Beatriz Rodrigues	JUV	1999	ADERCUS	Aveiro	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 S 2
2.15,97	Margarida Raimundo	JUV	2000	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3 S 3
2.19,66	Edna Vidigal	JUV	2000	NSL	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	4 S 3
2.19,79	Inês Cunha	JUV	1999	CNRM	Santarém	Campeonato de Juniores	Rio Maior	05.06	1 t
2.21,07	Leila Semedo	INIC	2001	SCRD	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	1 t
2.22,01	Maria Carvalho	JUV	1999	MAC	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	1
2.22,14	Márcia Reis	JUV	1999	SLB	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	2
2.22,39	Joana Leça da Veiga	INIC	2001	UAP	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	3 t
2.22,73	Francisca Cantante	JUV	1999	UCE	Coimbra	Campeonato Nacional 2ª Divisão	Setúbal	17.07	2 t

2.22,75	Ana Nunes	JUV	1999	ADL-P	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	2
2.22,8	Laura Taborda	JUV	1999	PCC	C. Branco	Provas Extra	Covilhã	28.05	1
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	Carolina Ramalho	JUV	1999	CAAPP	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	22.05	1
2.23,53	Nádia Carvalho	INIC	2001	NSTN	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagos	03.07	1 S 2 t
2.23,55	Daniela Gordino	JUV	1999	IFC	Lisboa	Campeonato de Júniores	Lisboa (AL)	05.06	2 t
2.23,60	Silvia Silva	JUV	1999	SCB	Braga	Torneio Juvenil do Norte	Lousada	23.04	1 S 1
2.23,80	Inês Silva	JUV	1999	SCB	Braga	Torneio Juvenil do Norte	Lousada	23.04	2 S 1
2.24,13	Mariana Ferreira	INIC	2002	ADREP	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	15.05	2 t
2.24,21	Catalina Turcu	JUV	2000	BNSC	Beja	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	5 S 2
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
2.25,04	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Meeting de Provas Combinadas	Arona - ESP	05.06	HEP
2.25,08	Margarida Silva	JUV	2000	VFC	Setúbal	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	6 S 2
2.25,33	Mariana Castanheira	JUV	1999	MAC	Porto	Campeonato Nacional de Júniores	Viseu	10.07	7 t

2.25,50

1.000 metros

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
2.59,29	Beatriz Rodrigues	JUV	1999	ADERCUS	Aveiro	Quilómetro Jovem	Aveiro	09.04	1
3.00,94	Leila Semedo	INIC	2001	SCRD	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	1
3.01,42	Patrícia Silva	JUV	1999	IND-Lx	Lisboa	Mega Quilómetro Nacional	Lagoa	16.04	1
3.02,68	Margarida Raimundo	JUV	2000	SLB	Lisboa	Mega Quilómetro Nacional	Lagoa	16.04	3
3.03,53	Fabiana Sousa	JUV	2000	NSTN	Santarém	Quilómetro Jovem do GAUB	Leiria	08.05	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
3.05,0	Sara Duarte	JUV	1999	UDV	Porto	Quilómetro Jovem Regional	Lousada	07.05	1
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
3.06,91	Laura Taborda	JUV	1999	PCC	C. Branco	Mega Quilómetro Nacional	Lagoa	16.04	5
3.08,3	Maria Carvalho	JUV	1999	MAC	Porto	Quilómetro Jovem Regional	Lousada	07.05	2
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
3.10,4	Silvia Silva	JUV	1999	SCB	Braga	Quilómetro Jovem AA Braga	Braga	09.04	1
3.10,80	Inês Silva	JUV	1999	CAAV	V. Castelo	Quilómetro Jovem	A. Valdevez	12.07	1
3.10,94	Raquel Conceição	INF	2003	CEN	Portalegre	Mega Quilómetro Nacional	Lagoa	16.04	1
3.11,0	Inês Silva	JUV	1999	SCB	Braga	Quilómetro Jovem AA Braga	Braga	09.04	2
3.11,19	Érica Santos	INF	2004	NDCO	Beja	Torneio Olímpico Jovem	Odemira	21.05	1
3.11,30	Ana Sousa	JUV	1999	CYCL	V. Castelo	Quilómetro Jovem	A. Valdevez	12.07	2
3.11,40	Mariana Carvalho	INIC	2002	SLB	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	5
3.11,41	Edna Bernardino	INIC	2001	GDS	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	6
3.11,5	Francisca Cantante	JUV	1999	UCE	Coimbra	Quilómetro Jovem Distrital	Febres	30.04	1
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	CDAA	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
3.13,0	Ana Nunes	JUV	1999	ADL-P	Porto	Quilómetro Jovem Regional	Lousada	07.05	3
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

3.13,84	Joana Pontes	JUV	2000	GACV	Leiria	Quilómetro Jovem do GAUB	Leiria	08.05	2
3.13,98	Tatiana Silva	JUV	1999	ACRC	Viseu	Quilómetro Jovem Distrital	Viseu	12.03	1
3.13,99	Cláudia Estarreja	INIC	2001	GS	Coimbra	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	9

1.500 metros

5.05,00 / 4.36,00

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
4.35,54	Mariana Machado	JUV	2000	SCB	Braga	Campeonato Europa de Juvenis	Tbilisi (GEO)	17.07	7
4.37,56	Sara Duarte	JUV	1999	UDV	Porto	1ª Noite Quente	Póvoa Varzim	25.05	3 S 1 t
4.43,01	Margarida Raimundo	JUV	2000	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2
4.45,22	Patrícia Silva	JUV	1999	IND-LX	Lisboa	Campeonato de Lisboa	Lisboa (I)	23.07	2 t
4.48,47	Beatriz Rodrigues	JUV	1999	ADERCUS	Aveiro	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	20.05	2 t
4.51,29	Mariana Castanheira	JUV	1999	MAC	Porto	1ª Noite Atlética	Braga	13.07	2 t
4.51,54	Inês Cunha	JUV	1999	CNRM	Santarém	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	8 t
4.53,09	Fabiana Sousa	JUV	2000	NSTN	Santarém	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	20.05	5
4.53,84	Nádia Carvalho	INIC	2001	NSTN	Santarém	Campeonato de Juvenis	Fátima	25.06	1 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
4.55,66	pc Laura Taborda	JUV	1999	PCC	C. Branco	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	4
4.56,30	Maria Carvalho	JUV	1999	MAC	Porto	3ª Noite Quente	Maia	15.06	11 t
4.56,30	Silvia Rodrigues	JUV	2000	CDP-C	Coimbra	Provas Extra	Febres	25.06	1
4.56,76	Inês Borba	INIC	2002	VFC	Setúbal	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (I)	29.04	3
4.56,83	Francisca Cantante	JUV	1999	UCE	Coimbra	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	1
4.57,35	pc Carolina Escada	JUV	2000	GDD	Évora	Campeonato Nacional 2ª Divisão PC	Pombal	05.03	4 t
4.57,54	Bruna Meirinhos	JUV	1999	GDC	Setúbal	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	12 t
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
5.00,08	Soraia Tavares	JUV	1999	GDC	Setúbal	Provas Extra	Sobreda	30.01	1 t
5.00,34	Susana Malheiro	JUV	1999	LFC-F	Braga	Provas de Preparação	Braga	01.05	4 t
5.00,8	Leila Semedo	INIC	2001	SCRD	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	28.06	1 t
5.00,82	pc Silvia Silva	JUV	1999	SCB	Braga	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	13.02	2 S 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
5.05,07	Edna Vidigal	JUV	2000	NSL	Lisboa	Provas Extra	Lisboa (AL)	25.06	3 t
5.05,88	Beatriz Fernandes	INIC	2002	EAROS	Braga	Campeonato de Juvenis	Braga	08.06	1 t
5.05,9	Margarida Silva	JUV	2000	VFC	Setúbal	Campeonato Absoluto de Setúbal	Almada	18.06	3 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
5.07,99	Márcia Reis	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (i)	29.04	3 t

3.000 metros

11.20,00 / 9.53,00

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
9.49,42	Sara Duarte	JUV	1999	UDV	Porto	2ª Noite Quente	Lousada	08.06	2 t
10.05,18	pc Fabiana Sousa	JUV	2000	NSTN	Santarém	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	1
10.16,24	Margarida Raimundo	JUV	2000	SLB	Lisboa	Campeonato de Clubes	Lisboa (AL)	15.05	2 t
10.36,75	Laura Taborda	JUV	1999	PCC	C. Branco	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2
10.57,30	pc Marta Silva	JUV	2000	UDV	Porto	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	14.02	9 t
10.59,93	Mónica Silva	JUV	2000	GDUC	Braga	Campeonato Juniores do Norte	Viana Castelo	19.06	1 t
10.59,96	Susana Malheiro	JUV	1999	LFC-F	Braga	Torneio Olímpico Jovem	Braga	22.05	1
11.01,30	pc Inês Cunha	JUV	1999	CNRM	Santarém	Campeonato Juniores Pista Coberta	Pombal	17.01	2
11.05,91	Francisca Cantante	JUN	1999	UCE	Coimbra	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	4
11.06,06	Inês Reis	JUV	1999	PCC	C. Branco	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	4
11.06,80	Ana Nunes	JUV	1999	ADL-P	Porto	2ª Noite Quente	Lousada	08.06	12 t
11.08,52	Carolina Escada	JUV	2000	GDD	Évora	Campeonato Clubes - Apuramento	Setúbal	29.05	3 t
11.09,19	Joana Pontes	JUV	2000	GACV	Leiria	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	6
11.10,58	Fátima Costa	JUV	1999	CAT-P	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	6
11.10,90	Alice Oliveira	JUV	2000	EAT	Porto	Campeonato Juniores do Norte	Viana Castelo	19.06	3 t
11.13,4	Soraia Tavares	JUV	1999	GDC	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	22.05	1
11.14,03	Bruna Meirinhos	JUV	1999	GDC	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	15.05	1
11.18,09	Margarida Silva	JUV	2000	VFC	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	15.05	2
11.18,52	Tatiana Silva	JUV	1999	ACRC	Viseu	Campeonato Clubes - Apuramento	Fátima	29.05	7 S 3 t
11.18,52	Marta Castro	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato de Juniores	Lisboa (AL)	05.06	2 t
11.18,63	Mariana Sousa	JUV	1999	CYCL	V. Castelo	Campeonato Juniores do Norte	Viana Castelo	19.06	6 t

11.18,93	pc	Beatriz Francisco	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	4
11.19,91		Eva Bento	JUV	2000	CASJ	Algarve	Campeonato Absoluto do Algarve	Faro	19.06	2 t
11.20,00		Ana Sousa	JUV	1999	CYCL	V. Castelo	Torneio de Encerramento	Viana Castelo	20.07	1
11.22,93		Maria Carvalho	JUV	1999	MAC	Porto	Torneio Juvenil do Norte	Lousada	23.04	1

2.000m Obstáculos (0,76)

8.25,00 / 7.05,00

MARCA		ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
7.10,77		Laura Taborda	JUV	1999	PCC	C. Branco	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1
7.25,08		Tatiana Silva	JUV	1999	ACRC	Viseu	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2
7.28,95		Bruna Meirinhos	JUV	1999	GDC	Setúbal	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	3
7.31,36		Marta Silva	JUV	2000	UDV	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	4
7.45,50		Márcia Reis	JUV	1999	SLB	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	1
7.54,77		Ana Raimundo	JUV	1999	EFC-E	Évora	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	5
7.56,0		Daria Melnyk - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Torneio Olímpico Jovem	M. Grande	14.05	1
7.56,87		Alice Oliveira	JUV	2000	EAT	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	2
8.01,94		Fátima Costa	JUV	1999	CAT-P	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	7
8.08,46		Rute Soares	JUV	1999	AJS	Madeira	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	8
8.12,61		Tatiana Abreu	JUV	2000	CRE	Aveiro	Torneio Olímpico Jovem	Vagos	07.05	1
8.13,15		Carolina Escada	JUV	2000	GDD	Évora	Torneio Olímpico Jovem	Vendas Novas	21.05	1
8.15,32		Marta Gigante	JUV	2000	CAOV	V. Castelo	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.05	8
8.17,01		Catarina Carmo	JUV	1999	ACDC	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	21.05	2
8.17,8		Beatriz Francisco	JUV	2000	JV	Leiria	Torneio Olímpico Jovem	M. Grande	14.05	2
8.20,57		Marta Castro	JUV	2000	SCP	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	2
8.25,04		Silvia Silva	JUV	1999	SCB	Braga	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	11

60m Barreiras (0,76)

10,44

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
8,41	pc	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Benfica	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	PEN
9,02	pc	Carolina Ribeiro	JUV	2000	UFCT	Santarém	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamancac	21.02	PEN
9,02	0,3	Ana Rita Silva	JUV	2000	JAM	Aveiro	Torneio Cidade de Lourosa	Lourosa	25.04	1
9,06	pc	Bárbara Silva	JUV	1999	LAVRA	Porto	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	PEN
9,07	pc	Vitória Monteiro	JUV	1999	AAPL	Setúbal	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	PEN
9,30	-0,2	Tatiana Silva	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Triatlo Jovem	Ribeira Brava	27.02	TRI
9,33	-0,2	Renata Rocha	JUV	1999	GDE	Madeira	Triatlo Jovem	Ribeira Brava	27.02	TRI
9,37	pc	Juliana Brites	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	2 EI 1
9,38	pc	Raquel Haar	JUV	1999	GDD	Évora	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	PEN
9,61	pc	Raquel Marques	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	5 F
9,61	0,3	Miriam Tavares	JUV	2000	ACRVD	Aveiro	Torneio Cidade de Lourosa	Lourosa	25.04	2
9,76	pc	Alina Humenyuk - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	TRI
9,80	pc	Ana Patrícia Moreira	JUV	2000	CAA	Porto	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	TRI
9,84	pc	Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	PEN
9,85	pc	Sofia Castanhas	JUV	2000	GS-RC	Coimbra	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	3 EI 1
9,87	pc	Eduarda Ferreira	INIC	2001	JV	Leiria	Campeonato Provas Conbinadas	Pombal	10.01	PEN
9,89	pc	Carolina Neves	INIC	2001	GAF	Santarém	Campeonato Provas Conbinadas	Pombal	10.01	PEN
9,98	pc	Érica Júlia	JUV	2000	CDFXXI	Algarve	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	TRI
10,10	-0,6	Beatriz Santos	JUV	2000	ACRDE	Aveiro	Campeonato Juvenis Inverno	Vagos	03.01	1
10,10	0,3	Bárbara Pessoa	JUV	2000	ACRDE	Aveiro	Torneio Cidade de Lourosa	Lourosa	25.04	3
10,14	pc	Tatiana Gonçalves	INIC	2001	A 20 Km	Santarém	Campeonato Juvenis Pista Coberta	Alpiarça	02.01	3 EI 1
10,16	pc	Francisca Silva	JUV	2000	JUNI	Braga	Triatlo Técnico Jovem	Braga	20.02	TRI
10,17	pc	Mariana Santos	JUV	1999	ACV	Leiria	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	4 EI 1

100m Barreiras (0,76)

17,04 / 14,25

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
13,07	1,3	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Europa de Juvenis	Tbilisi (GEO)	15.07	1 MF 1
14,55	-3,2	Catarina Karas	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 F
14,79	0,8	Carolina Ribeiro	JUV	2000	UFCT	Santarém	Campeonato Provas Combinadas	Abrantes	21.05	HEP
14,80	-1,4	Bárbara Silva	JUV	1999	LAVRA	Porto	Torneio BA Provas Combinadas	Leiria	30.07	HEP
15,10	0,7	Raquel Marques	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	1
15,30	1,0	Miriam Tavares	JUV	2000	ACRVD	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	1
15,34	-1,4	Renata Rocha	JUV	1999	GDE	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	05.06	1
15,35	0,8	Juliana Brites	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 EI 2

15,40	0,7	Mariana Bento	INIC 2001	SCP	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	2
15,41	1,0	Ana Rita Silva	JUV 2000	JAM	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	2
15,57	-4,2	Fatumata Baldé - GBS	JUV 2000	CASM	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	2
15,85	-1,5	Tatiana Silva	JUV 1999	ACDSJ	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 3ª Jornada	Ribeira Brava	13.05	2
15,85	0,3	Eduarda Ferreirar	INIC 2001	JV	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	19.06	2 t
15,92	2,0	Ana Nadais	INIC 2001	CFOD	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	1 EI 2
15,98	0,4	Dânia Furk	JUV 2000	ACM-A	Terceira	Jogos das Ilhas	Calvia (ESP)	28.05	4
16,04	1,2	Patrícia Alminhas	JUV 2000	VFC	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Castro Verde	25.06	Extra
16,13	-2,1	Carolina Neves	INIC 2001	GAF	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	4 EI 2
16,25	1,1	Raquel Costa	JUV 1999	GAF	Santarém	Campeonato Provas Combinadas	Abrantes	21.05	HEP
16,38	1,2	Beatriz Marcelo	JUV 1999	JDN	Beja	Campeonato de Juvenis	Castro Verde	25.06	2
16,38	-0,9	Érica Carlos Júlia	JUV 2000	CDFXXI	Algarve	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	4 EL 3
16,48	-1,3	Juliana Guerreiro	INIC 2001	CBF	Algarve	Campeonato Provas Combinadas	Lagos	20.03	HEP
16,51	0,9	Berenice Vila	JUV 1999	EMOV	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	2
16,56	2,0	Cátia Teixeira	INIC 2001	CAT-P	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	3 EI 2
16,66	1,1	Carolina Santos	JUV 2000	AEAC	Santarém	Campeonato Provas Combinadas	Abrantes	21.05	HEP
16,79	0,3	Mariana Santos	JUV 1999	ACV	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	19.06	3
16,80	0,7	Francisca Almeida	JUV 1999	SCP	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	3
16,88	-1,3	Carolina Sequeira	JUV 1999	MAC	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	2 EI 1

17,04

300m Barreiras (0,76)

51,24 / 62,93 (400B)

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
44,34	Raquel Haar	JUV 1999	GDD	Évora		Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 3
46,26	Juliana Guerreiro	INIC 2001	CBF	Algarve		Campeonato de Juvenis	Lagoa	15.05	1 t
46,65	Ana Costa	INIC 2002	CAT-P	Porto		Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	1 t
46,65	Ana Nadais	INIC 2001	CFOD	Porto		Campeonato de Juvenis	Ma	05.06	2 t
46,90	Tatiana Silva	JUV 2000	ACDSJ	Madeira		Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3 S 3
47,21	Beatriz Rebelo	JUV 1999	DCB	C. Branco		Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	4 S 3
47,29	Gisela Cruz	JUV 1999	SLB	Lisboa		SL Benfica Athletics Meeting	Lisboa (I)	12.06	1
47,35	Renata Rocha	JUV 1999	GDE	Madeira		Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	05.06	1
48,05	Mariana Fernandes	INIC 2001	SLB	Lisboa		Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	7 S 3
48,22	Catarina Neiva	INIC 2001	SAF	Setúbal		Provas Extra	Almada	19.06	1 PE 1 t
48,67	Carla Rodrigues	INIC 2002	SLB	Lisboa		Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 2 t
49,60	Mafalda Marques	INIC 2001	SLB	Lisboa		SL Benfica Athletics Meeting	Lisboa (I)	12.06	3 t
49,65	Giovana Machado - BRA	JUV 1999	SCP	Lisboa		Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 S 2 t
49,79	Beatriz Guilherme	INIC 2001	UFCT	Santarém		Campeonato de Juvenis	Fátima	26.06	1 S 2 t
50,13	Cátia Teixeira	INIC 2001	CAT-P	Porto		Torneio Juvenil do Norte	Lousada	23.04	3 S 1
50,13	Diana Silva	JUV 2000	JAM	Aveiro		Campeonato de Juvenis	Vagos	15.05	1
50,17	Tatiana Gonçalves	INIC 2001	A 20 Km	Santarém		Campeonato de Juvenis	Fátima	26.06	1 S 1 t
50,21	Camila Lázaro	INIC 2001	CAS	Guarda		Provas Extra	Guarda	15.05	1
50,34	Carina Silva	JUV 2000	JV	Leiria		Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 S 1
50,39	Maria Luís Santos	JUV 1999	SLB	Lisboa		SL Benfica Athletics Meeting	Lisboa (I)	12.06	4 t
50,49	Ana Alice Morais	JUV 2000	BNSC	Beja		Campeonato de Juvenis	Castro Verde	25.06	1
50,54	Beatriz Queirós	JUV 1999	LAVRA	Porto		Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	3
50,70	Daria Melnyk - UKR	JUV 2000	JV	Leiria		Campeonato de Juvenis	Pombal	19.06	1
50,74	Carolina Esteves	JUV 1999	CAMG	Leiria		Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3 s 1
50,99	Carolina Santos	JUV 2000	AEAC	Santarém		Campeonato de Juvenis	Fátima	26.06	2 S 2 t
51,27	Paula Rodrigues	INIC 2001	CAS	Guarda		Provas Extra	Guarda	15.05	2

5.000m Marcha

30.00,00 / 25.00,00

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
23.58,55	Inês Reis	JUV 1999	PCC	C. Branco		Campeonato Europa de Juvenis	Tbilisi (GEO)	14.07	6
26.18,24	Maria Bernardo	JUV 1999	NSLF	Guarda		Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2
26.41,29	Ângela Carvalho	JUV 2000	CNRM	Santarém		Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	3
27.02,78	Ednice Barros	JUV 1999	COP	Algarve		Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	4
27.03,86	Rita Vazão	JUV 1999	GDP-L	Leiria		Taça de Portugal Marcha Atlética	Vagos	15.03	2
27.30,59	Mariana Lopes	INIC 2002	CDCD	Porto		Taça de Portugal Marcha Atlética	Vagos	15.03	4 t
27.57,81	Ana Catarina Mestre	INIC 2002	COP	Algarve		Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	5
28.01,02	Hirondina Casal	INIC 2001	CNRM	Santarém		Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	6 t
28.19,59	Mariana Ferreira	JUV 1999	CPP	Santarém		Taça de Portugal Marcha Atlética	Vagos	15.03	6
28.22,14	Raquel Pimentel	INIC 2001	CDCD	Porto		Taça de Portugal Marcha Atlética	Vagos	15.03	7 t
28.25,52	Catarina Santos	INIC 2001	SCP	Lisboa		Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	7 t

28.34,33	Juliana Verissimo	INIC	2002	CAT	Terceira	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	9 t
28.34,49	Tânia Pires	JUV	1999	JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	10
28.46,02	Bruna Colónia	JUV	1999	COP	Algarve	Campeonato de Juvenis	Quarteira	14.05	2
29.04,10	Andreia Reis	JUV	1999	GSDS	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	1
29.08,59	Ana Vicente	INIC	2001	COP	Algarve	Taça de Portugal Marcha Atlético	Vagos	15.03	11 t
29.22,22	Lara Martins	JUV	1999	CDCD	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	13
29.23,79	Renata Barry	JUV	1999	LAFM	Setúbal	Taça de Portugal Marcha Atlético	Vagos	15.03	12
29.26,19	Marta Sousa	JUV	1999	ADRAP	Madeira	Campeonato de Inverno	Ribeira Brava	16.01	3 t
29.28,21	Ana Santos	JUV	2000	GDM-P	Porto	Provas Extra	Maia	14.05	1
29.29,62	Catarina Santos	JUV	2000	ACDC	Setúbal	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	15
29.30,98	Bruna Marques	INIC	2002	CFOD	Porto	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	Extra
29.32,26	Petra Fernandes	JUV	1999	AJS	Madeira	Campeonato de Inverno	Ribeira Brava	16.01	4 t
29.41,12	Camila Jesus	INIC	2001	ACDSJ	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	04.06	1 t
30.15,06	Sofia Marques	INIC	2002	COP	Algarve	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	20 t

5 Km marcha Estrada

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
25.00	E Inês Reis	JUV	1999	PCC	C. Branco	Campeonato Nacional M. Estrada	Batalha	27.02	1
26.27	E Rita Vazão	JUV	1999	GDP-L	Leiria	Campeonato Nacional M. Estrada	Batalha	27.02	2
26.40	E Ângela Carvalho	JUV	2000	CNRM	Santarém	Grande Prémio Marcha Rio Maior	Rio Maior	09.04	6
27.34	E Bruna Colónia	JUV	1999	COP	Algarve	Grande Prémio Marcha Rio Maior	Rio Maior	09.04	9
27.57	E Lara Martins	JUV	1999	CDCD	Porto	Campeonato de Marcha	VN Gaia	03.01	3 t
29.34	E Ana Cruz	JUV	1999	ACA	Porto	Campeonato de Marcha	VN Gaia	03.01	4 t
29.45	E Ariana Franco	JUV	1999	LAFM	Setúbal	Campeonato Nacional M. Estrada	Batalha	27.02	6
29.45	E Joana Matos	JUV	2000	NSLF	Guarda	Campeonato Nacional M. Estrada	Batalha	27.02	7
29.46	E Catarina Santos	JUV	2000	ACDC	Setúbal	Campeonato de Marcha	B. Banheira	16.01	1
29.47	E Ednice Barros	JUV	1999	COP	Algarve	Campeonato Nacional M. Estrada	Batalha	27.02	8
29.52	E Ana Santos	JUV	2000	GDM-P	Porto	Campeonato Nacional M. Estrada	Batalha	27.02	9
29.55	E Tânia Pires	JUV	1999	JV	Leiria	Campeonato de Marcha	B. Banheira	16.01	3
30,19	E Ana Cruz	JUV	1999	ACA	Porto	Campeonato Nacional M. Estrada	Batalha	27.02	10
30.48	E Daniela Lopes	JUV	2000	CDCD	Porto	Campeonato de Marcha	VN Gaia	03.01	7 t
30.49	E Ariana Franco	JUV	1999	LAFM	Setúbal	Campeonato de Marcha	B. Banheira	16.01	2

10 Km marcha (Pista e Estrada)

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
51.21	E Inês Reis	JUV	1999	PCC	C. Branco	Grande Prémio Internacional Marcha	Rio Maior	09.04	5 t
56.52,02	Ângela Carvalho	JUV	2000	CNRM	Santarém	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	2 t
58.11,68	Maria Bernardo	JUV	1999	NSLF	Guarda	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	4 t
1:02.17,7	Ana Santos	JUV	2000	GDM-P	Porto	Campeonato Norte de Juniores	Viana Castelo	18.06	2 t
1:02.49,26	Petra Fernandes	JUV	1999	AJS	Madeira	Campeonato Absoluto da Madeira	Ribeira Brava	18.06	2 t
1:04.49,83	Joana Matos	JUV	2000	NSLF	Guarda	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.06	6 t
1:08.09,55	Iara Silva	JUV	1999	CSM	Madeira	Campeonato Absoluto da Madeira	Ribeira Brava	18.06	3 t
1:15.50,78	Inês Almeida	JUV	2000	JAM	Aveiro	Campeonato Marcha em Pista	Luso	30.04	5 t
1:17.12,42	Ana Santos	JUV	2000	GRECAS	Aveiro	Campeonato Marcha em Pista	Luso	30.04	6 t

COMPRIMENTO

5,15 / 5,90

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
6,24	-2,5	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Provas Extra	Lisboa (AL)	21.05	1
5,66	-1,2	Catarina Karas	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1
5,62	1,4	Patrícia Rodrigues	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	18.05	1
5,61	pc	Raquel Haar	JUV	1999	GDD	Évora	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	PEN
5,56	-1,5	Raquel Marques	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2
5,52	pc	Bárbara Silva	JUV	1999	LAVRA	Porto	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	PEN
5,51	0,5	Eduarda Ferreira	INIC	2001	JV	Leiria	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	1
5,50	pc	Carolina Ribeiro	JUV	2000	UFCT	Santarém	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	PEN
5,35	1,5	Érica Grangeia	JUV	2000	GS	Coimbra	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	20.05	3 t
5,35	0,0	Rositinay Mata - STP	JUV	1999	GDC	Setúbal	Campeonato Absoluto de Setúbal	Almada	19.06	1 t
5,33	-1,5	Juliana Brites	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	5
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
5,28	1,6	Dânia Furk	JUV	2000	ACM-A	Terceira	Campeonato dos Açores	Ponta Delgada	19.06	1 t

5,25	-0,8	Ana Rita Silva	JUV	2000	JAM	Aveiro	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	8
5,25	2,0	Margarida Mascarenhas	JUV	2000	NDETC	Algarve	Campeonato Absoluto do Algarve	Faro	19.06	1 t
5,21	0,0	Margarida Figueiredo	INIC	2001	SVB	Viseu	Campeonato Regional D. Escolar	M. Grande	06.05	1
5,19	1,1	Ana Mota	JUV	2000		Aveiro	Campeonato Regional D. Escolar	Guimarães	30.04	2 t
5,19	-0,5	Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato Nacional de Juniores	Lagoa	03.07	HEP
5,16	1,1	Joana Carlos	JUV	1999	JV	Leiria	Torneio Olímpico Jovem	M. Grande	14.05	2
5,16	0,9	Alina Humenyuk - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato de Juniores	Rio Maior	04.06	3 t
5,16	2,0	Sara Seabra	INIC	2001	GS	Coimbra	Campeonato de Iniciados	Febres	05.06	1
5,14	-1,6	Mariana Novo	JUV	2000	ACPV	Porto	Campeonato Juniores do Norte	Viana Castelo	19.06	2 t
5,11	0,4	Ana Filipe	JUV	1999	ACM-A	Terceira	Meeting de Atletismo da Guarda	Guarda	08.07	1
5,09	0,0	Natacha Fonseca	JUV	2000	ACRC	Viseu	Torneio Atleta Completo	Viseu	12.07	HEP
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	pc	Vitória Monteiro	JUV	1999	AAPL	Setúbal	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	PEN
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	0,1	Maria Luís Santos	JUV	1999	SLB	Lisboa	Provas Extra	Lisboa (AL)	21.05	4
5,02	-1,1	Milena Lucena	INIC	2002	GDE	Madeira	Provas Extra	Ribeira Brava	02.07	1

TRIPLO SALTO

10,60 / 12,25

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
11,74	0,9	Raquel Marques	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	1
11,58	-0,4	Patrícia Rodrigues	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2
11,52	-0,7	Eduarda Ferreira	INIC	2001	JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3 t
11,49	2,0	Bárbara Silva	JUV	1999	LAVRA	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	1
11,41	1,3	Juliana Brites	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	19.06	2
11,29	pc	Mariana Novo	JUV	2000	ACPV	Porto	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	14.02	3 t
11,27	0,8	Joana Ogura	JUV	1999	SCP	Lisboa	Campeonato de Lisboa	Lisboa (I)	24.07	4 t
11,11	0,7	Ana Rita Silva	JUV	2000	JAM	Aveiro	Torneio Cidade de Lourosa	Lourosa	25.04	1
10,95	1,2	Ana Leite	INIC	2001	MAC	Porto	Provas Extra	Lousada	07.05	2 t
10,92	1,1	Nádia Silva	INIC	2002	CFOD	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	2 t
10,86	1,7	Natacha Fonseca	JUV	2000	ACRC	Viseu	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	5
10,71	-1,0	Dânia Furk	JUV	2000	ACM-A	Terceira	Jogos das Ilhas	Calvia (ESP)	28.05	1
10,60	0,0	Ana Alice Morais	JUV	2000	BNSC	Beja	Campeonato de Juvenis	Castro Verde	25.06	1
10,59	-0,3	Ana Filipe	JUV	1999	ACM-A	Terceira	Provas Extra	A. Heroísmo	16.04	1
10,52	-0,1	Beatriz Melo	INIC	2001	ACRDE	Aveiro	Torneio Cidade de Lourosa	Lourosa	25.04	2 t
10,51	1,0	Cristiana Bernardo	INIC	2001	SLB	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	2 t
10,39	1,4	Beatriz Gameiro	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Campeonato de Juvenis	Fátima	25.06	2
10,39	1,9	Nadine Laranjeira	JUV	1999	UCE	Coimbra	Campeonato Nacional 2ª Divisão	Setúbal	17.07	5 t
10,35	1,4	Maria Esteves	INIC	2001	CAMG	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	19.06	3 t
10,34	1,5	Maria Grácio	JUV	1999	LAVRA	Porto	3ª Noite Quente	Maia	15.06	5 t
10,32	pc	Ângela Batista	JUV	2000	SCA	Santarém	Campeonato Juniores Pista Coberta	Pombal	17.01	1 t
10,25	0,3	Alexandra Silva	INIC	2001	CSM	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	05.06	1 t
10,31	0,4	Joana C. Gonçalves	JUV	1999	ACDSJ	Madeira	Provas Extra	Ribeira Brava	10.07	1 t

ALTURA

1,53 / 1,75

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS	
1,67	pc	Raquel Haar	JUV	1999	GDD	Évora	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	HEP
1,62		Joana Ogura	JUV	1999	SCP	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	1
1,61	pc	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Benfica	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	PEN
1,59		Carolina Ribeiro	JUV	2000	UFCT	Santarém	Campeonato Provas Combinadas	Abrantes	21.05	HEP
1,58		Valeriya Semeniikhina	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2
1,57		Miriam Tavares	JUV	2000	ACRVD	Aveiro	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	4 t
1,56		Raquel Marques	JUV	1999	SLB	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	2
1,56		Ana Leite	INIC	2001	MAC	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	1
1,55	pc	Bárbara Gama	JUV	1999	GCAD	C. Branco	Campeonato Nacional Juvenil PC	Pombal	30.01	2
1,55		Adelaide Cadilhe	JUV	1999	ACPV	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	1
1,55		Sara Paulico	JUV	1999	CASM	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	3
1,55		Rita Fernandes	JUV	1999	EMOV	Porto	Campeonato Nacional 3ª Divisão	Vagos	16.07	3 t
1,54		Eduarda Ferreira	INIC	2001	JV	Leiria	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	1
1,53	pc	Mariana Novo	JUV	2000	ACPV	Porto	Torneio Juvenil do Norte	Braga	09.01	1
1,53		Inês Pires	INIC	2002	DCB	C. Branco	3º Meeting da Covilhã	Covilhã	06.06	1

1,53		Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	HEP
1,52	pc	Elena Furk	INF	2003	ACM-A	Terceira	Salto em Altura em SALa	A. Heroísmo	27.02	1
1,52		Vitória Monteiro	JUV	1999	AAPL	Setúbal	Triatlo Técnico	Seixal	03.01	TRI
1,52	pc	Bárbara Silva	JUV	1999	LAVRA	Porto	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	HEP
1,52	pc	Nadine Lopes	JUV	1999	UCE	Coimbra	Torneio Olímpico Jovem	Luso	08.05	1
1,52		Beatriz Gameiro	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Torneio Olímpico Jovem	Abrantes	15.05	1
1,51		Sofia Guedes	INIC	2001	CDQ	Algarve	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	2
1,51		Adelaide Cadilhe	JUV	1999	ACPV	Porto	Torneio Juvenil do Norte	Lousada	23.04	2
1,50	pc	Érica Júlia	JUV	2000	CDFXXI	Algarve	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	3
1,50	pc	Bárbara Gama	JUV	1999	GCAD	C. Branco	Campeonato Clubes PC - Apuramento	Pombal	06.02	3 t
1,50		Ana Alice Morais	JUV	2000	BNSC	Beja	Torneio Olímpico Jovem	Castro Verde	22.05	1

VARA

2,30 / 3,75

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS	
3,40	Bárbara Mota	JUV	2000	ACV	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	1	
3,06	Beatriz Spinola	JUV	2000	CSM	Madeira	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	3 t	
2,80	Mara Magro	INIC	2002	GDIS	Setúbal	Provas de Observação	Setúbal	24.06	1	
2,50	Daria Melnyk - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	5	
2,40	Sofia Gonçalves	INIC	2001	A 20 Km	Santarém	Campeonato de Juvenis	Fátima	26.06	1	
2,40	Cristina Gomes	JUV	1999	EMOV	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	2	
2,35	Carlota Gonçalves	INIC	2001	UFCT	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	7 t	
2,30	Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato Clubes - Apuramento	Fátima	29.05	5 S 3 t	
2,30	Mariana Rita Balona	JUV	2000	AAPL	Setúbal	Provas de Observação	Setúbal	23.06	2 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	
2,15	Isabel Nóbrega	JUV	2000	CSM	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	05.06	2	
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)

11,00 / 14,85

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS	
14,76	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Jornada de Lançamentos 5	Leiria	29.06	1	
13,96	Micaela Sereno	JUV	2000	JV	Leiria	Jornada de Lançamentos 1	Leiria	05.03	1	
13,50	Inês Carreira	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	21.05	1	
12,82	Ana Beatriz Gomes	JUV	2000	CSM	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 2ª Jornada	Funchal	30.04	1	
12,61	pc	Isabel Soares	JUV	1999	SCB	Braga	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	3
12,59	Lúcia Santos - ANG	JUV	1999	COP	Algarve	Campeonato de Juvenis	Quarteira	14.05	1	
12,53	Érica Borges	JUV	2000	CAT	Terceira	Campeonato dos Açores	Ponta Delgada	18.06	1	
12,49	Carolina Fernandes	INIC	2001	SUOVAIS	Coimbra	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	1 t	
12,32	Juliana Rei	JUV	1999	GS-RC	Coimbra	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	21.05	3	
12,27	Ângela Costa	JUV	1999	AAPL	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	14.05	1	
12,01	Eva Gonçalves	INIC	2002	NAC	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	1 t	
11,81	Bárbara Bica	INIC	2001	CSGAIA	Porto	Campeonato de Iniciados	Póvoa Varzim	28.05	1	
11,75	pc	Beatriz Santos	JUV	2000	ACRDE	Aveiro	Campeonato Provas Combinadas	Pombal	10.01	PEN
11,56	Diana Soares	JUV	1999	PALME	Braga	Torneio Inter Escolas	Braga	09.04	1	
11,52	pc	Enya O'driscoll - IRL	JUV	2000	SLB	Braga	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	21.05	4
11,33	Cecília Rebocho	JUV	1999	NDJL	Setúbal	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	9	
11,27	Carolina Teixeira	JUV	2000	GDE	Madeira	Provas Extra	Funchal	18.06	1	
11,24	Sofia Marques	JUV	1999	LAVRA	Porto	Campeonato Regional D. Escolar	Guimarães	30.04	1	
11,24	Diana Rodrigues	JUV	2000	CAM-VC	V. Castelo	Campeonato de Juvenis	Viana Castelo	04.06	1	
11,08	Lauriana Vontade	JUV	1999	MMSC	S. Miguel	Campeonato dos Açores	Ponta Delgada	18.06	2	
10,90	Milene Jesus	JUV	1999	GDE	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 2ª Jornada	Funchal	30.04	2	
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	
10,56	pc	Raquel Haar	JUV	1999	GDD	Évora	Triatlo Técnico Inter Associações	Alpiarça	19.03	TRI
10,56	Diana Rodrigues GBS	JUV	1999	SCP	Lisboa	Provas Extra	Lisboa (AL)	26.06	1	
10,50	Mariana Bento	INIC	2001	SCP	Lisboa	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	5	
10,47	Beatriz Amaral	JUV	1999	GDC	Setúbal	Campeonato Lançamentos Inverno	Seixal	23.01	1	
10,44	Beatriz Monteiro	INIC	2001	ACRDE	Aveiro	Provas Extra	Febres	25.06	Extra	

10,39	Margarida Ferreira	JUV	2000	SCP	Lisboa	Torneio de Encerramento	Lisboa (I)	13.07	4
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 MAIor	09.07	1 t
10,30	pc Valerya Kolosovska - UKR	JUV	2000	AEAC	Santarém	Campeonato Juvenis Pista Coberta	Alpiarça	02.01	9

DISCO (1 kg)

27,00 / 41,50

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
43,46	Micaela Sereno	JUV	2000	JV	Leiria	Jornada de Lançamentos 4	Leiria	22.06	4 t
39,02	Cecília Rebocho	JUV	1999	NDJL	Setúbal	Campeonato Absoluto de Setúbal	Almada	18.06	1 t
36,55	Ângela Costa	JUV	1999	AAPL	Setúbal	Meeting Internacional Lançamentos	Quinta Anjo	13.03	5 t
36,20	Érica Borges	JUV	2000	CAT	Terceira	Campeonato dos Açores	Ponta Delgada	18.06	1 t
35,96	Eva Gonçalves	INIC	2002	NAC	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	15.05	1
33,69	Inês Carreira	JUV	2000	JV	Leiria	Jornada de Lançamentos 4	Leiria	22.06	7 t
33,19	Juliana Rei	JUV	1999	GS	Coimbra	Campeonato de Juniores	Aveiro	18.06	1
33,00	Lúcia Santos - ANG	JUV	1999	COP	Algarve	Campeonato de Juvenis	Lagoa	15.05	1
30,41	Margarida Feliciano	INIC	2001	JOMA	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.06	7 t
29,68	Camila Carreira	INIC	2002	JV	Leiria	Torneio Internacional Lançamentos	Leiria	24.07	2 t
29,25	Diana Rodrigues	JUV	2000	CAM-VC	V. Castelo	Torneio Internacional Lançamentos	Cerveira	24.04	7 t
29,15	Sofia Marques	JUV	1999	LAVRA	Porto	Campeonato do Norte	Maia	24.07	4 t
29,13	Laura Monteiro	INIC	2001	JV	Leiria	Jornada de Lançamentos 4	Leiria	22.06	1 t
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
28,26	Francisca Aniceto	JUV	2000	IND-AL	Algarve	Campeonato Absoluto do Algarve	Faro	19.06	2 t
28,15	Milene Jesus	JUV	1999	GDE	Madeira	Campeonato Absoluto da Madeira	Funchal	19.06	4 t
28,11	Margarida Ferreira	JUV	2000	SCP	Lisboa	Jornada de Lançamentos 4	Leiria	22.06	2
28,06	Filipa Batista	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato de Santarém	Fátima	18.06	1 t
27,98	Isabel Soares	JUV	1999	SCB	Braga	Campeonato Juniores do Norte	Viana Castelo	18.06	4 t
27,63	Inês Conceição	JUV	2000	CLAC	Santarém	Campeonato de Juniores	Rio Maior	04.06	1 t
27,35	Iva Lopes	JUV	2000	SLB	Lisboa	Campeonato Absoluto de Lisboa	Lisboa (J)	20.07	4 t
26,79	Carolina Teixeira	JUV	2000	GDE	Madeira	Campeonato Jovem Inverno	Funchal	23.01	1
26,70	Rannyeli Silva	JUV	1999	GCAD	C. Branco	Campeonato de Juniores	C. Branco	25.06	2 t
33,55	Margarida Correia	JUV	2000	-	França	-	Aix-en-Provence	08.05	3

MARTELO (3 kg)

35,00 / 59,50

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
57,42	Milene Jesus	JUV	1999	GDE	Madeira	Torneio de Lançamentos	Funchal	14.07	1
56,91	Cecília Rebocho	JUV	1999	NDJL	Setúbal	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1
50,55	Linda Mendes	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Torneio de Lançamentos	Funchal	20.02	2
49,17	Ana Filipa Granja	JUV	1999	CDP	Porto	Jornada de Lançamentos 7	Viana Castelo	27.07	1
44,23	Micaela Sereno	JUV	2000	JV	Leiria	Jornada de Lançamentos 3	Leiria	24.05	1
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 Marques	JUV	1999	LAVRA	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	8
38,38	Sofia Pereira	INIC	2002	ACV	Leiria	Meeting Internacional Lançamentos	Leiria	24.07	6 t
38,34	Catarina Espínola	JUV	1999	ACM-A	Terceira	Campeonato de Juvenis	A. Heroísmo	03.06	1
37,40	Beatriz Santos	JUV	2000	AACC	Setúbal	Torneio Lançamentos Laranjeiro	Almada	26.05	2
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
37,19	Ana Carolina Santos	JUV	1999	A 20 Km	Santarém	Campeonato de Juvenis	Fátima	26.06	1
36,38	Alexandra Aleixo	JUV	1999	UFCT	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	10
36,03	Ângela Silva	JUV	2000	ADRAP	Madeira	Provas Extra	Funchal	09.07	1
35,84	Bárbara Bica	INIC	2001	CSGAIA	Porto	Torneio Lançamentos Jovens	Porto	05.03	1
35,43	Diana Silva	JUV	2000	ADCL	V. Castelo	Jornada de Lançamentos 4	Cerveira	21.05	2
35,35	Filipa Batista	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato de Juvenis	Fátima	26.06	2
35,07	Margarida Feliciano	INIC	2001	JOMA	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	11 t
34,91	Rannyeli Silva	JUV	1999	GCAD	C. Branco	Torneio Olímpico Jovem	Covilhã	14.05	1
33,24	Lúcia Santos - ANG	JUV	1999	COP	Algarve	Campeonato de Juvenis	Lagoa	15.05	1
33,00	Joana Pereira	JUV	2000	GDC	Setúbal	Campeonato Lançamentos Inverno	Seixal	23.01	1
32,60	Inês Madeira	INIC	2001	CAT	Terceira	Campeonato dos Açores	Ponta Delgada	19.06	1 t
31,01	Mariana Severino	JUV	2000	CPP	Santarém	Campeonato de Juvenis	Fátima	26.06	4
30,59	Bárbara Pontedeira	JUV	2000	ADCL	V. Castelo	Jornada de Lançamentos 4	Cerveira	21.05	3

30,28	Quésia Reis - BRA	INIC 2001	GDC	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	15.05	3 t
30,20	Margarida Santos	JUV 1999	CSM	Madeira	Campeonato de Juvenis	Funchal	04.06	3

DARDO (500 g)

31,00 / 48,00

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
38,54	Marisa Vaz Carvalho	JUV 1999	SLB	Lisboa		Meeting de Provas Combinadas	Arona - ESP	05.06	HEP
36,92	Beatriz Amaral	JUV 1999	GDC	Setúbal		Campeonato de Juvenis	Almada	14.05	1
35,84	Inês Carreira	JUV 2000	JV	Leiria		Campeonato de Lançamentos	Leiria	20.02	1
35,70	Ângela Costa	JUV 1999	AAPL	Setúbal		Campeonato de Juvenis	Almada	14.05	2
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
33,76	Lara Bastos	JUV 1999	JAM	Aveiro		Torneio Águas do Luso	Luso	30.04	1
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
31,66	Sara Ferreira	JUV 2000	JV	Leiria		Jornada de Lançamentos 2	Leiria	30.04	1
30,81	Daniela Gonçalves	JUV 1999	ACDSJ	Madeira		Torneio Olímpico Jovem - 2ª Jornada	Funchal	30.04	1
30,70	Érica Borges	JUV 2000	CAT	Terceira		Campeonato de Juvenis	A. Heroísmo	21.05	1
30,61	Petra Sousa	INIC 2001	JAM	Aveiro		Torneio de Encerramento	Vagos	23.07	1 t
30,57	Valeriya Semenikhyna	JUV 1999	SLB	Lisboa		Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1
30,19	Beatriz Santos	JUV 2000	ACRDE	Aveiro		Torneio BA Provas Combinadas	Leiria	31.07	HEP
28,92	Sofia Marques	JUV 1999	LAVRA	Porto		Campeonato Estafetas e Extras	Lousada	10.04	HEP
28,39	Maria Viegas	INIC 2001	ACDC	Setúbal		Torneio Olímpico Jovem	Almada	22.05	1
27,75	Dânia Furk	JUV 2000	ACM-A	Terceira		Provas Extra	Angra Heroísmo	27.06	1
27,24	Rannyeli Silva	JUV 1999	GCAD	C. Branco		Provas Extra	Covilhã	30.04	2
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
26,35	Filipa Cardoso	JUV 2000	AAPL	Setúbal		Campeonato Lançamentos Inverno	Seixal	23.02	3
26,33	Adelaide Cadilhe	JUV 1999	ACPV	Porto		Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	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
26,19	Tatiana Melo	JUV 2000	CIAIA	Faial		Torneio Regional Atleta Completo	Ponta Delgada	24.04	1
26,19	Bárbara Poupino	JUV 2000	SCA	Santarém		Campeonato de Juvenis	Fátima	25.06	3
26,15	Alina Humenyuk - UKR	JUV 2000	JV	Leiria		Torneio BA Provas Combinadas	Leiria	31.07	HEP
26,10	Margarida Ferreira	JUV 2000	SCP	Lisboa		Provas Extra	Lisboa (AL)	26.06	HEP
25,73	Sofia Rêma	JUV 1999	CFOD	Porto		Torneio Atleta Completo	Povoa Varzim	24.04	2 t
25,68	* Ana Rovisco Silva	JUV 1999	AJES	Évora		Campeonato do Alentejo	Vendas Novas	18.06	2

TRIATLO

(60m Barreiras - Peso - Altura)

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
2423	pc	Marisa Vaz Carvalho	JUV 1999	SLB	Lisboa		Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	1
2067	pc	Raquel Haar	JUV 1999	GDD	Évora		Triatlo Técnico Inter Associações	Alpiarça	19.03	1
1893	pc	Carolina Ribeiro	JUV 2000	UFCT	Santarém		Triatlo Técnico Inter Associações	Alpiarça	19.03	2
1858	-2,2	Vitória Monteiro	JUV 1999	AAPL	Setúbal		Triatlo Técnico	Seixal	03.01	1
1806	pc	Raquel Marques	JUV 1999	SLB	Lisboa		Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	Extra
1792	pc	Joana Ogura	JUV 1999	SCP	Lisboa		Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	2
1745	-0,2	Renata Rocha	JUV 1999	GDE	Madeira		Triatlo Jovem	Ribeira Brava	27.02	1
1723	pc	Juliana Brites	JUV 2000	JV	Leiria		Triatlo Técnico Jovem Pista Coberta	Pombal	24.01	1
1722	pc	Érica Júlia	JUV 2000	CDFFXI	Algarve		Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	3
1720	0,2	Dânia Furk	JUV 2000	ACM-A	Terceira		Triatlo Técnico Jovem	A. Heroísmo	09.01	1
1662	pc	Rositinay Mata - STP	JUV 1999	GDC	Setúbal		Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	4
1637	pc	Ana Patrícia Moreira	JUV 1999	CAA	Porto		Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	5
1630	pc	Alina Humenyuk - UKR	JUV 2000	JV	Leiria		Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	6
1565	pc	Mariana Novo	JUV 2000	ACPV	Porto		Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	7
1518	pc	Ana Alice Morais	JUV 2000		Beja		Triatlo Técnico Inter Associações	Alpiarça	19.03	3
1472	pc	Francisca Silva	JUV 2000	JUNI	Braga		Triatlo Técnico Jovem	Braga	20.02	1
1464	1,3	Ana Beatriz Gomes	JUV 2000	CSM	Madeira		Triatlo Jovem	Ribeira Brava	27.02	2
1426	-2,3	Beatriz Marcelo	JUV 1999	JDN	Beja		Triatlo Técnico Inter Associações	Alpiarça	19.03	4
1358	pc	Carolina Esteves	JUV 1999	CAMG	Leiria		Triatlo Técnico Jovem Pista Coberta	Pombal	24.01	3
1350	-0,2	Joana Gonçalves	JUV 1999	ACDSJ	Madeira		Triatlo Jovem	Ribeira Brava	27.02	2

1302	1,3	Lauriana Vontade	JUV 1999	MMSC	S. Miguel	Triatlo Técnico Jovem	P. Delgada	09.01	1
1300	-2,2	Catarina Carmo	JUV 1999	ACDC	Setúbal	Triatlo Técnico	Seixal	03.01	2
1286	pc	Ana Frias	JUV 2000	CAMG	Leiria	Triatlo Técnico Jovem Pista Coberta	Pombal	24.01	4
1260	pc	Raquel Carvalho	JUV 1999	CCDR	Braga	Triatlo Técnico Jovem	Braga	20.02	2
1217	-0,2	Tatiana Silva	JUV 2000	ACDSJ	Madeira	Triatlo Jovem	Ribeira Brava	27.02	4

PENTATLO TÉCNICO (PC)

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

MARCA		ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
4269	pc	Marisa Vaz Carvalho	JUV 1999		SLB	Lisboa	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	1
3473	pc	Raquel Haar	JUV 1999		GDD	Évora	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	2
3345	pc	Vitória Monteiro	JUV 1999		AAPL	setúbal	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	3
3322	pc	Carolina Ribeiro	JUV 2000		UFCT	Santarém	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	4
3293	pc	Bárbara Silva	JUV 1999		LAVRA	Porto	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	5
3143	pc	Raquel Marques	JUV 1999		SLB	Santarém	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	6

PENTATLO (PC)

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

MARCA		ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
3553	pc	Raquel Haar	JUV 1999		GDD	Évora	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	3
3464	pc	Bárbara Silva	JUV 1999		LAVRA	Porto	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	4
3441	pc	Carolina Ribeiro	JUV 2000		UFCT	Santarém	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	5
2895	pc	Raquel Costa	JUV 1999		GAF	Santarém	Campeonato Provas Conbinadas	Pombal	10.01	2
2812	pc	Juliana Brites	JUV 2000		JV	Leiria	Campeonato Provas Conbinadas	Pombal	10.01	3
2726	pc	Eduarda Ferreira	INIC 2001		JV	Leiria	Campeonato Provas Conbinadas	Pombal	10.01	4 t
2644	pc	Tatiana Gonçalves	INIC 2001		A 20 km	Santarém	Campeonato Provas Conbinadas	Pombal	10.01	5 t
2594	pc	Alina Humenyuk - UKR	JUV 2000		JV	Leiria	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	5
2528	pc	Beatriz Santos	JUV 2000		ACRDE	Aveiro	Campeonato Provas Conbinadas	Pombal	10.01	Extra
2411	pc	Catarina Cunha	JUV 2000		JOMA	Lisboa	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	7

HEPTATLO

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

3150 / 4800

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
5734	-0,8	Marisa Vaz Carvalho	JUV 1999		SLB	Lisboa	Meeting de Provas Combinadas	Arona - ESP	05.06	2
4280	-0,7	Carolina Ribeiro	JUV 2000		IND-S	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1
4158	-1,5	Dânia Furk	JUV 2000		ACM-A	Terceira	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2
3988	-0,7	Raquel Costa	JUV 1999		GAF	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3
3874	-2,8	Ângela Costa	JUV 1999		AAPL	Setúbal	Torneio Atleta Completo	Almada	10.07	1
3865	-0,6	Bárbara Silva	JUV 1999		LAVRA	Porto	Torneio BA Provas Combinadas	Leiria	31.07	1
3736	1,8	Juliana Brites	JUV 2000		JV	Leiria	Torneio Atleta Completo	Pombal	01.05	1
3651	-0,7	Juliana Guerreiro	INIC 2001		CBF	Algarve	Campeonato Provas Combinadas	Lagos	20.03	1
3508	-0,6	Ana Rita Silva	JUV 2000		JAM	Aveiro	Torneio Atleta Completo	Aveiro	10.04	1
3451	-0,3	Alina Humenyuk - UKR	JUV 2000		JV	Leiria	Torneio BA Provas Combinadas	Leiria	31.07	2
3439	-1,1	Beatriz Santos	JUV 2000		ACRDE	Aveiro	Torneio BA Provas Combinadas	Leiria	31.07	3
3374	-2,4	Raquel Marques	JUV 1999		SLB	Lisboa	Torneio Atleta Completo	Lisboa (AL)	03.04	1
3344	-3,1	Anna Machado	JUV 2000		AACC	Setúbal	Torneio Atleta Completo	Almada	10.07	2
3338	-0,8	Fatoumata Diallo	JUV 2000		COP	Algarve	Campeonato Provas Combinadas	Lagos	20.03	2
3320	0,1	Miriam Tavares	JUV 2000		ACRVD	Aveiro	Torneio Atleta Completo	Aveiro	10.04	2
3296	0,9	Ema Camacho	JUV 2000		ACDSJ	Madeira	Campeonato de Provas Combinadas	Ribeira Brava	20.03	1
3279	-1,6	Mariana Novo	JUV 2000		ACPV	Porto	Campeonato Provas Combinadas	Luso	03.04	1
3208	1,0	Fátima Coutinho	JUV 1999		CAM-VC	V. Castelo	Torneio Atleta Completo	Viana Castelo	10.04	1
3195	-1,2	Ana Patrícia Moreira	JUV 2000		CAA	Porto	Torneio Atleta Completo	Póvoa Varzim	24.04	1
3177	-0,3	Sofia Rêma	JUV 1999		CFOD	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	6
3096	0,8	Natacha Fonseca	JUV 2000		ACRC	Viseu	Torneio Atleta Completo	Viseu	12.07	1
3094	0,4	Francisca Silva	JUV 2000		JUNI	Braga	Torneio Atleta Completo	Braga	10.04	1
3094	-0,7	Tatiana Gonçalves	JUV 2001		A 20 Km	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	7
2942	-0,9	Catarina Cunha	JUV 2000		JOMA	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	10
2915	-3,6	Catarina Carmo	JUV 1999		ACDC	Setúbal	Torneio Atleta Completo	Almada	10.07	3

4 x 100 metros

MARCA	ATLETA	ESC ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
49,27	R. Marques - C. Karas - F. Baldé - P. Silva	AAL		Lisboa	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	1 S 3
49,75	R. Djombate - C. Lourenço - S. Paulico - F. B.	CASM		Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1 S 3
49,82	M. Bento - M. Silva - D. Rodrigues - C. Karas	SCP		Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2 S 3
50,35	B. Mota - J. Brites - I. Lopes - J. Carlos	ADAL		Leiria	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	2 S 2
50,54	A. Costa - R. Mata - P. Alminhas - C. Narciso	ASAS		Setúbal	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	3 S 3
50,65	C. Ribeiro - J. Semedo - F. Silva - F. Oliveira	JUNI		Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	3 S 3
51,17	M. Novo - B. Silva - L. Pinto - J. Neto	AAP		Porto	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	4 S 2
51,29	J. Vieira-M. Rodrigues-O. Conceição-C. Rodri	ADREP		Aveiro	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1 S 2
51,42	S. Sani - C. Santos - A. Humenyuk - J. Carlos	JV		Leiria	Festival de Estafetas	Vagos	21.05	1
51,55	C. Rodrigues - M. Santos - I. Barros - J. Morei	SLB		Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	4 S 3
51,66	D. Amaro - J. Fernandes - M. Santos - R. Mat	GDC		Setúbal	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	5 S 3
51,69	A. Frias - I. Lopes - C. esteves - M. Teixeira	CAMG		Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2 S 2
51,78	R. Aguiar - C. Sequeira - A. Pereira - J. Neto	MAC		Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	1
51,81	A. Silva - B. Santos - B. Duarte - C. Rodrigue	AAA		Aveiro	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	5 S 3
51,99	J. Fernandes - B. Amaral - M. Santos - R. Mat	GDC		Setúbal	Campeonato de Juniores	Almada	04.06	1
52,06	R. Ferreira - E. Camacho - J. Gonçalves - T. Sil	ACDSJ		Madeira	Campeonato de Estafetas	Ribeira Brava	07.07	1 S 2
52,15	B. Santos - C. Lourenço - S. Paulico - F. Baldi	CASM		Lisboa	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (I)	29.04	2 t
52,20	S. Seabra-E. Grangeia-S. Castanhas-C. Esta	GS		Coimbra	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	6 S 3
52,32	Z. Sousa - M. Mascarenhas - E. Júlia - F. Dial	AALG		Algarve	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	6 S 3
52,39	B. Amaral - J. Fernandes - M. Santos - R. Mat	GDC		Setúbal	Campeonato Absoluto de Setúbal	Almada	18.06	1 t
52,51	R. Rocha - M. Santos - S. Andrade - M. Lucer	GDE		Madeira	Campeonato de Estafetas	Ribeira Brava	07.07	2 S 2
52,60	M. Grácio - B. Silva - A. Leite - S. Moreira	CNMAIA		Porto	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	21.05	5 t
52,72	A. Costa - I. Rangel - F. Domingos - F. Cardo	AAPL		Setúbal	Campeonato de Juniores	Almada	04.06	2
52,93	S. Rodrigues - F. Silva - R. Carvalho - F. Olive	AAB		Braga	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	1 S 2
52,97	A. Duarte - M. Santos - J. Fernandes - R. Mat	GDC		Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	14.05	1

ESTAFETA MEDLEY (100 + 200 + 300 + 400)

MARCA	ATLETA	ESC ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
2.21,08	D. Semedo - E. Barbosa - I. Farias - F. Diallo	COP		Algarve	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 3
2.22,29	D. Rodrigues - M. Silva - C. Karas - G. Macha	SCP		Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 S 3
2.25,70	C. Bernardo - I. Barros - M. Santos - M. Marq	SLB		Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 2
2.26,40	L. Cardoso - D. Sousa - M. Gigante - M. Pinto	CAOV		V. Castelo	Campeonato de Estafetas	Viana Castelo	20.07	1
2.26,80	M. Alves - B. Vila - T. Vilaça - L. Pinto	EMOV		Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	1
2.26,99	R. Ferreira - J. Gonçalves - T. Silva - E. Camacho	ACDSJ		Madeira	Campeonato de Estafetas	Ribeira Brava	13.07	1
2.27,91	R. Campos - A. Leirte - J. Neto - A. Pereira	MAC		Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3 S 3
2.27,93	F. Machado - E. Barbosa - I. Farias - F. Diallo	COP		Algarve	Campeonato de Juvenis	Lagoa	15.05	1
2.28,82	A. Ferreira - S. Rodrigues - L. Costa - M. Mach	SCB		Braga	Campeonato de Juvenis	Braga	08.06	1
2.28,92	S. Rodrigues - L. Costa - I. Silva - S. Silva	SCB		Braga	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	4 S 3
2.29,00	J. Vieira-M. Rodrigues-C. Rodrigues-O. Concei	ADREP		Aveiro	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 1
2.29,20	M. Gonçalves-S. Neiva-F. Coutinho-S. Carval	CAM-VC		V. Castelo	Campeonato de Estafetas	Viana Castelo	20.07	2
2.29,27	S. Sani - J. Carlos - C. Silva - D. Santos	JV		Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	5 S 3
2.29,36	S. Sani - J. Carlos - C. Santos - A. Humenyuk	JV		Leiria	Festival de Estafetas	Vagos	21.05	1
2.29,59	B. Agostinho - N. Ferro - A. Morais - C. Turcu	BNSC		Beja	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 S 2
2.29,72	R. Rocha - S. Andrade - A. Ferreira - M. Sant	GDE		Madeira	Campeonato de Estafetas	Ribeira Brava	13.07	2
2.32,08	R. Sousa - S. Aguiar - R. Campos - A. Pereira	MAC		Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	2
2.32,69	M. Santos - B. Amaral - J. Fernandes - A. Du	GDC		Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	15.05	1
2.32,92	R. Mata - M. Santos - J. Fernandes - B. Amar	GDC		Setúbal	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	6 S 3
2.33,07	E. Peixinho-S. Gonçalves-M. Sousa-B. Game	A 20 Km		Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 S 1
2.33,13	A. Gomes - N. Silva - M. Truta - C. Pinho	CFOD		Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	3
2.33,76		Seleção		Açores	Jogos das Ilhas	Calvia (ESP)	28.05	5
2.36,64	P. Costa - N. Lopes - C. Costa - M. Veloso	UCE		Coimbra	Festival de Estafetas	Vagos	21.05	2
2.38,40	E. Pereira - V. Pedreira - M. Pedreira - C. Pen	CAAV		V. Castelo	Campeonato de Estafetas	Viana Castelo	20.07	3
2.38,42	I. Oliveira - C. Duarte - B. Costa - J. Silva	GRECAS		Aveiro	Festival de Estafetas	Vagos	21.05	3