

7,4 (7,74)	Isabel Maria	Cristina	Morujão	160273	SCP	Braga	05.1.91
7,5 (7,88)		João	Maia	030565	SCB	Aveiro	15.2.86
7,5 (7,76)		Claudia	Gomes	030866	SCP	Braga	04.2.89
7,5		Teresa	Silva	180869	VFC	Aveiro	07.2.87

200 metros (25,55)

23,21	Maria	Lucrecia	Jardim	280171	SCP	Valência-ESP.	28.2.98
23,68		Carmo	Tavares	270474	SCP	Lisboa	04.3.01
24,03		Sónia	Tavares	210386	SCBM	Espinho	22.1.12
24,34		Patricia	Lopes	110782	JOMA	Pombal	01.3.09
24,35	Paula	Carla	Tavares	220582	SCP	Pombal	23.2.14
24,42		Cristina	Regalo	160169	USCP	Sevilha-ESP.	27.2.94
24,44		Sandra	Castanheira	081173	JOMA	S.Sebastian-ESP.	25.2.96
24,44		Cátia	Azevedo	090394	SCP	Pombal	22.2.15
24,45		Rafaela	Almeida	101183	CAM	Espinho	13.2.05
24,48		Natália	Moura	240169	SCP	Braga	19.2.95

(10)

24,59	Carla	Severina	Cravid	010778	GDC	Espinho	10.2.02
24,65		Alexandra	Pina	300672	BFC	Braga	19.2.95
24,69		Ungudi	Quiwacana	091190	SLB	Pombal	13.2.11
24,70		Carolina	Duarte	080190	CSM	Espinho	19.2.12
24,77		Patricia	Rebelo	040377	SCP	Espinho	06.2.00
24,78		Carla	Ratão	060682	EALAB-Fra	Aubièrre-FRA.	28.1.07
24,80		Susana	Vieira	010280	CAM	Espinho	26.2.06
24,80		Diana	Cerqueira	090493	CAM-VC	Pombal	27.2.11
24,82		Tânia	Freitas	170680	CAM	Espinho	13.2.00
24,84		Vera	Barbosa	130189	SCP	Espinho	19.2.12

(20)

24,85	Maria	Carmo	Prazeres	131267	OS	Braga	18.2.90	
24,86		Tânia	Duarte	150790	SLB	Pombal	17.2.13	
24,99		Virgínia	Gomes	280264	SLB	Génova-ITA.	29.2.92	
25,00		Filipa	Martins	131192	SLB	Pombal	06.2.11	
25,03		Marta	Moreira	291166	CAP	Braga	16.2.92	
25,03		Leslie	Delgado	250689	VPTH-GBR	Lee-Valley-GBR	18.1.14	
25,04		Daniela	França	020895	MAC	Pombal	17.2.13	
25,07		Cátia	Garcia	Santos	130594	SLB	Pombal	15.2.15
25,08		Ana	Clarisse	Marques	190980	FCP	Espinho	26.2.06
25,08		Cátia	Nunes	060490	JOMA	Pombal	14.2.10	

(30)

25,10		Andreia	Crespo	161093	ACRSD	Pombal	23.2.14
25,11		Rivinilda	Mentai	090294	SLB	Val de Reuil-FRA.	09.2.13
25,13		Ana	Pacheco	200980	SCB	Espinho	01.3.98
25,14		Sofia	Duarte	071196	AEARS	Pombal	12.1.14
25,18		Ilda	Bartolomeu	280574	FCM	Espinho	15.2.98
25,20		Sandra	Almeida	210175	SCP	Braga	16.2.97
25,20		Tatiana	Rosário	050494	JV	Pombal	20.1.13
25,28		Rute	Limpo	231290	JOMA	Pombal	10.2.13
25,35		Sandra	Castilho	170775	GDAS	Braga	23.2.92
25,35		Dorothé	Évora	280591	SLB	Pombal	06.2.11

(40)

25,40	Maria	Albina	Gavina	120473	FCP	Espinho	21.2.98
25,40		Cátia	Ferreira	180683	JV	Pombal	24.2.08
25,43		Eduarda	Coelho	020368	CIPA	Braga	11.2.90
25,44		Susana	Santos	200990	SLB	Espinho	28.2.10
25,43		Graziela	Guerreiro	111064	SLB	Braga	18.2.90
25,50		Clementina	Pacheco	300376	SCB	Braga	20.2.94
25,53		João	Valamatos	140771	SLB	Espinho	21.2.98
25,54		Liliana	Correia	060882	BFC	Espinho	06.2.05
25,55		Joana	Frias	070388	CAM	Espinho	07.3.04
25,55		Márcia	Cardoso	040494	ADREP	Pombal	23.2.14

(50)

Outras marcas manuais

24,7	Maria	João	Lopes	230262	SLB	Braga	21.2.88
24,8 (25,43)		Graziela	Guerreiro	111064	SLB	Braga	21.2.88
25,4 (25,77)		Ana	Pacheco	200980	SCB	Braga	02.2.97

400 metros (57,69)

52,77	Maria	Carmo	Tavares	270474	SLB	Génova-ITA.	18.2.98
53,76		Vera	Barbosa	130189	SCP	Pombal	26.2.12
53,81		Cátia	Azevedo	090394	SCP	Pombal	14.2.15
53,87		Patrícia	Lopes	110782	SCP	Valência-ESP.	23.2.02
54,31		Natália	Moura	240169	SCP	Sevilha-ESP.	26.2.94
54,78		Nédia	Semedo	141178	JOMA	Espinho	12.2.05
54,87		Elsa	Amaral	310566	FCP	Braga	17.2.90
55,06		Marta	Moreira	291166	SCP	Braga	06.3.93
55,15		Carolina	Duarte	080190	SCP	Pombal	24.2.13
55,16		Lucrecia	Jardim	280171	SLB	Braga	19.2.94
(10)							
55,19	Paula	Cristina	Regalo	160169	SLB	Braga	27.2.93
55,25	Maria	João	Lopes	230262	SLB	Braga	04.2.89
55,28	Maria	Céu	Nunes	170476	JOMA	Espinho	12.2.00
55,29		Sandra	Teixeira	130378	SCP	Espinho	10.2.01
55,31		Miriam	Tavares	140591	SLB	Pombal	22.2.14
55,36		Tânia	Freitas	170680	GDE	Espinho	08.3.03
55,55		Eduarda	Coelho	020368	SLB	Braga	09.2.91
55,59		Carla	Sacramento	101271	SCP	Braga	06.3.93
55,63		Carla	Ratão	060682	LA-FRA.	Aubiére-FRA.	19.1.08
55,69		Dorothe	Évora	280591	SLB	Pombal	11.2.12
(20)							
55,70		Severina	Cravid	010778	GDC	Espinho	17.2.01
55,78		Filipa	Martins	131192	SCP	Pombal	02.3.14
55,82		Andreia	Crespo	161093	ACRS	Pombal	14.2.15
55,88		Cátia	Nunes	060490	JOMA	Pombal	19.2.11
55,92		Alexandra	Pina	030672	BFC	Braga	01.2.97
56,04		Catarina	Costa	030889	SLB	Pombal	13.2.10
56,20		Carla	Tavares	220582	SCP	Pombal	20.2.10
56,26		Riviniilda	Mentai	010494	SLB	Aubiére-FRA.	16.2.13
56,28		Joceline	Monteiro	100590	SCP	Pombal	21.2.09
56,29		Nádia	Gaspar	071090	SLB	Pombal	24.2.13
(30)							
56,29		Márcia	Cardoso	040494	ADREP	Pombal	02.3.14
56,37		Albina	Gavina	120473	FCP	Espinho	14.2.98
56,45	Maria	João	Valamatós	140771	SLB	Braga	17.2.90
56,56	Ana	Clarisse	Marques	190980	FCP	Espinho	22.2.03
56,72		Vera	Barbosa	130189	JOMA	Espinho	31.1.09
56,75		Salomé	Afonso	191197	SCP	Pombal	14.2.15
56,80		Neuza	Reis	190195	SLB	Pombal	02.2.13
56,87		Ana	Pacheco	200980	SCB	Espinho	17.2.01
56,88		Joana	Frias	070388	CAM	Pombal	14.2.09
56,92		Artemiza	Sá	291184	CRUR	Pombal	23.2.08
(40)							
57,01	Maria	José	Frias	300865	CSM	Braga	18.2.95
57,21		Rafaela	Almeida	101183	FCP	Espinho	22.2.03
57,24		Neide	Vieira	301279	CAM	Espinho	13.2.99
57,39		Elda	Laranja	270986	GDE	Espinho	14.2.04
57,41	Maria	José	Valamatós	140771	SLB	Braga	15.2.97
57,55		Leslie	Delgado	250689	FCP	Pombal	11.2.12
57,58	Ana	Paula	Mota	110461	CAP	Braga	18.1.92
57,61		Marisa	Martins	090981	CPCF	Espinho	20.2.99
57,67		Sandra	Castanheira	081173	SLB	Braga	06.3.93
57,69		Madalena	Fernandes	090567	COLIPO	Braga	04.2.89
(50)							

Outras marcas manuais

54,9 (55,06)	Marta	Moreira	291166	CAP	Braga	29.2.92
55,0 (55,55)	Eduarda	Coelho	020368	SLB	Braga	01.2.92

800 metros (2.13,83)

2.00,81		Carla	Sacramento	101271	MCM	Sevilha-ESP.	17.2.95
2.01,11		Nédia	Semedo	141178	CAM	Espinho	08.3.03
2.02,47		Sandra	Teixeira	130378	SCP	Espinho	17.2.01
2.02,51		Elsa	Amaral	310566	FCP	Sindelfingen-GER.	14.2.93
2.03,47	Maria	Carmo	Tavares	270474	SCP	Madrid-ESP.	04.3.05
2.03,97		Eduarda	Coelho	020368	SLB	Sevilha-ESP.	04.3.93
2.05,19		Susana	Cabral	230872	SCP	Génova-ITA.	18.2.98
2.05,63	Maria	Céu	Nunes	170976	JOMA	Espinho	10.2.02
2.05,71		Fernanda	Ribeiro	230669	FCP	Espinho	01.2.98
2.06,67	Marta	Pen	Freitas	310793	SLB	Pombal	23.2.14
(10)							
2.07,15		Lilian	Silva	300382	CAM	Pombal	26.1.08
2.07,27		Teresa	Marinho	200277	SCP	Espinho	07.2.98
2.07,42		Vanda	Ribeiro	020475	BFC	Braga	06.2.99
2.07,54	Marina	Bastos	Rodrigues	070771	SCP	Braga	07.3.93
2.07,97		Jessica	Augusto	081181	SCB	Espinho	27.1.02
2.08,13	Maria	João	Lopes	230262	SLB	Sevilha-ESP.	28.2.89
2.08,15	Ana	Paula	Mota	110461	CAP	Braga	08.2.92
2.08,87		Rita	Ribeiro	011275	SCB	Braga	06.2.99
2.09,35		Neide	Dias	110887	JOMA	Pombal	23.2.14
2.09,66		Salomé	Afonso	191197	SCP	Pombal	22.2.15
(20)							
2.09,68		Micaela	Lopes	080592	JV	Pombal	22.2.15
2.10,50	Maria	José	Frias	300865	CSM	Braga	20.2.94
2.10,53		Cláudia	Pereira	200276	SCB	Espinho	01.2.04
2.10,76	Ana	Marina	Amoroso	180274	SCP	Braga	20.2.94
2.10,96		Verónica	Costa	040167	SCB	Braga	18.2.90
2.11,14		Lídia	Sousa	260888	BFC	Espinho	19.2.06
2.11,41		Dores	Leal	160769	SCV	Braga	07.3.93
2.11,6		Rosa	Oliveira	280766	SCB	Braga	23.5.87
2.11,70		Diana	Soares	020892	ARBV	Pombal	24.2.08
2.12,08	Maria	Rosário	Pais	090181	BFC	Espinho	23.2.03
(30)							
2.12,08		Neide	Vieira	301279	CAM	Espinho	06.2.05
2.12,11		Sofia	Pereira	010980	CSM	Espinho	15.2.04
2.12,23		Patrícia	Lopes	110782	SCP	Pombal	23.2.14
2.12,44		Cátia	Azevedo	090394	SCP	Pombal	17.2.13
2.12,47		Joana	Costa	120588	SCB	Pombal	26.1.08
2.12,51		Ercília	Machado	241286	SCB	Pombal	10.2.07
2.12,67		Clarisse	Cruz	090778	FCP	Espinho	02.2.03
2.12,67		Mariana	Brás	291193	SCP	Pombal	17.2.13
2.12,75		Isabel	Areias	270185	GS-RC	Espinho	28.2.10
2.12,86		Alice	Silva	031161	SLB	Braga	05.2.89
(40)							
2.12,9		Ana	Correia	281167	FCP	Braga	23.5.87
2.13,06		Andreia	Santos	211187	JOMA	Pombal	13.2.11
2.13,08		Diana	Freitas	011191	ARBV	Pombal	01.3.09
2.13,15		Joceline	Monteiro	100590	SCP	Pombal	10.2.13
2.13,19		Olga	Pinto	310575	GDE	Pombal	10.2.07
2.13,23	La	Salette	Mineiro	270568	JOMA	Espinho	16.1.99
2.13,30	Patrícia	Isabel	Pereira	200483	ADERCUS	Espinho	15.1.06
2.13,6	Maria	João	Valamatos	140771	SLB	Braga	06.1.90
2.13,73		Solange	Fernandes	310791	CASM	Pombal	27.2.11
2.13,83		Carla	Mendes	091194	SLB	Pombal	28.2.15
(50)							

1.500 metros (4.31,53)

4.04,11		Carla	Sacramento	101271	MCM	Liévin-FRA.	25.2.01
4.07,89		Jessica	Augusto	081181	IND	Espinho	27.2.10
4.09,28		Fernanda	Ribeiro	230669	FCP	Espinho	01.2.03
4.10,65		Sara	Moreira	171085	MCP	Paris-FRA.	04.3.11
4.10,84		Sandra	Teixeira	130378	SCP	Karlsruhe-GER.	13.2.05
4.11,87		Inês	Monteiro	180580	MCP	Pombal	28.2.09
4.12,50	Marina	Bastos	Rodrigues	070771	SCP	Braga	27.2.93
4.13,49		Sandra	Protásio	050789	AAC	Pombal	16.2.13
4.13,58		Nédia	Semedo	141178	CAM	Espinho	01.2.03
4.14,96	Ana	Dulce	Félix	231082	SCB	Pombal	13.2.10

(10)

4.16,44		Ana	Dias	150174	SCP	Espinho	26.1.02
4.16,74		Cláudia	Pereira	200276	SCB	Espinho	14.2.04
4.18,46		Vanda	Ribeiro	020475	BFC	Génova-ITA.	24.2.99
4.18,49	Marta	Pen	Freitas	310793	SLB	Pombal	22.2.14
4.21,20		Lilian	Silva	300382	CAM	Espinho	02.2.08
4.22,34		Anália	Rosa	280276	SCB	Espinho	14.2.04
4.21,37	Carla	Salomé	Rocha	250490	SCP	Pombal	22.2.14
4.23,63		Clarisse	Cruz	090778	CAO	Espinho	09.2.02
4.23,85		Fátima	Silva	060570	CDP	Braga	17.2.96
4.23,89		Rita	Ribeiro	011275	SCB	Espinho	27.1.01

(20)

4.24,19		Ercília	Machado	241286	SCB	Pombal	12.2.11
4.24,23		Fátima	Cabral	140171	SCB	Lisboa	03.3.01
4.24,85		Daniela	Cunha	300490	UDV	Espinho	27.2.10
4.25,10		Elsa	Amaral	310566	FCP	Braga	22.1.94
4.25,15		Susana	Cabral	230872	SCP	Espinho	30.1.99
4.25,43		Sandra	Amaro	150376	JOMA	Espinho	26.1.02
4.25,82		Sónia	Fernandes	030583	FCP	Espinho	08.3.03
4.26,01		Teresa	Nunes	051267	FCP	Espinho	30.1.99
4.26,19		Catarina	Lima	100590	UDV	Pombal	16.2.13
4.26,30		Lídia	Sousa	260888	BFC	Espinho	18.2.06

(30)

4.26,76		Lourdes	Vaz	040273	ADRP	Espinho	09.2.02
4.27,21		Patrícia	Pereira	141281	CAM	Espinho	18.2.06
4.27,40	María	Rosário	Pais	090181	BFC	Espinho	01.2.03
4.27,46		Luzia	Dias	290970	SLB	Braga	04.2.95
4.27,54		Teresa	Marinho	200277	SCP	Espinho	31.1.98
4.27,62		Andreia	Santos	211187	JOMA	Pombal	26.2.11
4.27,65		Catarina	Ribeiro	310590	SCB	Espinho	04.2.12
4.28,91	Elsa	Marisa	Barros	250280	SCB	Pombal	10.2.07
4.28,92	La	Salette	Mineiro	270568	JOMA	Espinho	30.1.99
4.28,97		Leonor	Carneiro	180578	BFC	Espinho	05.2.05

(40)

4.29,00		Lilian	Silva	300382	JV	Pombal	12.2.11
4.29,06		Manuela	Machado	090863	SCB	Braga	18.1.98
4.29,59		Paula	Mota	110461	CAP	Braga	22.2.92
4.29,80	Ana	Susana	Godinho	050792	SLB	Espinho	27.2.10
4.29,89		Sónia	Fernandes	030583	FCP	Pombal	28.2.09
4.30,31		Olga	Pinto	310575	GDE	Espinho	31.1.04
4.30,73		Tânia	Silva	240588	LFC	Braga	17.1.09
4.31,13		Diana	Freitas	011191	ARBV	Pombal	28.2.09
4.31,21		Diana	Soares	020892	ARBV	Pombal	28.2.09
4.31,53		Susana	Adelino	090879	SCP	Espinho	20.2.99

(50)
3.000 metros (9.44,59)

8.36,79		Carla	Sacramento	101271	MCP	Birmingham-GBR.	17.2.02
8.39,49		Fernanda	Ribeiro	230669	FCP	Estocolmo-SWE.	09.3.96
8.42,20		Jessica	Augusto	081181	MCP	Birmingham-GBR.	20.2.10
8.44,22		Sara	Moreira	171085	MCP	Karlsruhe-GER.	13.2.11

PARCEROS INSTITUCIONAIS



INTRODUZIDORES



8.49,55	Marina	Bastos	Rodrigues	070771	MCM	Lisboa	04.3.01
8.54,97		Inês	Monteiro	180580	JOMA	Valência-ESP.	14.2.09
8.55,45	Ana	Albertina	Dias	260465	MCP	Sevilha-ESP.	09.3.91
8.56,84		Dulce	Félix	231082	SCB	Pombal	14.2.10
8.58,52		Ana	Dias	150174	SCP	Espinho	27.1.02
8.59,99		Anália	Rosa	280276	MCP	Moscovo-RUS.	11.3.06

(10)

9.05,87	Carla	Ercília	Machado	241286	SCB	Pombal	13.2.11
9.10,50		Aurora	Cunha	310559	FCP	Madrid-ESP.	23.2.86
9.10,86		Salomé	Rocha	250490	SCP	Pombal	17.2.13
9.12,15		Sandra	Teixeira	130778	SCP	Pombal	15.2.09
9.14,35	Sara	Leonor	Carneiro	180578	BFC	Espinho	19.2.06
9.16,87		Catarina	Ribeiro	310590	SCB	Espinho	05.2.12
9.19,8		Adélia	Elias	070574	MCM	Lisboa	04.3.01
9.21,30		Fátima	Silva	060570	CDP	Braga	19.2.95
9.22,79	Clarisse	Luzia	Dias	200970	SCP	Espinho	21.2.99
9.22,80		Clarisse	Cruz	090778	CAO	Espinho	13.2.00

(20)

9.23,78	Ana	Paula	Oliveira	240370	ADRP	Espinho	24.2.01
9.24,39	La	Doroteia	Peixoto	071083	NAJ	Braga	16.1.11
9.25,24		Salette	Mineiro	270568	JOMA	Espinho	31.1.99
9.25,32	Elsa	Madalena	Carricho	060179	CAM	Espinho	19.2.06
9.25,60		Fátima	Cabral	140172	SCB	Espinho	18.2.01
9.26,01		Fernanda	Miranda	050670	SCB	Espinho	31.1.99
9.26,04		Teresa	Nunes	051267	ADS	Braga	19.2.95
9.26,11	Elsa	Lourdes	Vaz	040273	ADREP	Espinho	24.2.01
9.26,44		Marisa	Barros	250280	SCB	Espinho	18.2.07
9.27,66		Cláudia	Pereira	200276	MCM	Braga	06.2.99

(30)

9.28,13	Ana	Sónia	Fernandes	030583	GRECAS	Pombal	27.2.11
9.29,25		Carla	Martinho	041176	ADERCUS	Espinho	07.1.07
9.30,03		Manuela	Dias	190663	NAMa	Braga	11.2.96
9.31,66		Olga	Machado	091178	SCB	Espinho	13.1.01
9.33,44	Sara	Mafalda	Ferreira	220488	GDE	Pombal	16.2.14
9.33,54		Sara	Pinho	060881	CAM	Pombal	11.2.07
9.35,5		Sandra	Amaro	150376	JOMA	Lisboa	04.3.01
9.35,54		Solange	Jesus	070187	ADERCUS	Pombal	01.3.09
9.35,82	Catarina	Silvana	Dias	050694	SLB	Pombal	22.2.15
9.35,91		Catarina	Carvalho	010392	GCAD	Pombal	22.2.15

(40)

9.36,63	Solange	Lucinda	Moreiras	070268	NAMa	Espinho	15.2.98
9.37,51		Pereira	Cruz	121289	MOJ	Sevilha-ESP.	21.2.09
9.38,74		Helena	Lobo	041068	SCB	Braga	18.2.90
9.40,71		Susana	Godinho	050792	SLB	Pombal	27.2.11
9.40,76	Patrícia	Helena	Silva	300666	CBP	Braga	18.2.90
9.41,66		Isabel	Pereira	141281	SCB	Braga	12.1.02
9.42,15		Andreia	Santos	000085	JOMA	Pombal	12.2.12
9.42,91		Diana	Soares	020892	ARBV	Pombal	01.3.09
9.43,92	Daniela	Fátima	Novais	290767	SCB	Braga	02.2.97
9.44,59		Daniela	Cunha	300490	UDV	Espinho	25.1.09

(50)
60 metros-barreiras (9,09)

8,08	(10)	Isabel	Abrantes	200273	JOMA	Espinho	17.2.01
8,13		Eva	Vital	080792	SLB	Lisboa (CAR)	21.1.14
8,24		Sandra	Turpin	050676	CAM	Espinho	10.2.01
8,33		Patrícia	Vieira	180479	GDE	Madrid-ESP.	19.2.05
8,36		Andreia	Felisberto	220686	JOMA	Pombal	12.2.12
8,39		Naide	Gomes	101179	SCP	Espinho	13.2.05
8,41		Patrícia	Mamona	211188	JOMA	Blacksburg-USA	06.2.09
8,44		Sandra	Barreiro	190171	SLB	Braga	19.2.95
8,48		Vera	Fernandes	240294	SLB	Pombal	16.2.14
8,54		Andreia	Felisberto	220686	SCP	Pombal	23.2.14

(10)

8,55	Sónia	Machado	191076	BFC	Espinho	06.2.00
------	-------	---------	--------	-----	---------	---------

8,56		Emília	Tavares	161164	SLB	Braga	24.2.91
8,56		Severina	Cravid	010778	SCP	Espinho	13.2.05
8,57		Lecabela	Quaresma	261289	SCP	Pombal	08.2.15
8,60		Ana	Oliveira	090163	SLB	Braga	05.2.89
8,62		Olímpia	Barbosa	280295	SCP	Pombal	24.1.15
8,62	Marisa	Vaz	Carvalho	151199	SLB	Pombal	25.1.15
8,66		Mónica	Lopes	180186	SCP	Lisboa (CAR)	18.1.12
8,68	Sara	Fernandes	Silva	181074	JOMA	Espinho	13.2.00
8,74	Maria	José	Valamatos	140771	SLB	Braga	18.2.96

(20)

8,76		Fernanda	Borba	020381	COD	Espinho	04.3.01
8,76		Larissa	Vieira	141195	SCP	Pombal	20.1.13
8,78		Witiney	Barata	310188	JOMA	Pombal	10.2.13
8,78		Susana	Estriga	160775	JOMA	Budapeste	29.3.14
8,79		Sónia	Carvalho	100577	SCP	Espinho	27.2.99
8,81		Cristiana	Cunha	170791	SCB	Pombal	20.2.11
8,89		Sónia	Fernandes	020971	SCP	Braga	07.3.93
8,89	Maria	João	Valamatos	140771	SLB	Braga	07.3.93
8,91		Mónica	Sousa	030574	GDC	Braga	16.2.97
8,91		Sara	Borges	020478	SCP	Espinho	13.2.00

(30)

8,91		Rafaela	Vitorino	180895	SLB	Espinho	19.2.12
8,97		Conceição	Alves	010758	SCP	Saragoça-ESP.	19.1.80
8,97		Jessica	Barreira	290197	SCP	Lisboa (CAR)	20.1.15
8,99		Alexandra	Pina	030672	BFC	Braga	25.2.96
8,99		Ludmila	Nascimento	011196	SCP	Lisboa (CAR)	31.1.13
9,00		Sara	Fernandes	130770	BFC	Lisboa	04.3.01
9,01		Tânia	Vieira	290785	JOMA	Espinho	07.3.04
9,01		Cristiana	Fernandes	000088	AEENSENFC	Pombal	25.2.12
9,02		Cláudia	Rodrigues	111189	ACRSD	Pombal	28.12.13
9,03		Catarina	Costa	030889	SLB	Espinho	28.2.10

(40)

9,04		Nora	Araújo	290959	SLB	Braga	03.2.96
9,04		Anabela	Neto	250391	SCP	Espinho	05.2.12
9,04	Ana	Margarida	Oliveira	180795	GAF	Pombal	15.2.15
9,05		Ana	Pacheco	200980	SCB	Espinho	01.3.98
9,05		Carine	Silva	230484	GDE	Espinho	16.2.03
9,05		Catarina	Bastos	280986	SCP	Pombal	24.2.08
9,05		Tânia	Caires	031287	CSM	Pombal	01.3.09
9,07	Maria	Carmo	Lima Alves	100775	COD	Espinho	29.1.05
9,09	Ana	Marisa	Vieira	301279	CAM	Espinho	05.2.05
9,09		Débora	Encarnação	060989	JV	Espinho	18.2.07

(50)

Outras marcas manuais

8,0 (8,27)		Isabel	Abrantes	200273	SLB	Alpiarça	27.1.96
8,1 (8,44)		Sandra	Barreiro	190171	SLB	Alpiarça	27.1.96
8,5 (9,08)		Mónica	Sousa	030574	GDC	Alpiarça	27.1.96
8,7	Maria	João	Lopes	230262	SLB	Braga	21.2.88

Altura (1,63)

1,88		Naide	Gomes	101179	SCP	Budapeste-HUN.	05.3.04
1,84		Sónia	Carvalho	100577	SCP	Espinho	27.1.02
1,83		Marisa	Anselmo	060987	JOMA	Espinho	19.2.06
1,78		Sofia	Pires	011086	CAT	Espinho	26.2.06
1,77		Sónia	Machado	191076	BFC	Espinho	19.2.00
1,76		Isabel	Branco	200171	CIPA	Braga	16.2.92
1,76		Liliana	Vieira	240885	GDE	Pombal	21.2.10
1,76		Catarina	Costa	030889	SLB	Espinho	28.2.10
1,76		Anabela	Neto	250391	SCP	Pombal	26.2.11
1,75		Graça	Borges	100559	SLB	Braga	13.2.88

(10)

1,75		Sandra	Turpin	050676	SLB	Braga	16.2.97
1,75	Ana	Margarida	Oliveira	180795	GAF	Pombal	15.2.15
1,75		Jennifer	Gomes	210395	ACRS	Pombal	28.2.15
1,74		Conceição	Alves	010758	SCP	Madrid-ESP.	30.1.82
1,74	Sandra	Helena	Tavares	290582	DAC	Paris-FRA.	14.3.99
1,74		Joana	Flores	081089	CAT	Pombal	01.3.09
1,74		Ana	Monjane	130593	SCP	Pombal	02.2.13
1,74		Cláudia	Rodrigues	111189	ACRS	Pombal	15.2.14
1,73		Sara	Borges	020478	SCP	Braga	16.2.97
1,72		Manuela	Barros	250565	CIPA	Braga	13.2.88
(20)							
1,71		Cristina	Abreu	080460	SCP	Madrid-ESP.	26.1.80
1,71	Maria	José	Travessa	030373	VFC	Aveiro	02.2.91
1,71		Ana	Cruz	290175	CPCF	Braga	23.2.92
1,71		Nora	Araújo	290959	SLB	Braga	03.2.96
1,71	Maria	Carmo	Lima Alves	160775	NSIT	Espinho	15.2.04
1,71		Magali	Gomes	280291	SLB	Pombal	27.2.11
1,70		Cláudia	Gameiro	250580	JV	Espinho	15.2.98
1,70		Susana	Goulart	010180	CIAIA	Braga	19.1.99
1,70		Irina	Rodrigues	050291	JV	Pombal	13.1.08
1,69		Patrícia	Mamona	211188	JOMA	Clemson-USA	30.1.09
(30)							
1,69		Laura	Santos	110972	SCP	Braga	07.3.93
1,69		Rafaela	Vitorino	180895	SLB	Pombal	09.2.13
1,68	Ana	Sofia	Silva	310596	MAC	Braga	24.1.15
1,68		Lecabela	Quaresma	261289	SCP	Apeldoorn-NED	24.1.15
1,67		Catarina	Queirós	230198	LAVRA	Pombal	28.2.15
1,66		Mónica	Amaral	160874	SVB	Braga	18.2.96
1,66	Ana	Rita	Madeil	170483	GRECAS	Espinho	16.1.99
1,66		Marta	Godinho	240680	JOMA	Espinho	02.2.03
1,65		Rita	Santos	270476	BA	Aveiro	17.1.93
1,65	Ana	Marisa	Vieira	301279	CAM	Alpiarça	08.2.04
(40)							
1,65	Ana	Rita	Pereira	140591	SCB	Braga	12.12.10
1,65		Carolina	Pandeirada	211093	GRECAS	Pombal	27.1.13
1,64		Liliana	Silva	060265	SCP	Braga	21.1.89
1,64		Ana	Mota	090167	BFC	Braga	13.1.96
1,64		Cláudia	Carvalhido	121179	AOV	Braga	16.2.97
1,64		Cristina	Ferreira	221179	CSM	Espinho	01.3.98
1,64		Vanessa	Alves	130993	GRECAS	Pombal	26.2.11
1,64		Beatriz	Domingues	270798	CAMG	Pombal	26.1.14
1,63		Irene	Melo	070472	ACM	Braga	24.2.91
1,63		Ana	Pereira	151273	SCP	Braga	23.2.92
(50)							
1,63	Maria	José	Valamatos	140771	SLB	Braga	23.2.92
1,63	Ana	Karina	Carvalho	210775	CFMa	Aveiro	23.1.93
1,63		Carla	Santos	220377	GDL	Aveiro	11.12.94
1,63		Mónica	Sousa	030574	GDC	Braga	18.2.96
1,63		Sandra	Matias	091179	CDD	Aveiro	18.1.97
1,63		Ana	Oliveira	180795	GAF	Alpiarça	21.3.09
1,63		Witiney	Barata	310188	ARCBV	Pombal	01.3.09

Vara (2,80)

4,44	Leonor	Ribeiro	Tavares	240985	MM-Fr.	Pombal	16.2.14
4,40	Elisabete	Tavares	Ansel	070380	SCP	Pombal	23.2.08
4,31	Sandra	Helena	Tavares	290582	FAVD	Epinal-FRA.	09.2.08
4,30		Cátia	Pereira	050789	JOMA	Lisboa (CAR)	11.12.14
4,25		Marta	Onofre	280191	SCP	Pombal	24.1.15
3,86		Januária	Silva	100479	CAM	Alpiarça	30.1.05
3,85	Ana	Marisa	Vieira	301279	CAM	Alpiarça	16.2.02
3,78		Diana	Carqueijo	100587	ESCMOV	Espinho	19.2.12
3,75		Vera	Lavrador	031088	SCP	Alpiarça	09.1.11
3,68		Tânia	Costa	150778	SCB	Espinho	07.2.99
(10)							

3,61		Sara	Negrões	050386	SCB	Espinho	12.2.05	
3,60		Sandra	Sofia	Tavares	090284	DAC	Eaubonne-FRA.	01.2.03
3,54			Isabel	Vieira	250293	SLB	Espinho	19.2.12
3,50			Ana	Vasconcelos	180792	SLB	Pombal	27.1.13
3,46			Sara	Loureiro	210481	GRECAS	Espinho	31.1.04
3,45			Sara	Sousa	140893	CSM	Lisboa (CAR)	20.1.15
3,40			Tânia	Vieira	290785	GDE	Alpiarça	25.1.04
3,40			Tânia	António	291287	GRECAS	Espinho	19.1.08
3,40			Filipa	Choon	221195	ACRSD	Lisboa (CAR)	04.2.15
3,37		Cristina	Santos	Almeida	130273	FCP	Braga	15.2.97
(20)								
3,25			Andreia	Grácio	170996	JV	Pombal	15.2.15
3,24			Joana	Nascimento	050180	SCP	Espinho	12.2.00
3,24			Rosana	Teixeira	170482	FCP	Espinho	12.2.00
3,20			Mónica	Silva	040685	SCP	Alpiarça	22.2.04
3,20		Ana	Patrícia	Silva	281193	CAMG	Pombal	18.1.15
3,15			Cátia	Gonçalves	101280	CSM	Espinho	28.2.98
3,15		Ana	Rita	Braga	200180	SCB	Braga	23.12.01
3,12			Paula	Agostinho	170176	SCP	Lisboa (L)	31.3.99
3,12			Isabel	Coelho	260377	BFC	Lisboa	03.3.01
3,10		Luísa	Filipa	Freitas	110284	CAM	Alpiarça	08.2.04
(30)								
3,10			Joana	Flores	081089	CAT	Alpiarça	30.1.05
3,10			Ana	Costa	091189	SCB	Pombal	14.2.09
3,09			Joana	Areias	050383	SCP	Espinho	09.2.02
3,01			Diana	Spencer	290698	NDJL	Braga	18.1.15
3,00			Carla	Macedo	221090	GDE	Pombal	29.1.11
3,00			Mariana	Pandeirada	100690	GRECAS	Pombal	27.2.11
3,00			Mónica	Mota	040697	ACV	Pombal	25.1.15
2,95			Sara	Mota	300197	JV	Braga	08.2.15
2,94			Carolina	Pandeirada	211093	GRECAS	Pombal	23.1.11
2,90		Ana	Isabel	Couto	160181	JV	Braga	13.2.99
(40)								
2,90			Teresa	Ribeiro	230888	FCP	Braga	19.1.08
2,85			Cláudia	Ribeiro	151078	JOMA	Espinho	12.2.00
2,85			Tânia	Faria	011278	GDE	Lisboa	03.3.01
2,85			Susana	Dionísio	040280	SCA	Alpiarça	18.12.04
2,85			Camila	Lucena	070894	CSM	Pombal	27.2.11
2,85			Sara	Ramalho	000089	CBCC	Espinho	19.2.12
2,82		Ana	Filipa	Silva	281193	CAMG	Pombal	22.1.12
2,80			Sofia	Gameiro	310585	JV	Espinho	04.1.03
2,80			Asheley	Novais	180885	SCR	Braga	24.1.04
2,80			Liliana	Manhente	300385	CDUP	Braga	19.1.08
(50)								
Comprimento (5,64)								
7,00			Naide	Gomes	101179	SCP	Valência-ESP.	09.3.08
6,40			Shaina	Mags	110492	SCP	Pombal	22.2.14
6,39			Sandra	Turpin	050676	SCP	Espinho	17.2.01
6,39			Marta	Godinho	240680	JOMA	Espinho	14.2.04
6,33			Ana	Oliveira	090163	IND	Glasgow-GBR.	03.3.90
6,29		Teresa	Vaz	Carvalho	030195	SLB	Pombal	21.2.15
6,21			Patrícia	Mamona	211188	JOMA	Blacksburg-USA	26.2.09
6,20			Isabel	Abrantes	200273	SLB	Valência-ESP	14.3.95
6,18		Isabel	Cristina	Morujão	160273	SCP	Braga	10.2.96
6,11			Emília	Tavares	261164	SLB	Aveiro	16.2.91
(10)								
6,11		Ana	Margarida	Oliveira	180795	GAF	Pombal	15.2.15
6,10			Ungudi	Quiwacana	091190	SLB	Pombal	12.2.11
6,10			Evelise	Veiga	030396	JV	Pombal	21.2.15
6,06			Marta	Costa	240680	GDE	Pombal	28.1.12
6,05			Conceição	Alves	010758	SCP	S. Sebastian-ESP.	14.2.81
5,96		Maria	João	Lopes	230262	SLB	Braga	20.2.88
5,95			Nora	Araújo	290959	SLB	Saragoça-ESP.	25.2.78

12,42		Sónia	Machado	191076	IND	Braga	12.2.95
12,34		Inês	Moura	150585	FCP	Espinho	07.3.04
12,30		Cláudia	Rodrigues	111189	ACRSD	Pombal	26.1.14
12,28		Sandra	Sá	090175	SCB	Espinho	10.2.02
12,28		Laura	Santos	080584	SCP	Espinho	13.2.05
12,20		Sónia	Marques	060786	JV	Pombal	12.2.12
12,19		Sónia	Fernandes	020971	SCP	Braga	11.2.96
12,17		Cláudia	Rego	080376	SCB	Espinho	21.2.99
12,13		Margarida	Oliveira	180795	GAF	Pombal	16.1.11
(30)	Ana						
12,12		Marlene	Ferreira	090681	JOMA	Espinho	03.2.08
12,09		Ana	Ferreira	130678	CNRM	Braga	08.2.97
12,09		Cláudia	Jardim	311280	CSM	Pombal	26.1.08
12,09		Ludmila	Nascimento	011196	SCP	Pombal	06.1.13
12,03		Cláudia	Gameiro	250580	JV	Espinho	22.2.98
12,02	Anabela	Osório	Pereira	280672	CIPA	Braga	08.2.97
12,02	Ana	Ângela	Marçal	060679	CAM	Espinho	19.2.06
12,02		Jennifer	Gomes	210395	ACRSD	Pombal	22.2.15
12,01		Ana	Fernandes	190177	FCP	Braga	19.12.98
11,99		Carla	Pinhão	210490	GRECAS	Espinho	23.2.08
(40)							
11,97		Sara	Esteves	240892	240892	Espinho	31.1.09
11,94		Elisabete	Tavares	070380	DAC	Pantin-FRA.	21.11.98
11,94	Ana	Paula	Gonçalves	280178	JV	Espinho	23.2.03
11,88	Ana	Marisa	Vieira	201279	CAM	Espinho	10.2.02
11,85		Sónia	Marques	060786	SCB	Braga	29.1.11
11,82		Cátia	Ferreira	180683	JV	Espinho	18.2.07
11,82		Jéssica	Barreira	290197	SCP	Pombal	04.3.12
11,79		Regina	Mendonça	310776	CAO	Espinho	13.2.00
11,79		Soraya	Bentucal	231295	CASM	Lisboa (CAR)	11.1.15
11,79		Ana	Monjane	130593	SCB	Pombal	22.2.15
(50)							
Peso (4) (11,81)							
17,26		Teresa	Machado	220769	SCP	Espinho	07.2.98
15,92		Antónia	Borges	111083	SCP	Espinho	18.2.06
15,51	Adília	Silvério	Borges	200749	SCP	Lisboa(U)	02.2.75
15,30		Irina	Rodrigues	050291	SCP	Pombal	21.2.15
15,24		Sónia	Grácio	260374	BFC	Espinho	06.2.00
15,15		Vanda	Rodrigues	171084	FCP	Pombal	28.2.09
15,08		Naide	Gomes	101179	SCP	Budapeste-HUN.	05.3.04
14,84		Sílvia	Cruz	291280	SCP	Pombal	23.2.08
14,54	Ana	Sofia	Domingues	150881	SCP	Lisboa	03.3.01
14,49		Dulce	Cá	280384	GRQL	Espinho	25.2.06
(10)							
14,39	Carla	Almeida	Pinto	180885	BFC	Espinho	18.2.06
14,16		Cristiana	Oliveira	300684	JOMA	Espinho	17.2.07
13,68		Isabel	Ribeiro	290288	SCB	Braga	29.1.06
13,53		Sónia	Borges	260885	SCP	Espinho	25.2.06
13,43		Elisa	Costa	200455	SLB	Braga	22.2.92
13,40	Marisa	Pão	Alvo	130879	CNRM	Alpiarça	13.11.97
13,38		Alexandra	Gonçalves	061179	SCB	Pombal	14.2.09
13,37		Nora	Araújo	290559	SLB	Pombal	20.2.10
13,33		Soraia	Ruas	070192	ADREP	Espinho	24.1.09
13,25		Liliana	Cá	051186	SCP	Alpiarça	16.1.05
(20)							
13,16		Cristina	Costa	101267	CIPA	Aveiro	06.2.88
13,16		Irina	Sustelo	250283	COD	Gent-BEL.	26.2.02
13,12	Maria	Purificação	Fernandes	170783	SCB	Espinho	23.2.02
13,11		Catarina	Ferreira	150482	CAM	Espinho	14.2.04
13,04		Marisela	Silva	210585	GDE	Pombal	14.2.09
12,93		Cristina	Ferreira	221179	CSM	Espinho	20.2.99
12,89		Fernanda	A.Pereira	020475	CSM	Espinho	16.1.10
12,70		Sofia	Cardoso	250173	SLB	Alpiarça	13.3.93

12,56		Sónia	Grácio	260374	ADREP	Espinho	21.1.12
12,49		Diana	Hernandez	280493	GRECAS	Pombal	23.1.10
(30)							
12,44	Catarina Maria	Cristiana	Campos	160195	GS-RC	Pombal	27.1.13
12,43		Vidal	Costa	070279	SCP	Espinho	09.2.02
12,43		Rosário	Rodrigues	230688	ACRDA	Espinho	14.1.06
12,40		Juliana	Pereira	030195	JV	Pombal	02.2.14
12,37		Lecabela	Quaresma	261289	SCP	Pombal	15.2.15
12,36		Daniela	Carvalho	060174	CIPA	Braga	18.2.95
12,32		Aurora	Anjos	300160	FCF	Porto	.2.80
12,32		Vânia	Silva	080680	JV	Espinho	02.2.08
12,27		Nicole	Magalhães	220694	GRQL	Pombal	15.2.14
12,21		Teresa	Silva	200897	SCB	Braga	07.2.15
(40)							
12,19		Inês	Fernandes	280688	ADCL	Pombal	07.2.09
12,17		Mónica	Sousa	030574	GDC	Espinho	12.2.00
12,11		Liberata	Borrvalho	031071	SLB	Braga	22.2.92
12,11		Maria	Fernandes	000083	ADCL	Braga	17.1.09
12,11		Elsa	Cruz	100197	CCDR	Braga	10.1.15
12,05		Inês	Fernandes	210688	FCP	Braga	23.1.10
12,05		Amália	Almeida	271254	FCP	Coimbra	31.1.82
11,97		Sofia	Pires	011086	CAT	Espinho	26.2.06
11,89		Fernanda	Martins	020475	GCAD	Pombal	27.1.13
11,81		Rosa	Domingues	190183	GRECAS	Espinho	30.12.00
(50)							
11,81	Marisa	Vaz	Carvalho	151199	SLB	Braga	07.2.15

Pentatlo (3092)

4759		Naide	Gomes	101179	SCP	Budapeste-HUN.	05.3.04
		(8,48=1,88=15,08=6,49=2.21,69)					
4081		Patrícia	Mamona	211188	JOMA	Blacksburg-USA	26.2.09
		(8,47=1,65=9,84=6,21=2.19,70)					
4056		Lecabela	Quaresma	261289	SCP	Apeldoorn-NED	24.1.15
		(8,69=1,68=12,22= 5,65=2.19,53)					
4008		Sónia	Machado	191076	BFC	Braga	03.2.96
		(8,72=1,74=10,33=5,90=2.24,33)					
3872		Sofia	Pires	011086	CAT	Espinho	26.2.06
		(9,68=1,78=11,97=5,71=2.27,50)					
3859	Ana	Margarida	Oliveira	180795	GAF	Pombal	15.2.15
		(9,04=1,75=10,15=6,11=2.36,09)					
3849		Cláudia	Rodrigues	111189	ACRSD	Braga	02.2.14
		(9,08=1,68=11,15=5,77=2.26,22)					
3815		Rafaela	Vitorino	180895	SLB	Pombal	17.2.13
		(9,03=1,64=10,14=5,65=2.18,45)					
3759		Catarina	Costa	030889	SLB	Espinho	28.2.10
		(9,03=1,76=8,57=5,52=2.22,87)					
3704		Mónica	Sousa	030574	GDC	Espinho	15.2.98
		(9,21=1,61=11,78=5,53=2.26,76)					
(10)							
3700		Sandra	Turpin	050676	SLB	Braga	21.1.95
		(8,58=1,70=5,45=12,22=2.48,18)					
3691		Carina	Gomes	050681	LAVRA	Espinho	15.2.04
		(9,19=1,56=10,80=5,74=2.23,41)					
3680	Maria	Carmo	Lima Alves	160775	COD	Espinho	13.2.05
		(9,12=1,67=9,41=5,58=2.24,53)					
3649		Sónia	Carvalho	100577	SCP	Espinho	27.2.99
		(8,79=1,74=10,39=5,40=2.40,61)					
3648	Ana	Marisa	Vieira	301279	CAM	Espinho	15.2.04
		(9,24=1,65=9,56=5,46=2.21,48)					
3567		Anabela	Neto	250391	SCP	Braga	28.12.15
		(9,45=1,74=10,30=5,39=2.35,24)					

3460	Maria	José Valamatos	140771	SLB	Espinho	15.2.98
		(9,18=1,58=8,29=5,32=2.21,09)				
3446		Catarina Rafael	100977	BA	Braga	03.2.96
		(9,42=1,50=11,02=5,41=2.26,99)				
3434		Cristina Ferreira	211179	CAM	Espinho	19.2.00
		(9,39=1,56=12,19=5,25=2.36,55)				
3404		Witiney Barata	310188	ARCBV	Pombal	01.3.09
		(9,33=1,63=9,59=5,44=2.37,21)				
(20)						
3398		Susana Estriga	140775	FCP	Espinho	24.2.01
		(9,20=1,50=10,81=5,27=2.30,15)				
3393		Rubina Serrão	251281	CSM	Espinho	13.2.05
		(9,47=1,55=11,40=5,19=2.27,77)				
3369		Marta Godinho	240680	JOMA	Braga	25.1.03
		(9,26=1,59=10,09=6,06=2.57,83)				
3341		Ana Ferreira	130678	CNRM	Braga	03.2.96
		(9,25=1,53=10,89=5,27=2.37,13)				
3317		Rosa Domingues	190183	GRECAS	Espinho	23.2.03
		(9,90=1,59=11,07=5,40=2.38,40)				
3317		Catarina Bastos	280986	CJSM	Espinho	15.2.04
		(9,28=1,50=10,25=4,99=2.26,22)				
3304		Tânia Caires	031287	CSM	Pombal	27.2.11
		(9,24=1,50=9,52=5,26=2.29,90)				
3278	Isabel	Cristina Morujão	160273	SCP	Braga	18.1.92
		(9,45=1,44=9,34=5,81=2.35,37)				
3264		Ana Mota	090167	BFC	Braga	13.1.96
		(9,81=1,64=8,30=5,31=2.31,96)				
3261		Isabel Areias	270185	GSADF	Espinho	26.2.06
		(9,87=1,51=8,04=5,39=2.20,08)				
(30)						
3238		Magali Gomes	291291	SLB	Pombal	27.2.11
		(9,71=1,71=10,04=4,87=2.42,23)				
3223		Laura Santos	080584	SCP	Espinho	10.2.02
		(9,37=1,53=8,67=5,55=2.39,71)				
3215		Joana Flores	081089	ADPV	Espinho	13.1.07
		(9,51=1,70=8,78=5,12=2.45,49)				
3213		Carla Gama	241190	SLB	Pombal	01.3.09
		(9,50=1,45=9,20=5,53=2.33,25)				
3192		Cristina Falé	230677	GDQ	Braga	16.2.97
		(9,69=1,61=8,84=5,35=2.40,82)				
3188	Maria	João Sousa	270680	GDC	Espinho	19.2.00
		(9,65=1,53=10,44=5,28=2.41,22)				
3171		Rute Lopes	170292	GS-RC	Espinho	19.2.12
		(9,75=1,56=9,01=5,27=2.35,65)				
3141		Mafalda Oliveira	060582	FCP	Espinho	10.2.02
		(9,71=1,50=9,35=5,13=2.31,77)				
3138		Isabel Abrantes	200273	SLB	Braga	22.1.94
		(8,86=1,45=9,85=5,83=3.04,93)				
3117		Patrícia Inácio	040475	BA	Braga	21.1.95
		(9,87=1,58=8,93=4,99=2.33,39)				
(40)						
3107		Alexandra Fernandes	040684	BA	Espinho	23.2.03
		(10,01=1,53=9,65=5,23=2.36,60)				
3092		Claudina Borges	140891	SLB	Pombal	09.1.11
		10,11=1,61=8,75=5,27=2.40,18				
3836	*	Nora Araújo	290959	SLB	Columbia-USA	08.3.80
		(9,24=1,66=12,53=5,66=2.27,3)				

*) - marca nunca confirmada oficialmente, também competição disputada de forma anti-regulamentar em dois dias diferentes.

3.000 metros-marcha (14.58,07)

12.17,93		Ana	Cabecinha	290484	COP	Pombal	14.2.15
12.21,7		Susana	Feitor	280175	CNRM	Braga	19.2.94
12.25,36		Inês	Henriques	010580	CNRM	Pombal	16.2.13
12.30,15	Vera	Lúcia	Santos	031281	JOMA	Pombal	14.2.09
12.47,71	Maribel	Gonçalves	Conceição	010478	CSM	Espinho	14.2.04
12.59,15		Daniela	Cardoso	151291	LMA-L	Pombal	14.2.15
13.13,24		Sofia	Avoila	300776	CDM	Lisboa	03.3.01
13.14,91		Isilda	Gonçalves	111169	CDM	Lisboa	03.3.01
13.18,78	Mara	Filipa	Ribeiro	110595	CNRM	Pombal	24.1.15
13.34,36		Sandra	Monteiro	200277	CDM	Braga	17.2.96
(10)							
13.38,54	Sandra	Vieira	Leitão	011175	FCP	Espinho	14.2.04
13.39,19		Lígia	Gonçalves	111169	MCMt	Espinho	14.2.98
13.41,61		Vitória	Oliveira	300892	JV	Pombal	21.2.15
13.42,68		Filipa	Ferreira	051194	COP	Pombal	02.3.14
13.44,48	Ana	Cláudia	Conceição	310189	SCB	Pombal	26.1.08
13.47,08		Isilda	Jorge	160176	CNRM	Braga	18.2.95
13.47,16		Nádia	Cancela	240493	SLB	Pombal	02.3.14
13.47,24		Mariana	Mota	270595	SLB	Pombal	14.2.15
13.51,45		Sandra	Silva	210975	GRECAS	Pombal	25.1.14
13.52,07		Edna	Barros	181296	COP	Pombal	14.2.15
(20)							
13.52,53		Catarina	Marques	110996	COP	Braga	07.2.15
13.55,25		Fátima	Rodrigues	130586	GS-RC	Pombal	28.2.09
13.58,97		Carla	Monteiro	290382	BFC	Espinho	22.2.03
14.07,72		Catarina	Godinho	030289	CAFZ	Pombal	23.2.08
14.09,46		Liliana	Martins	200790	GCAD	Pombal	16.2.13
14.09,88		Alexandra	Lamas	190672	CAG	Pombal	15.2.14
14.15,2		Cristina	Almeida	030276	BFC	Espinho	05.1.00
14.17,22		Raquel	Carvalho	150383	BA	Lisboa	03.3.01
14.17,74		Andreia	Freitas	020483	GDE	Pombal	14.2.09
14.25,18		Teresa	Costa	080782	SCB	Espinho	09.2.02
(30)							
14.27,21		Mónica	Jones	070281	AAPL	Pombal	26.1.08
14.27,7		Rita	Silva	110273	SCP	Braga	29.2.92
14.31,09		Cristiana	Vaz	240387	CPC	Espinho	09.2.08
14.34,20	Marisa	Soares	Pereira	160980	CDP	Braga	08.1.05
14.35,8		Salomé	Rodrigues	130278	GDL	Braga	29.1.94
14.36,31		Sheila	Azevedo	280882	JDF	Espinho	09.2.02
14.37,20		Márcia	Silva	160587	JV	Pombal	29.1.12
14.39,9		Dora	Silva	180282	GDL	Espinho	05.1.00
14.45,9		Anabela	Aires	180568	SLB	Braga	04.2.89
14.47,20		Sandra	Leitão	011175	ADREP	Espinho	18.2.12
(40)							
14.49,34		Laura	Leal	220596	COP	Braga	07.2.15
14.49,42		Carla	Baptista	041178	CNRM	Braga	18.2.95
14.49,90		Ariana	Azevedo	091095	GDPCD	Pombal	19.1.13
14.50,36		Alice	Fernandes	260352	GDL	Espinho	20.2.99
14.51,05		Lídia	Santos	070467	BFC	Braga	15.2.92
14.51,81	Ana	Raquel	Marques	210983	CSM	Espinho	25.2.06
14.51,88		Elisabete	Alexandre	210187	CASJ	Espinho	14.2.04
14.57,19		Carolina	Costa	120398	COP	Braga	17.1.15
14.57,23		Sandra	Monteiro	050992	SLB	Pombal	12.2.11
14.58,07		Noélia	Guerra	160380	CUAB	Espinho	28.2.98
(50)							

4x200 metros (1.48,27)

1.39,60	SCP	Espinho	29.1.00
Sandra Almeida (75), Natália Moura (69), Patrícia Rebelo (77), Maria Carmo Tavares (74)			
1.39,75	SCP	Pombal	08.1.11
Sónia Tavares (86), Carla Tavares (82), Patrícia Lopes (82), Vera Barbosa (89)			
1.41,9	SLB	Pombal	03.2.13
Eva Vital (92), Vera Fernandes (94), Neuza Reis (95), Dorothé Évora (91)			
1.42,02	SLB	Pombal	06.2.11
Susana Santos (90), Ungudi Quiwacana (90), Filipa Martins (92), Dorothé Évora (91)			
1.42,05	SCP	Espinho	06.2.99
Sandra Almeida (75), Natália Moura (69), Sandra Teixeira (78), Cristina Regalo (69)			
1.42,98	JOMA	Pombal	09.1.10
Andreia Felisberto (86), Verónica Cardoso (91), Cátia Nunes (80), Vera Barbosa (89)			
1.43,45	SLB	Espinho	07.2.10
Susana Santos (90), Catarina Costa (89), Dorothé Évora (91), Ungudi Quiwacana (90)			
1.43,49	SLB	Espinho	05.2.12
Susana Santos (90), Sara Esteves (92), Dorothé Évora (91), Tânia Duarte (92)			
1.43,5	SCP	Pombal	03.2.13
Flávia Ribeiro (94), Larissa Vieira (95), Olímpia Barbosa (95), Filipa Martins (92)			
1.43,54	FCP	Espinho	21.2.98
Inês Allen (78), Susana Silva (79), Albina Gavina (73), Ilda Bartolomeu (74)			

(10)

1.43,58	SLB	Pombal	20.1.13
Vera Fernandes (94), Rafaela Vitorino (95), Rivinilda Mentai (94), Neuza Reis (95)			
1.43,7	JV	Pombal	03.2.13
Débora Clemente (94), Sara Martins (91), Jessica Viegas (94), Tatiana Rosário (94)			
1.43,91	SLB	Pombal	08.1.11
Débora Clemente (94), Susana Santos (90), Filipa Martins (92), Dorothé Évora (91)			
1.43,92	JV	Pombal	20.1.13
Jessica Viegas (94), Tatiana Rosário (94), Débora Clemente (94), Evelise Veiga (96)			
1.44,46	BFC	Braga	11.2.95
Vera Catarino (72), Sara Fernandes (70), Alexandra Pina (72), Cristina Morujão (73)			
1.44,70	SLB	Pombal	07.1.12
Susana Santos (90), Tânia Duarte (90), Sara Esteves (92), Dorothé Évora (91)			
1.45,03	FCP	Espinho	23.2.00
Ilda Bartolomeu (74), Marta Ferreira (82), Carla Almeida (77), Ana Marques (80)			
1.45,03	SLB	Pombal	23.1.11
Adriana Alves (95), Filipa Martins (92), Cátia Santos (94), Débora Clemente (94)			
1.45,05	SCB	Espinho	21.2.98
Claudia Rego (76), Luísa Peixoto (78), Sandra Lopes (75), Ana Pacheco (80)			
1.45,05	CAM	Espinho	29.1.00
Joana Arduino (82), Marisa Vieira (79), Cristina Ferreira (79), Tânia Freitas (80)			

(20)

1.45,05	GDE	Pombal	12.1.08
Tânia Freitas (80), Elisa Pegado (87), Elda Laranja (86), Joana Frias (88)			
1.45,30	SCB	Espinho	06.2.99
Cláudia Rego (76), Sandra Lopes (75), Elsa Ferreira (83), Ana Pacheco (80)			
1.45,46	CAM	Pombal	12.1.08
Débora Encarnação (89), Liliana Silva (82), Rafaela Almeida (83), Susana Vieira (80)			
1.45,54	CAM	Espinho	21.2.98
Ana Marisa Vieira (79), Neide Vieira (79), Sandra Turpin (76), Tânia Freitas (80)			
1.45,76	SLB	Pombal	24.1.10
Dorothé Évora (91), Filipa Martins (92), Catarina Amorim (92), Débora Clemente (94)			
1.45,96	FCP	Espinho	07.2.10
1.46,00	BFC	Espinho	29.1.00
Sónia Machado (76), Vanda Ribeiro (75), Sara Fernandes (70), Alexandra Pina (72)			
1.46,05	SLB	Pombal	22.1.12
Joana Costa (95), Débora Clemente (94), Maria Vaz Guedes (96), Neuza Reis (95)			

1.46,09	SLB	Pombal	09.1.10
Dorothe Évora (91), Débora Clemente (94), Filipa Martins (92), Eva Vital (92)			
1.46,50	GRECAS	Pombal	07.1.12
Catarina Silva (91), Catarina Amorim (92), Stephany Simões (94), Lisandra Lopes (88)			

(30)

1.46,53	SCP	Pombal	20.1.13
Rafaela Nogueira (94), Rita Schaller (94), Salomé Afonso (97), Flávia Ribeiro (94)			
1.46,88	JOMA	Espinho	07.2.10
Cátia Nunes (90), Solange Fernandes (91), Verónica Cardoso (91), Vera Barbosa (89)			
1.47,14	JOMA	Espinho	06.2.99
Patrícia Lopes (82), Cristina Lage (77), Maria Céu Nunes (76), Sandra Castanheira (73)			
1.47,18	UL	Pombal	19.2.11
Eva Vital (92), Sara Esteves (92), Sandra Protásio (89), Sónia Tavares (86)			
1.47,27	MAC	Pombal	20.1.13
Beatriz Marques (94), Inês Aires (97), Inês Dias (97), Daniela França (95)			
1.47,28	JV	Pombal	12.1.08
Daniela Ferreira (89), Carla Santos (91), Cátia Ferreira (83), Leslie Delgado (89)			
1.47,31	NDCG	Pombal	08.1.11
Mariana Reis (95), Inês Correia (94), Mariana Correia (94), Andreia Crespo (93)			
1.47,69	SCB	Braga	30.12.94
Sandra Sá (75), Luísa Peixoto (78), Cláudia Rego (76), Sandra Lopes (75)			
1.47,69	MAC	Pombal	09.2.14
Ana Abreu (97), Inês Dias (97), Inês Aires (97), Daniela França (95)			
1.47,69	SCP	Pombal	16.2.14
Débora Clemente (94), Ana Monjane (93), Amélia Vitorino (94), Filipa Martins (92)			

(40)

1.47,70	NDCG	Pombal	23.1.11
Mariana Reis (95), Inês Correia (94), Mariana Correia (94), Andreia Crespo (93)			
1.47,72	JV	Pombal	30.12.12
Jéssica Viegas (94), Evelise Veiga (96), Joana Santos (96), Tatiana Rosário (94)			
1.47,77	SCB	Braga	05.1.97
Sandra Sá (75), Luísa Peixoto (78), Sandra Lopes (75), Ana Pacheco (80)			
1.47,79	AAUNIVaveiro	Pombal	28.2.15
Catarina Silva (90), Sara Neves (95), Sara Anjos (95), Márcia Cardoso (94)			
1.47,8	SCB	Braga	06.2.93
Paula Manso (71), Sandra Lopes (75), Carla Costa (71), Sandra Sá (75)			
1.47,9	SCB	Braga	01.2.92
Sandra Lopes (75), Paula Manso (71), Sandra Sá (75), Carla Costa (71)			
1.47,97	CFB	Pombal	09.1.10
Patrícia Vieira (79), Ilizandra Lopes (92), Neide Dias (87), Carolina Duarte (90)			
1.48,08	BFC	Braga	12.2.94
Cristina Morujão (73), Alexandra Sarmento (71), Ana Fernandes (70), Ana Mota (67)			
1.48,14	SLB	Espinho	06.2.99
Maria Carmo Tavares (74), Sara Fernandes (74), Andreia Silva (80), Marta Pedroso (83)			
1.48,27	CDP	Braga	11.2.95
Natércia Branco (78), Ilda Bartolomeu (74), Sandra Oliveira (73), Albina Gavina (73)			

(50)

Inclusão de atletas estrangeiras

1.43,19	SCP	Pombal	09.1.10
Sónia Tavares (91), Glória Santo STP (83) , Ludmila Leal (85), Carla Tavares (82)			
1.44,32	SCP	Espinho	05.2.12
Cátia Azevedo (94), Joceline Monteiro (90), Olga Serbyn UCR (92) , Cátia Nunes (90)			

4x400 metros (3.54,65)

3.42,60	SCP	Pombal	15.2.09
Carla Tavares (82), Joceline Monteiro (90), Maria Carmo Tavares (74), Patrícia Lopes (82)			
3.43,74	SCP	Pombal	22.2.15
(Miriam Tavares (91), Patrícia Lopes (82), Filipa Martins (92), Cátia Azevedo (94)			
3.43,97	SCP	Espinho	28.1.01
Sónia Fernandes (71), Sandra Teixeira (78), Natália Moura (69), Maria Carmo Tavares (74)			
3.44,29	SCP	Espinho	23.1.00
Sónia Fernandes (71), Sandra Teixeira (78), Natália Moura (69), Maria Carmo Tavares (74)			
3.44,34	SCP	Pombal	12.2.12
Patrícia Lopes(82), Joceline Monteiro (90), Cátia Nunes (90), Vera Barbosa (89)			
3.44,78	SCP	Espinho	02.2.03
Patrícia Lopes (82), Severina Cravid (78), Sandra Teixeira (78), Maria Carmo Tavares (74)			
3.45,62	SCP	Pombal	10.2.13
Carla Tavares (82), Filipa Martins (92), Carolina Duarte (90), Cátia Azevedo (94)			
3.45,63	SCP	Espinho	06.2.05
Severina Cravid (78), Patrícia Lopes (82), Sandra Teixeira (78), Maria Carmo Tavares (74)			
3.45,65	SCP	Espinho	11.2.01
Natália Moura (69), Sónia Fernandes (71), Sandra Teixeira (78), Maria Carmo Tavares (74)			
3.45,72	SCP	Pombal	23.2.14
Carla Tavares (82), Filipa Martins (92), Salomé Afonso (97), Cátia Azevedo (94)			

(10)

3.45,78	SCP	Espinho	31.1.09
Carla Tavares (82), Joceline Monteiro (90), Maria Carmo Tavares (74), Patrícia Lopes (82)			
3.46,09	SCP	Pombal	11.2.07
Catarina Bastos (86), Patrícia Lopes (82), Sandra Teixeira (78), Maria Carmo Tavares (74)			
3.46,75	SLB	Pombal	23.2.14
Neuza Reis (95), Nádia Gaspar (90), Dorothe Évora (91), Miriam Tavares (91)			
3.47,00	SCP	Espinho	01.2.98
Paula Cristina Regalo (69), Susana Esteveira (72), Sandra Teixeira (78), Natália Moura (69)			
3.47,64	SLB	Braga	11.2.96
Maria Carmo Tavares (74), Maria José Valamatos (71), Maria Céu Nunes (76), Eduarda Coelho (68)			
3.48,03	SCP	Braga	05.2.95
Marta Moreira (66), Celeste Rodrigues (77), Susana Cabral (72), Natália Moura (69)			
3.48,06	SLB	Braga	05.2.95
Maria Carmo Tavares (74), Eduarda Coelho (68), Sandra Castanheira (73), Maria Céu Nunes (76)			
3.48,36	SCP	Pombal	29.1.11
Patrícia Lopes (82), Cátia Nunes (90), Carla Tavares (82), Vera Barbosa (89)			
3.48,44	CAM	Espinho	27.1.02
Joana Arduino (82), Ana Marisa Vieira (79), Nédia Semedo (78), Tânia Freitas (80)			
3.48,68	SCP	Espinho	01.2.04
Severina Cravid (78), Patrícia Lopes (82), Sandra Teixeira (78), Maria Carmo Tavares (74)			

(20)

3.48,99	SCP	Braga	11.2.96
Natália Moura (69), Marta Moreira (66), Maria José Frias (69), Cristina Regalo (69)			
3.49,39	SCP	Pombal	13.2.11
Cátia Nunes (90), Sandra Teixeira (78), Carla Tavares (82), Vera Barbosa (89)			
3.49,46	SCP	Espinho	31.1.99
Sónia Fernandes (71), Susana Cabral (72), Paula Cristina Regalo (69), Sandra Teixeira (78)			
3.49,57	SLB	Braga	02.2.97
Maria José Valamatos (71), Maria João Valamatos (71), Maria Céu Nunes(76), Maria CarmoTavares (74)			
3.49,68	CAM	Espinho	31.1.99
Tânia Freitas (80), Maria José Frias (65), Neide Vieira (79),Nédia Semedo (78)			
3.50,03	SCP	Pombal	24.1.15
(Cátia Azevedo (94), Patrícia Lopes (82), Salomé Afonso (97), Filipa Martins (92)			
3.50,75	CAM	Espinho	03.2.02
Joana Arduino (82), Ana Marisa Vieira (79), Nédia Semedo (78), Tânia Freitas (80)			
3.50,78	SLB	Pombal	12.2.12
Dorothe Évora (91), Maria Vaz Guedes (96), Neuza Reis (95), Nádia Gaspar (90)			
3.51,21	FCP	Pombal	15.2.09

Cátia Nunes (90), Lídia Sousa (88), Lilian Silva (82), Carla Ratão (82)
 3.51,21 SCP Pombal 10.1.15
 (Salomé Afonso (97), Cátia Azevedo (94), Patrícia Lopes (82), Filipa Martins (92)

(30)

3.51,35 SCP Pombal 28.1.12
 Vera Barbosa (89, Cátia Azevedo (94), Cátia Nunes (90), Patrícia Lopes (82)
 3.51,47 SLB Espinho 01.2.98
 Luísa Coelho (63), Maria José Valamatos (71), Maria João Valamatos (71), Maria Carmo Tavares (71)
 3.51,60 CAM Espinho 23.1.00
 Joana Arduino (82), Tânia Freitas (80), Neide Vieira (79), Nédia Semedo (78)
 3.51,68 SCP Braga 02.2.97
 Paula Cristina Regalo (69), Sónia Fernandes (73), Susana Estiveira (72), Natália Moura (69)
 3.51,88 JOMA Espinho 28.1.01
 Rute Duarte (80), Patrícia Lopes (82), Filipe Farinha (83), Maria Céu Nunes (76)
 3.52,15 SCP Pombal 26.1.13
 Carolina Duarte (90), Filipa Martins (92), Vera Barbosa (89), Cátia Nunes (90)
 3.52,18 CAM Espinho 02.2.03
 Joana Arduino (82), Neide Vieira (79), Nédia Semedo (78), Marisa Vieira (79)
 3.52,50 GDE Pombal 24.2.08
 Tânia Freitas (80), Elisa Pegado (87), Elda Laranja (86), Joana Frias (88)
 3.52,82 CAM Espinho 06.2.05
 Rafaela Almeida (83), Susana Vieira (80), Joana Frias (88), Neide Vieira (79)
 3.53,09 SCP Pombal 27.2.11
 Patrícia Lopes (82), Carla Ratão (82), Carla Tavares (82), Vera Barbosa (89)

(40)

3.53,12 SCP Braga 29.1.94
 Marta Moreira (66), Sandra Almeida (75), Marina Amoroso (74), Natália Moura (69)
 3.53,16 CAM Espinho 28.1.01
 Marisa Vieira (79), Gorete Baptista (82), Nédia Semedo (78), Tânia Freitas (80)
 3.53,34 SLB Pombal 14.2.10
 Dorothe Évora (91), Catarina Costa (90), Nádía Gaspar (90), Catarina Amorim (92)
 3.53,92 SLB Braga 29.1.94
 Maria Carmo Tavares (74), Luísa Coelho (63), Maria José Valamatos (71), Eduarda Coelho (68)
 3.54,09 JOMA Pombal 30.1.10
 Vera Barbosa (89), Solange Fernandes (91), Cátia Nunes (90), Susana Estriga (75)
 3.54,10 SCP Pombal 26.1.08
 Ludmila Leal (85), Catarina Bastos (86), Sandra Teixeira (78), Maria Carmo Tavares (74)
 3.54,18 GDE Espinho 03.2.08
 Elda Laranja (86), Tânia Freitas (80), Joana Frias (88), Elisa Pegado (87)
 3.54,64 SCP Braga 27.1.07
 Catarina Bastos (86), Patrícia Lopes (82), Sandra Teixeira (78), Maria Carmo Tavares (74)
 3.54,65 SLB Pombal 22.2.15
 Cátia Santos (94), Rafaela Vitorino (95), Nádía Gaspar (90), Dorothe Évora (91)

Inclusão de atletas estrangeiras

3.47,23 SCP Pombal 14.2.10
Glória Santo STP (83), Carla Tavares (88), Joceline Monteiro (90), Patrícia Lopes (82)
 3.49,22 JOMA Pombal 14.2.10
 Susana Estriga (75), **Lecabela Quaresma STP (89)**, Cátia Nunes (90), Vera Barbosa (89)
 3.49,45 SCP Pombal 31.1.10
Glória Santo STP (83), Carla Tavares (88), Joceline Monteiro (90), Patrícia Lopes (82)
 3.49,56 SCP Espinho 19.2.06
 Patrícia Lopes (82), **Glória Santo STP (83)**, Naide Gomes (79), Sandra Teixeira (78)
 3.49,84 JOMA Espinho 19.2.06
 Lenira Santos (87), **Vera Barbosa CV (89)**, Severina Cravid (78), Maria Céu Nunes (76)