

(Atualizado – Setembro de 2015)

100 metros (12,08)

11,30		Lucrécia	Jardim	280171	SCP	Athina	02.8.97
11,39		Sónia	Tavares	210386	SCP	Lisboa (U)	12.7.09
11,46		Severina	Cravid	100778	GDC	Maia	14.7.01
11,48		Carla	Tavares	220582	SCP	Ávila	13.7.14
11,56		Virgínia	Gomes	280264	SLB	Barcelona	14.6.86
11,62		Sandra	Castanheira	081173	JOMA	Lisboa (U)	23.5.98
11,73		Teresa	Carvalho	030195	SLB	Lisboa (I)	04.6.14
11,75		Olímpia	Barbosa	280295	SCP	Pombal	27.6.15
11,78	Isabel	Cristina	Morujão	160273	SCP	Maia	12.6.96
11,80	Paula	Cristina	Regalo	160169	USCP	Maia	22.6.94
(10)							
11,81	Maria	Carmo	Tavares	270474	SLB	Lisboa (U)	07.8.99
11,83		Eva	Vital	080792	SLB	Leiria	27.7.13
11,84		Tânia	Duarte	150790	SLB	Massamá	29.6.13
11,85		Patrícia	Lopes	110782	SCP	Lisboa (U)	20.7.02
11,86	Maria	Carmo	Prazeres	131267	OS	Maia	11.8.90
11,86	Carla	Patrícia	Rebello	040377	SCP	Maia	15.7.00
11,87		Andreia	Felisberto	220686	JOMA	Cáceres	20.6.12
11,90	Maria	João	Lopes	230262	SLB	Lisboa (A)	21.8.86
11,91		Graziela	Guerreiro	111064	SLB	Athina	20.6.87
11,93		Ungudi	Quiwacana	091190	SLB	Lisboa (U)	29.5.10
(20)							
11,93		Carla	Gama	241190	SLB	Cáceres	24.6.15
11,94		Sandra	Barreiro	190171	SLB	Lisboa (L)	25.7.95
11,96		Alexandra	Pina	300672	BFC	Maia	07.7.93
11,97		Natália	Moura	140169	SCP	Lisboa (U)	09.7.94
11,98		Rafaela	Almeida	101183	CSM	Lisboa (U)	31.7.04
11,98		Diana	Cerqueira	090493	CAMz	Lisboa (U)	09.7.11
11,99		Susana	Santos	200990	SLB	Lisboa (I)	02.6.13
12,01		Patrícia	Vieira	180479	GDE	Leiria	04.6.05
12,01		Daniela	França	020895	MAC	Luso	23.6.12
12,01		Filipa	Martins	131192	SCP	Lisboa (I)	16.7.14
(30)							
12,03		Susana	Vieira	010280	CAM	Maia	06.7.06
12,03		Carla	Ratão	060682	EALAB	Vénissieux	07.7.07
12,03		Joana	Vitorino	300592	CASM	Lisboa (AL)	22.6.13
12,03	Marisa	Vaz	Carvalho	191199	SLB	Braga	07.6.15
12,04		Cátia	Ferreira	180683	JV	Lisboa (U)	20.7.02
12,04		Cátia	Santos	130594	SLB	Salamanca	07.6.15
12,05		Sara	Esteves	240892	CAM	Leiria	17.6.10
12,05		Glória	Santo	130183	SCP	Lisboa (U)	12.5.12
12,06		Rute	Limpo	231290	JOMA	Leiria	25.7.15
12,07		Cláudia	Gomes	030866	SCP	Coruna	20.8.88
(40)							
12,07		Liliana	Correia	060882	SCB	Maia	15.7.00
12,07		Tânia	Freitas	170680	CAM	Lisboa (U)	05.8.00
12,07		Flávia	Ribeiro	061194	ESJD	Luso	23.6.12
12,07		Rivinilda	Correia	010494	ACDreux-Fr.	Elancourt	27.6.12
12,07		Joana	Carlos	250399	JV	Tbilisi	27.7.15
12,08	Alexandra	Sarmento	Silva	201271	IND	Lisboa (U)	17.6.95
12,08	Maria	José	Valamatos	140771	SLB	Lisboa (L)	25.7.95
12,08		Catarina	Costa	030889	SLB	Leiria	17.7.10
12,08		Vera	Fernandes	240294	SLB	Pombal	27.6.15
12,08		Sofia	Duarte	071196	AEARS	Massamá	29.6.13
(50)							
Tempos Manuais (11,9)							
11,6	Maria	João	Lopes	(62)	SCP	Lisboa (A)	31.5.80
11,8		Lourdes	Macedo	(56)	SLB	Lisboa (A)	31.5.80
11,8	Vera	Lisa	Vilas	(57)	SLB	Açoteias	22.5.82
11,8		Cláudia	Gomes	(66)	CFUC	Maia	01.8.87
11,9		Cristina	Lourenço	(60)	SLB	Lisboa (A)	31.5.80
11,9		Elsa	Amaral	(66)	FCP	Maia	03.6.89



200 metros (24,92)

22,88		Lucrécia	Jardim	280171	SCP	Atlanta	31.7.96
23,43		Sónia	Tavares	210386	SCP	Budapeste	20.6.10
23,48		Carla	Tavares	220582	SCP	Ávila	13.7.14
23,68		Sandra	Castanheira	081173	SLB	S. Sebastian	19.8.95
23,68	Maria	Carmo	Tavares	270474	SCP	Lisboa	04.3.01
23,74		Rivinilda	Mentai	010494	SLB	Lisboa	19.7.15
23,83		Severina	Cravid	010778	GDC	Madrid	07.7.01
23,84		Cátia	Azevedo	090394	SCP	Braga	13.7.14
24,02	Paula	Cristina	Regalo	160169	SLB	Lisboa (A)	24.7.93
24,04		Cátia	Santos	130594	SLB	Pombal	28.6.15
(10)							
24,05		Virgínia	Gomes	280264	SLB	Telaviv	10.7.88
24,12	Marisa	Vaz	Carvalho	191199	SLB	Braga	05.7.15
24,25	Maria	Carmo	Prazeres	131267	OS	Maia	12.8.90
24,25		Natália	Moura	240169	SCP	Maia	16.7.94
24,32	Maria	João	Lopes	230262	SLB	Lisboa (N)	09.8.87
24,34		Graziela	Guerreiro	111064	SLB	Lisboa (N)	10.6.86
24,34	(p.c.)	Patrícia	Lopes	110782	SCP	Pombal	01.3.09
24,34		Tânia	Duarte	150790	SLB	Salamanca	12.6.13
24,35		Ungudi	Quiwacana	091190	SLB	Lisboa (U)	13.6.10
24,36		Alexandra	Pina	030672	BFC	Leiria	07.7.96
(20)							
24,40		Marta	Moreira	291166	CAP	Maia	07.6.92
24,42		Patrícia	Mamona	211188	JOMA	Faro	10.4.10
24,45	(p.c.)	Rafaela	Almeida	101183	CAM	Espinho	13.2.05
24,49	Isabel	Cristina	Morujão	160273	SCP	Lisboa (N)	26.7.92
24,49		Diana	Cerqueira	090493	CAMZ	Lisboa (U)	10.7.11
24,51	Carla	Patrícia	Rebello	040377	SCP	Aveiro	01.7.00
24,52		Carolina	Duarte	080190	CSM	Lisboa (U)	13.5.12
24,56		Carla	Ratão	060682	FRA	Villeurbanne	27.6.07
24,59		Susana	Vieira	010280	CAM	Guarda	07.7.06
24,59		Cátia	Nunes	060490	SCP	Guimarães	03.7.11
(30)							
24,61		Carla	Gama	241190	SLB	Luxemburgo	02.8.15
24,63		Tânia	Freitas	170680	CAM	Lisboa (U)	18.6.02
24,63		Filipa	Martins	131192	SCP	Marseille	14.6.14
24,65		Eduarda	Coelho	020368	CIPA	Maia	13.5.90
24,68		Albina	Gavina	120475	VzSC	Viseu	28.6.92
24,70		Sandra	Almeida	210175	SCP	Maia	02.8.98
24,71		Elsa	Amaral	310566	FCP	Maia	02.6.91
24,73		Ana	Marques	190980	FCP	Guarda	07.7.06
24,78	Maria	José	Valamatos	140771	SLB	Lisboa (U)	16.7.05
24,78		Sandra	Barreiro	190171	SLB	Lisboa (U)	05.8.95
(40)							
24,79		Fernanda	Pereira	130367	ICA	Lisboa (N)	14.8.88
24,81		Daniela	França	020895	MAC	Luso	24.6.12
24,81		Sofia	Duarte	071196	AEARS	Leiria	26.7.15
24,82	Maria	Céu	Teixeira	290574	FCM	Lisboa (A)	16.6.91
24,82		Joceline	Monteiro	100590	SCP	Lisboa (U)	12.7.09
24,84	(p.c.)	Vera	Barbosa	130189	SCP	Espinho	19.2.12
24,87		Naide	Gomes	101179	SCP	Logroño	16.7.05
24,89		Cátia	Jacinto	260892	GCAD	Lisboa (U)	08.7.12
24,91		Cristina	Ribeiro	171279	SLB	Lisboa (A)	09.2.97
24,92		Catarina	Costa	030889	SLB	Leiria	18.7.10
(50)							
Tempos Manuais (24,5)							
23,9	Maria	João	Lopes	(62)	SLB	Açoteias	21.5.83
24,1		Marta	Moreira	(66)	CAP	Maia	16.5.92
24,4		Cláudia	Gomes	(66)	CFUC	Maia	02.8.87
24,4		Elsa	Amaral	(66)	FCP	Maia	02.8.87
24,5	Vera	Lisa	Vilas	(57)	SLB	Açoteias	22.5.82



400 metros (56,32)

51,92		Maria	Carmo	Tavares	270474	SLB	P. Maiorca	12.7.99
52,61			Cátia	Azevedo	090394	SCP	V.R.Stº.Antº.	24.5.14
52,68			Lucrecia	Jardim	280171	SCP	Tenerife	30.5.95
53,05			Patricia	Lopes	110782	SCP	Lisboa (U)	18.7.09
53,08			Vera	Barbosa	130189	SCP	Madrid	07.7.12
53,32			Marta	Moreira	291166	CAP	Maia	08.7.92
53,59			Elsa	Amaral	310566	FCP	Maia	11.8.91
53,94		Maria	João	Lopes	230262	SLB	Vigo	25.8.88
53,96			Rivinilda	Mentai	010494	SLB	Pombal	27.6.15
54,02			Eduarda	Coelho	020368	CIPA	Athina	16.6.90
(10)								
54,19			Sandra	Teixeira	130778	SCP	Lisboa (I)	12.7.00
54,21			Natália	Moura	240169	SCP	Valencia	31.5.97
54,22			Carla	Ratão	060682	EALAB	Niort	03.8.07
54,29			Carla	Sacramento	101271	MCM	Maia	21.8.96
54,29			Joceline	Monteiro	100590	SCP	Viseu	04.7.09
54,41			Cátia	Nunes	060490	FCP	Guimarães	02.7.11
54,43			Dorothe	Évora	280591	SLB	Lisboa (U)	26.7.14
54,47			Carolina	Duarte	080190	CSM	Lisboa (U)	17.6.12
54,62			Filipa	Martins	131192	SCP	Leiria	07.6.14
54,68			Alexandra	Pina	030672	BFC	Funchal	12.7.97
(20)								
54,70			Andreia	Crespo	161093	ACRSD	Leiria	07.6.14
54,77		Paula	Cristina	Regalo	160169	SLB	Lisboa (A)	25.7.93
54,78	(p.c.)		Nédia	Semedo	141178	JOMA	Espinho	12.2.05
54,79			Miriam	Tavares	140591	SLB	Leiria	07.6.14
54,87			Severina	Cravid	010778	GDC	Lisboa (U)	14.7.02
54,88			Carla	Tavares	220582	COD	Lisboa (U)	03.6.07
55,00			Tânia	Freitas	170680	CAM	Lisboa (U)	20.5.01
55,14		Maria	José	Frias	300865	CSM	Funchal	04.6.94
55,20			Albina	Gavina	120473	VzSC	Pontevedra	11.6.92
55,25		Maria	João	Valamatos	140771	SLB	Lisboa (N)	14.7.90
(30)								
55,28		Maria	Céu	Nunes	170976	JOMA	Espinho	12.2.00
55,39			Joana	Frias	070388	CAM	Lignano	07.7.05
55,45			Isabel	Silva	290773	CSC	Tours	09.6.91
55,54			Catarina	Costa	030889	SLB	Lisboa (U)	12.6.10
55,75			Cátia	Jacinto	260892	GCAD	Lisboa (U)	17.6.12
55,76			Leslie	Delgado	250689	GCAD	Lisboa (U)	17.6.12
55,86			Sónia	Fernandes	020971	SCP	Lisboa (A)	07.7.99
55,98			Salomé	Afonso	191197	SCP	Lisboa (I)	16.7.14
55,99			Artemiza	Sá	291184	CRUR	Guarda	08.7.05
56,06			Conceição	Moura	100658	CFSC	Bucuresti	17.7.77
(40)								
56,06			Teresa	Oliveira	260862	SCB	Lisboa (A)	13.6.87
56,06			Lilian	Silva	300382	JV	Lisboa (U)	28.7.07
56,08	(p.c.)		Muller	Santos	051193	GCAD	Pombal	27.1.13
56,11			Ana	Costa	180777	CDOM	Lisboa (U)	20.7.96
56,17		Maria	José	Valamatos	140771	SLB	Lisboa (N)	20.8.89
56,20			Júlia	Freire	270276	JV	Lisboa (U)	14.7.02
56,22			Ana	Marques	190980	FCP	Maia	10.6.06
56,29	(p.c.)		Nádia	Gaspar	071090	SLB	Pombal	24.2.13
56,29			Márcia	Cardoso	040494	ADREP	Pombal	02.3.14
56,32			Luísa	Coelho	080963	SLB	Lisboa (N)	16.5.87
(50)								
800 metros (2.10,64)								
1.58,94			Carla	Sacramento	101271	MCM	Zurich	13.8.97
2.00,49			Nédia	Semedo	141178	IND	Lisboa (U)	21.7.04
2.01,14		Maria	Carmo	Tavares	270474	SCP	Barcelona	19.7.08
2.01,21			Elsa	Amaral	310566	FCP	Split	27.8.90
2.01,55			Sandra	Teixeira	130778	SCP	Heusden	31.7.04
2.01,93			Eduarda	Coelho	020368	SLB	Cottbus	09.6.96
2.03,42		Marta	Pen	Freitas	310793	SLB	Roche-s-Yon	23.7.14
2.03,87			Susana	Cabral	230872	SCP	Lisboa (U)	17.6.95
2.04,1			Albertina	Machado	251261	SCB	Vigo	07.9.85
2.05,28		Ana	Paula	Mota	110461	CAP	Braga	12.7.92
(10)								
2.05,4			Aurora	Cunha	310559	FCP	Lisboa (N)	01.8.82



2.05,52	Marina	Bastos	Rodrigues	070771	SCP	Braga	12.7.92
2.05,63 (p.c.)	Maria	Céu	Nunes	170976	JOMA	Espinho	10.2.02
2.05,71 (p.c.)		Fernanda	Ribeiro	230669	FCP	Espinho	01.2.98
2.05,80		Jéssica	Augusto	081181	SCB	Maia	26.5.02
2.06,38		Conceição	Moura	100658	SLB	Belgrad	27.6.86
2.06,53		Lilian	Silva	300382	JV	Luso	15.6.06
2.06,90		Vanda	Ribeiro	020475	BFC	Maia	02.8.98
2.07,05		Inês	Monteiro	180580	JOMA	Lisboa (U)	18.5.02
2.07,01		Neide	Dias	110887	JOMA	Bilbau	21.6.14
(20)							
2.07,21	Maria	José	Frias	300865	CSM	Lisboa (U)	18.6.94
2.07,21		Joceline	Monteiro	100590	GBR	Ethaml	23.7.14
2.07,27 (p.c.)		Teresa	Marinho	200277	SCP	Espinho	07.2.98
2.07,40		Rosa	Oliveira	280766	SCB	Coruna	05.8.87
2.07,46		Micaela	Lopes	080592	JV	Luso	22.7.12
2.07,62		Salomé	Afonso	191197	SCP	Leiria	26.7.15
2.07,9		Albertina	Dias	260465	BFC	Maia	03.7.88
2.08,00	Ana	Marina	Amoroso	180274	SCP	Lisboa (L)	16.6.93
2.08,00		Joana	Costa	120588	CPMg	Hengelo	20.7.07
2.08,02	Deolinda	Fernanda	Marques	150466	SCP	Lisboa (N)	16.6.87
(30)							
2.08,13 (p.c.)	Maria	João	Lopes	230262	SLB	Sevilla	28.2.89
2.08,4		Alice	Silva	031161	FCP	Lisboa (A)	14.5.83
2.08,40		Cátia	Azevedo	090394	SCP	Lisboa	19.7.15
2.08,56		Rita	Ribeiro	011275	SCB	Braga	10.6.01
2.09,05		La Salette	Mineiro	270568	SLB	Lisboa (L)	16.6.93
2.09,35		Carla	Mendes	091194	GCAD	Beja	20.6.15
2.09,36		Joana	Costa	000086	SCB	Alcalá de Henares	13.7.08
2.09,36		Amélia	Vitorino	300494	SCP	Beja	20.6.15
2.09,39		Daniela	Cunha	300490	MCP	Cáceres	29.6.11
2.09,56		Margarida	Silva	300473	SCB	Lisboa (A)	24.7.93
(40)							
2.09,73		Isabel	Silva	290773	CSC	Tours	09.6.91
2.09,8		Dores	Leal	160769	SCV	Vigo	22.7.93
2.09,09		Sandra	Amaro	150376	OFC	Lisboa (U)	22.7.01
2.09,89		Cristina	Sanches	181269	SLB	Lisboa (N)	14.5.89
2.10,07		Verónica	Costa	041167	SCB	Maia	04.8.90
2.10,27		Susana	Godinho	050792	SLB	Lisboa (U)	13.6.10
2.10,3		Teresa	Oliveira	260862	SCB	Vigo	15.7.87
2.10,42		Clarisse	Cruz	090778	CAO	Maia	27.5.01
2.10,53 (p.c.)	Cláudia	Barroso	Pereira	200276	SCB	Espinho	01.2.04
2.10,64		Neide	Vieira	301279	CAM	Lisboa (A)	08.5.98

1.500 metros (4.22,5)

3.57,71		Carla	Sacramento	101271	MCM	Monte Carlo	08.8.98
4.05,97		Fernanda	Ribeiro	230669	FCP	Funchal	12.7.97
4.07,11		Sara	Moreira	171085	MCP	Barcelona	09.7.10
4.07,89		Jéssica	Augusto	081181	IND	Espinho	27.2.10
4.08,92	Marina	Bastos	Rodrigues	070771	SCP	Maia	21.7.93
4.09,31		Aurora	Cunha	310559	FCP	Lisboa (N)	16.7.83
4.09,46		Nédia	Semedo	141178	CAM	Funchal	30.6.01
4.09,61		Albertina	Dias	260465	MCP	Noisy-le-Grand	06.7.91
4.10,28		Sandra	Teixeira	130378	SCP	Leiria	19.6.05
4.10,98	Marta	Pen	Freitas	310793	SLB	Tallinn	12.7.15
(10)							
4.11,87 (p.c.)		Inês	Monteiro	180580	MCP	Pombal	28.2.09
4.12,20	Cláudia	Barroso	Pereira	200276	FCP	Lisboa (U)	05.8.00
4.13,35		Albertina	Machado	251261	SCB	Lisboa (N)	25.7.87
4.14,04		La Salette	Mineiro	270568	SCP	Maia	21.7.93
4.14,17 (p.c.)		Vanda	Ribeiro	010175	BFC	Braga	20.1.01
4.14,96	Ana	Dulce	Félix	231082	SCB	Pombal	13.2.10
4.15,40		Mónica	Rosa	050578	MCM	Lisboa (U)	05.8.00
4.15,61		Analidia	Torre	101076	CAOV	Lisboa (U)	05.8.00
4.15,97		Ana	Dias	150174	SCP	Funchal	25.7.98
4.16,14		Ercília	Machado	241286	SCB	Barcelona	22.7.11
(20)							
4.16,4		Susana	Cabral	230872	SCP	Coimbra (M)	19.7.97
4.16,57	Deolinda	Fernanda	Marques	150466	SCP	Lisboa (N)	25.7.87
4.16,6		Luzia	Dias	290970	SCP	Lisboa (U)	19.6.99
4.17,71		Daniela	Cunha	300490	MCP	Ostrava	17.7.11



4.18,69		Rosa	Oliveira	250766	SCB	Lisboa (N)	14.8.86
4.18,90	Maria	Rosário	Pia	070469	SLB	Lisboa (N)	25.7.87
4.19,06		Eduarda	Coelho	020368	SLB	Leiria	06.7.96
4.19,28		Alice	Silva	031161	SLB	Maia	04.8.90
4.19,53		Rosa	Mota	290658	CAP	Vigo	06.7.83
4.19,53		Fátima	Cabral	140172	SCB	Maia	21.8.96
(30)							
4.19,8		Conceição	Ferreira	130362	SCB	Braga	07.7.93
4.19,82		Manuela	Dias	190663	SLB	Lisboa (N)	06.6.92
4.20,3		Margarida	Silva	100473	SCB	Braga	07.7.93
4.20,44	Sara	Catarina	Ribeiro	310590	SCP	V.R.Stº.Antº.	25.5.04
4.20,46		Fátima	Neves	130263	MCM	Maia	25.5.94
4.20,76		Lourdes	Vaz	040273	BFC	Funchal	25.5.96
4.20,98	Solange	Pereira	Cruz	121289	MOJ	Braga	06.6.09
4.21,14		Lídia	Sousa	260888	FCP	Maia	01.7.09
4.21,2		Ana	Manteigas	211068	LA	Lisboa (N)	01.7.89
4.21,20 (p.c.)		Lilian	Silva	300382	CAM	Espinho	02.2.08
(40)							
4.21,37 (p.c.)	Carla	Salomé	Rocha	250490	SCP	Pombal	22.2.14
4.21,39		Clarisse	Cruz	090778	SCP	Moskva	30.5.04
4.21,46		Sandra	Amaro	150376	OFC	Lisboa (U)	07.8.99
4.21,56		Anália	Rosa	280276	SCB	Braga	22.5.04
4.21,6		Carla	Machado	020270	UDV	Maia	04.7.87
4.21,6		Teresa	Marinho	200277	SCP	Coimbra (M)	19.7.97
4.21,64		Solange	Ponte	000089	BIK	Maia	14.5.14
4.21,81		Joana	Costa	000088	SCB	Huelva	09.6.10
4.22,5		Ana	Correia	281167	SLB	Lisboa (N)	01.7.89
4.22,5		Susana	Adelino	090879	SCP	Lisboa (U)	19.6.99

5.000 metros (16.41,37)

14.36,45		Fernanda	Ribeiro	230669	FCP	Hechtel	22.7.95
14.37,07		Jéssica	Augusto	081181	IND	Paris	16.7.10
14.54,71		Sara	Moreira	171085	MCP	Barcelona	01.8.10
15.01,06		Inês	Monteiro	180880	MCP	Oslo	03.7.09
15.05,12		Albertina	Dias	260465	MCM	Hechtel	31.7.93
15.06,96		Aurora	Cunha	310559	FCP	Helsinki	04.7.85
15.07,29	Marina	Bastos	Rodrigues	070771	ADRP	Oslo	04.7.97
15.08,02		Ana	Dulce	Félix	231082	SCB	Estocolmo
15.21,01		Mónica	Rosa	050578	MCM	Estocolmo	17.7.01
15.22,97		Rosa	Mota	290658	CAP	Oslo	27.6.85
(10)							
15.26,41		Ana	Dias	150174	SCP	Lisboa (U)	22.7.01
15.28,70		Conceição	Ferreira	230362	SCB	Estocolmo	12.7.94
15.35,1		Analídia	Torre	101076	CAOV	Coimbra (M)	13.8.00
15.38,43		Leonor	Carneiro	180578	MCP	Bilbau	23.6.07
15.40,58	Cláudia	Barroso	Pereira	200276	FCP	Braga	04.7.01
15.41,13		Anália	Rosa	280276	ADRP	Bilbau	23.6.01
15.44,96		Helena	Sampaio	091073	ADRP	Sevilla	09.6.00
15.49,16		Clarisse	Cruz	090778	CAOV	Maia	14.7.01
15.49,22 (t.p)	Carla	Albertina	Machado	251261	SCB	Seoul	26.9.88
15.52,17		Salomé	Rocha	250490	SCP	Lisboa (U)	27.7.14
(20)							
15.55,09		Manuela	Machado	090863	SCB	Viseu	16.7.95
15.55,46		Fátima	Cabral	140172	SCB	Leiria	07.7.96
15.57,83	Sara	Catarina	Ribeiro	310590	SCP	Fátima	31.5.14
15.58,54		Fernanda	Miranda	050670	SCB	Braga	23.6.99
16.02,04		Elisabete	Lopes	040375	ADRP	Braga	23.6.99
16.02,06		Olga	Machado	090178	SCB	Maia	17.7.04
16.03,23	Ana	Mafalda	Ferreira	220488	GDE	Lisboa (U)	16.6.12
16.05,22		Fátima	Silva	060570	CDP	Maia	26.4.97
16.07,08		Adélia	Elias	070574	ADRP	Braga	04.7.01
16.08,80		Rosa	Oliveira	280766	SCB	Lisboa (U)	08.8.99
(30)							
16.12,64		Manuela	Dias	190663	SLB	Maia	26.4.97
16.14,46		Filomena	Costa	220295	AJS	Fátima	31.5.14
16.14,48		Lourdes	Vaz	040273	ADRP	Maia	14.7.01
16.15,0		Felicidade	Sena	140159	GOMO	Vigo	16.9.89
16.16,94		Luzia	Dias	290970	SLB	Lisboa (U)	17.6.95
16.16,99		Doroteia	Peixoto	070483	NAJ	Lisboa (U)	08.7.12



16.18,78	Elsa	Marisa	Barros	250280	SCB	Barakaldo	14.7.07
16.19,6	Lucília	Soares	Carvalho	100162	SLB	Lisboa (N)	27.4.85
16.22,99		Teresa	Nunes	051267	ADS	Funchal	08.7.95
16.24,05		Madalena	Cariço	060179	JOMA	Lisboa (U)	08.6.02
(40)							
16.26,16		Dina	Malheiro	111083	CAFZ	Lisboa (U)	24.7.05
16.27,07		Fátima	Novais	290767	SCB	Maia	09.4.95
16.27,41		Silvana	Dias	050694	UDV	Leiria	07.6.14
16.27,52	La	Salette	Mineiro	270568	JOMA	Braga	21.6.00
16.28,86		Sara	Pinho	060881	SCP	Maia	25.5.11
16.29,89		Sameiro	Oliveira	210474	SCB	Braga	21.6.00
16.31,31		Lucinda	Moreiras	070268	NAMA	Leiria	07.7.96
16.33,96		Sandra	Amaro	150376	OFC	Lisboa (U)	08.8.99
16.39,12		Carla	Martinho	041176	ADERCUS	Luso	02.7.08
16.41,37		Marta	Martins	150192	ACRSD	Fátima	31.5.14
(50)							
10.000 metros (34.34,35)							
30.22,88		Fernanda	Ribeiro	230669	FCP	Sydney	30.9.00
31.12,93		Sara	Moreira	171085	SCP	Huelva	11.4.15
31.13,58		Inês	Monteiro	180580	IND	Marseille	05.6.10
31.16,42		Conceição	Ferreira	130362	SCB	Helsinki	30.6.92
31.19,15		Jéssica	Augusto	081181	IND	Ostrava	27.5.10
31.29,41		Aurora	Cunha	310559	FCP	Oslo	05.7.86
31.33,03		Albertina	Dias	260465	MCM	Stuttgart	21.8.93
31.33,42	Ana	Dulce	Félix	231082	SCB	Pontevedra	02.4.11
31.38,48		Ana	Dias	150174	SCP	Athina	12.4.03
31.41,38	Marina	Bastos	Rodrigues	070771	ADRP	Barakaldo	10.5.99
(10)							
31.43,22		Helena	Sampaio	091073	ADRP	Barakaldo	10.5.99
31.46,61		Albertina	Machado	251261	SCB	Roma	04.9.87
31.53,12	Deolinda	Fernanda	Marques	150466	SCB	Helsinki	13.8.94
32.09,1		Manuela	Machado	090863	SCB	Maia	20.7.94
32.19,98	Carla	Salomé	Rocha	250490	SCP	Lisboa (I)	29.3.14
32.22,25		Mónica	Rosa	050578	MCM	Barakaldo	07.4.01
32.26,41		Mónica	Gama	080370	SLB	Varazdin	25.8.89
32.27,66	Ana	Paula	Oliveira	240370	BFC	Paris	10.6.94
32.33,51		Rosa	Mota	290658	CAP	Oslo	27.7.85
32.33,94		Felicidade	Sena	140159	SCB	Maia	27.7.91
(20)							
32.35,01		Ana	Correia	281167	MCM	Barakaldo	05.4.97
32.42,67	Sara	Catarina	Ribeiro	310590	SLB	Huelva	11.4.15
32.44,93		Anália	Rosa	280276	MCP	Antalya	15.4.06
32.49,96		Teresa	Nunes	051267	MCM	Barakaldo	05.4.97
32.51,90		Fátima	Silva	060570	BFC	Leiria	06.4.96
32.52,15		Manuela	Dias	190663	SLB	Maia	23.5.92
32.52,84		Fátima	Neves	130263	MCM	Barakaldo	02.5.93
33.01,98		Rosa	Oliveira	250766	MCM	Barakaldo	02.5.93
33.03,82		Jackie	Mota	200266	SCB	Leiria	06.4.96
33.04,58		Marisa	Barros	250280	SRT	Ribeira Brava	06.6.09
(30)							
33.05,92		Leonor	Carneiro	180578	MCP	Helsinki	01.7.12
33.10,12		Cláudia	Pereira	200276	JOMA	Lisboa (I)	29.3.14
33.11,79	Lucília	Soares	Carvalho	100162	SLB	Lisboa (N)	19.5.90
33.12,21		Adélia	Elias	070574	MCP	Camaiore	06.4.02
33.17,00		Fátima	Cabral	140172	SCB	Leiria	06.4.96
33.20,37		Doroteia	Peixoto	070483	NAJ	Lisboa (I)	24.3.12
33.32,55		Mónica	Silva	251183	MCP	Pontevedra	02.4.11
33.36,08	Ana	Mafalda	Ferreira	220488	GDE	Lisboa (I)	24.3.12
33.36,22		Daniela	Cunha	300490	UDV	Huelva	11.4.15
33.37,87	Luzia	Dias	Guimarães	290970	SLB	Braga	09.4.94
(40)							
33.50,17		Anália	Torre	101076	CAOV	Lisboa (I)	10.4.00
33.54,02		Olga	Machado	090178	SCB	Braga	28.6.02
33.59,92		Filomena	Costa	220285	SCB	Pontevedra	02.4.11
34.00,68		La Salette	Mineiro	270568	SCP	Barakaldo	02.5.93
34.02,91		Lucinda	Moreiras	070268	NAMA	Maia	21.3.98
34.05,74		Carla	Machado	020270	SCB	Barakaldo	02.5.93
34.13,45		Rita	Borrvalho	210354	SLB	Coruna	24.5.85
34.17,07		Ercília	Machado	241286	SCP	Lisboa (I)	29.3.14



34.17,64		Marta	Martins	150192	JV	Mataró	06.4.13
34.34,35		Helena	Lobo	041068	SCB	Maia	27.7.91

(50)

Maratona (2.52.46)

2.23.29 (3)		Rosa	Mota	290658	CAP	Chicago	20.10.85
2.24,25 (6)		Jéssica	Augusto	081181	IND	Londres	13.4.14
2.24.49 (2)		Sara	Moreira	171085	SCP	Praha	03.5.15
2.25,04 (2)	Elsa	Marisa	Barros	250280	SLB	Yokohama	20.02.11
2.25.09 (3)		Manuela	Machado	090863	SCB	London	18.4.99
2.25.15 (8)	Ana	Dulce	Félix	231082	SLB	Londres	26.4.15
2.26.49 (2)		Albertina	Dias	260465	MCM	Berlin	26.9.93
2.28.00 (12)		Filomena	Costa	220285	ACDSJ	Sevilha	22.2.15
2.28.06 (1)		Helena	Sampaio	091073	MCP	Amsterdam	19.10.03
2.28.11 (3)		Aurora	Cunha	310559	FCP	London	23.4.89

(10)

2.28.49 (4)		Ana	Dias	150174	SCP	Berlin	28.9.03
2.29.48 (6)		Fernanda	Ribeiro	230669	IND	Hamburg	23.4.06
2.30.18 (7)		Conceição	Ferreira	130362	SCB	Boston	15.4.91
2.30.36 (5)		Inês	Monteiro	180580	MCP	Rotterdam	13.4.08
2.31.08 (8)		Rosa	Oliveira	280766	NB	Berlin	29.9.96
2.31.41 (8)		Leonor	Carneiro	180578	MCP	Berlin	30.9.07
2.32.01 (3)		Fátima	Silva	080370	CDP	Hamburg	21.4.02
2.32.56 (10)		Anália	Rosa	280276	MCP	Goteborg	12.8.06
2.32.57 (6)		Albertina	Machado	251261	SCB	Paris	21.4.96
2.33.32 (6)		Fátima	Cabral	140172	GRECAS	Milan	30.11.03

(20)

2.34.02 (8)		Mónica	Silva	251183	SLB	Hamburgo	15.4.15
2.34.07 (9)		Adélia	Elias	070574	MCP	Berlin	28.9.03
2.34.11 (5)		Rita	Borrvalho	210354	SLB	Berlin	01.10.89
2.34.12 (9)		Fátima	Neves	130263	MCM	Paris	23.4.94
2.36.51 (10)		Doroteia	Peixoto	000083	MCP	Hamburgo	05.5.14
2.37.09 (8)		Mónica	Rosa	050578	MCP	Paris	11.4.10
2.37.36 (1)		Elisabete	Lopes	040375	MCP	Estoril	10.5.09
2.38.33 (7)		Vera	Nunes	000080	SLB	Sevilha	22.2.15
2.39.19 (13)		Leopoldina	Silveira	180675	ESFR-Fra	Paris	06.4.08
2.39.40 (12)		Luísa	Oliveira	000076	PARAV	Hamburgo	15.4.15

(30)

2.40.37 (1)		Manuela	Dias	190663	SLB	Lisboa	21.10.90
2.40.38 (2)		Mónica	Gama	080370	SCB	Lisboa	20.10.91
2.41.19 (10)		Isabel	Sousa	100471	ADRP	Paris	05.4.98
2.42.16 (71)		Madalena	Cariço	060179	GDE	Sevilha	22.2.09
2.42.51 (6)		Alzira	Lário	080457	SCV	Rotterdam	18.4.93
2.43.14		Rosa	Madureira	120477	FCPF	Porto	03.11.13
2.43.17 (3)	Lucília	Soares	Carvalho	100162	SLB	Lisboa	21.10.90
2.44.39 (5)		Felicidade	Sena	140159	GOMO	Paris	30.4.89
2.45.44		Anabela	Tavares	000078	GDJL	Lisboa	09.12.12
2.49.24	Patrícia	Isabel	Serafim		IND	Badajoz	23.3.14

(40)

2.49.52		Cláudia	Pereira	000076	JOMA	Nova Iorque	03.11.03
2.50.19 (8)		Vitorina	Mourato	091164	ACP	Lisboa	28.11.93
2.50.23 (20)		Joana	Nunes	000085	ADERCUS	Porto	02.11.14
2.51.11 (6)		Luísa	Almeida	060167	CX	Lisboa	18.10.92
2.51.44 (1)		Cândida	Almeida	250564	GDV	Jerez	24.11.96
2.51.44 (6)		Goretti	Oliveira	020668	ACRVC	Lisboa	24.11.96
2.51.50 (6)	Umbelina	Nunes	Sobral	030453	NF	Lisboa	20.10.91
2.51.52 (49)	Fátima	Oliveira	Ferreira	181073	GDP	S. Sebastian	31.10.93
2.52,09 (9)		Natália	Pinho	260464	ADRP	Zurich	09.4.06
2.52,46 (5)		Patrícia	Pereira	141281	NAJ	Porto	08.11.09

(50)

3.000 metros-obstáculos (11.30,19)

9.18,54		Jéssica	Augusto	081181	IND	Huelva	09.6.10
9.28,64		Sara	Moreira	171085	MCP	Berlim	15.8.09
9.30,06		Clarisse	Cruz	090778	SCP	Londres	04.8.12
9.39,20		Inês	Monteiro	180580	JOMA	Athina	14.6.05
9.43,00		Anália	Rosa	280276	SCB	Iráklio	04.7.04
9.51,91	Carla	Salomé	Rocha	250490	SCP	Lisboa (U)	12.5.12



10.00,69		Sandra	Teixeira	130778	SCP	Huelva	13.6.08
10.03,16		Anália	Torre	101076	CAOV	Milan	07.6.02
10.06,45		Dina	Malheiro	110883	CAFZ	Lisboa (U)	23.7.05
10.14,01		Solange	Jesus	070187	ADERCUS	Seixal	25.7.09
(10)							
10.16,47		Catarina	Carvalho	010392	GCAD	Braga	12.7.14
10.21,08		Filomena	Costa	220285	SCB	Leiria	13.6.09
10.21,47		Joana	Soares	080993	ACDJS	Leiria	25.7.15
10.27,16		Laura	Azevedo	020285	JOMA	Luso	30.6.07
10.28,04		Diana	Almeida	180994	SLB	Rieti	18.7.13
10.28,48		Daniela	Sousa	140993	ADRAP	R.Brava	20.6.15
10.33,33		Jéssica	Matos	151094	SLB	Leiria	27.7.13
10.34,68	Elisabete	Azevedo	Pereira	000090	ADERCUS	Leiria	27.7.13
10.43,86		Débora	Santos	301092	SLB	Lisboa (U)	10.7.11
10.46,11		Mónica	Silva	251183	ADERCUS	Lisboa(U)	31.7.04
(20)							
10.49,57		Jessica	Matos	150494	JV	Vagos	13.6.15
10.52,14		Diana	Ribeiro	190196	DVV	Luso	05.7.14
10.52,67		Andreia	Santos	170585	ARLVG	Grosseto	13.7.04
10.53,78	Sara	Catarina	Ribeiro	310590	FCV	Lisboa (U)	26.6.10
10.56,77		Lilian	Silva	000082	FCP	P.Varzim	29.5.10
10.57,27		Vanda	Ribeiro	020475	GRECAS	Lisboa (U)	26.7.14
10.59,30		Bárbara	Ferreira	091291	SCB	Guimarães	02.7.11
11.03,37		Andreia	Rodrigues	140696	GT	Luso	05.7.14
11.06,82		Mariana	Quaresma	230697	GDD	Leiria	25.7.15
11.07,62		Marina	Agostinho	060382	JV	Leiria	04.6.05
(30)							
11.08,12		Rita	Mineiro	120397	CDUL	Leiria	06.6.15
11.09,74		Liliana	Alves	150388	SCB	Luso	30.6.07
11.10,2		Sílvia	Gonçalves	120786	SCB	Braga	05.7.05
11.10,32		Inês	Marques	100493	ACRSD	Leiria	25.7.15
11.13,29		Bárbara	Ferreira	091291	JV	Leiria	15.6.13
11.14,68		Raquel	Palhares	050885	BFC	Guimarães	19.6.04
11.15,16		Cristiana	Valente	090685	JUF	Vigo	23.7.04
11.15,86		Liliana	Paredes	120589	GDD	Lisboa (U)	26.7.14
11.16,2		Inocência	Faria	180489	GDE	Leiria	26.5.07
11.16,36		Filipa	Eutiquio	220396	JV	Fátima	31.5.14
(40)							
11.17,26		Eunice	Tavares	060985	CRE	Covilhã	26.6.04
11.20,88		Martinha	Pestana	061181	GDE	Leiria	04.6.05
11.22,21		Rosário	Martins	140695	SCP	Quarteira	29.6.13
11.23,5		Sandra	Amaro	150376	CSM	Leiria	26.5.07
11.25,07		Rosário	Pais	090181	ADERCUS	Aveiro	06.5.06
11.27,12	Ana	Sofia	Nunes	121188	GJPB	Viseu	07.7.07
11.27,37	Ana	Paula	Rodrigues	120591	CAR-S	Lisboa (U)	11.7.09
11.29,79		Inês	Nobre	300492	JV	Setúbal	03.7.10
11.29,82		Ana	Fonseca	220287	CRE	Aveiro	17.6.05
11.30,19		Andreia	Silva	211088	GS-RC	Lisboa (U)	08.6.13

100 metros-barreiras (14,72)

13,14		Isabel	Abrantes	200273	JOMA	Coimbra (M)	13.8.00
13,22		Sandra	Turpin	050676	SCP	Coimbra (M)	13.8.00
13,29		Eva	Vital	080792	SLB	Leiria	28.7.13
13,31		Mónica	Lopes	180186	SCP	Lisboa (U)	16.7.11
13,33		Sandra	Barreiro	190171	SLB	Lisboa (U)	21.6.96
13,42		Andreia	Felisberto	220686	JOMA	Lisboa (U)	08.7.12
13,50		Naide	Gomes	101179	SCP	Lisboa (U)	23.7.05
13,51		Sónia	Machado	100577	BFC	Maia	15.7.00
13,53		Patrícia	Mamona	211188	JOMA	Clemson	15.4.10
13,56		Patrícia	Vieira	180479	GDE	Maia	02.7.05
(10)							
13,66		Vera	Fernandes	240294	SLB	Pombal	28.6.15
13,70		Lecabela	Quaresma	261289	SCP	Lisboa	15.7.15
13,71		Olímpia	Barbosa	280295	SCP	Leiria	26.7.15
13,83		Emília	Tavares	261164	SCP	Duisburg	27.8.89
14,01		Witiney	Barata	310188	JOMA	Lisboa (U)	17.6.12
14,09	Sara	Fernandes	Silva	101074	SLB	Lisboa (U)	08.8.99
14,12		Fernanda	Borba	020381	COD	Lisboa (U)	22.7.01
14,15		Sónia	Carvalho	100577	SCP	Lisboa (A)	24.7.99
14,16		Ana	Oliveira	090163	CFB	Viseu	27.6.93



14,20		Susana	Estriga	160775	JOMA	Lisboa (I)	17.7.13	
(20)								
14,21		Marisa	Vaz	Carvalho	151199	SLB	Lisboa (I)	04.6.14
14,22			Alexandra	Pina	030672	BFC	Lisboa (U)	27.7.96
14,23		Maria	José	Valamatos	140771	SLB	Braga	11.7.92
14,29			Vanda	Passos	060875	SLB	Lisboa (A)	25.7.93
14,32			Severina	Cravid	010778	SCP	Lisboa (U)	23.7.05
14,34			Larissa	Vieira	141195	JV	Braga	13.7.14
14,36			Conceição	Alves	010758	SCP	Sittard	01.7.79
14,36			Rafaela	Vitorino	180895	SLB	Rieti	18.7.13
14,38			Sónia	Fernandes	020971	SCP	Viseu	16.7.95
14,46			Ludmila	Nascimento	011196	SCP	Fátima	07.7.13
(30)								
14,51		Maria	João	Lopes	230262	SCP	Lisboa (N)	04.7.87
14,54			Cristiana	Cunha	170791	ACRSD	Abrantes	06.6.15
14,59			Raquel	Lourenço	111096	CPC	Braga	04.7.15
14,61			Carina	Gomes	050681	ECSL	Aveiro	31.7.05
14,61			Cláudia	Rodrigues	111189	ACRSD	Póvoa de Varzim	09.7.14
14,63		Andreia	Crespo	Oliveira	161093	NDCG	Tours	14.8.10
14,64			Clélia	Moreira	141076	SLB	Lisboa (A)	11.4.92
14,64			Mónica	Sousa	030574	GDC	Leiria	07.7.96
14,64			Ana	Ferreira	130678	CAM	Lisboa (U)	14.7.02
14,65			Sara	Borges	020478	SCP	Lisboa (I)	05.7.97
(40)								
14,66			Marta	Godinho	240680	SCP	Lisboa (U)	13.7.96
14,66		Maria	Carmo	Lima Alves	160475	NSIT	Lisboa (U)	31.7.04
14,67			Susana	Costa	220984	GDIS	Lisboa (U)	14.7.02
14,68			Ana	Pacheco	200980	SCB	Viseu	21.7.96
14,69		Ana	Marisa	Oliveira	180795	GAF	Ribeira Brava	06.7.14
14,70		Maria	Rosário	Gestosa	010776	NAC	Maia	22.7.97
14,70			Rubina	Serrão	251281	CSM	Lisboa (U)	23.7.05
14,70			Valdénia	Carvalho	060793	GRQL	Lisboa (I)	17.7.13
14,71			Sara	Fernandes	180770	BFC	Coimbra (M)	13.8.00
14,72		Maria	João	Valamatos	140771	SLB	Lisboa (A)	19.6.93
(50)								
14,72			Nora	Araújo	290959	SLB	Lisboa (U)	10.7.94

Tempos Manuais (14,5)

14,1		Conceição	Alves	(58)	SCP	Lisboa (N)	07.5.77
------	--	-----------	-------	------	-----	------------	---------

400 metros-barreiras (62,87)

55,22		Vera	Barbosa	130189	JOMA	Londres	05.8.12	
56,25		Maria	Carmo	Tavares	270474	SCP	Cáceres	12.6.02
56,78			Patrícia	Lopes	110782	SCP	Barcelona	27.7.10
57,09			Marta	Moreira	291166	SCP	Sittard	06.6.93
58,12		Maria	João	Lopes	230262	SLB	Maia	27.6.87
58,12		Maria	João	Valamatos	140771	SLB	Maia	18.7.90
58,14			Andreia	Crespo	161093	ACRSD	Faro	19.7.14
58,59			Alexandra	Pina	030672	BFC	Coimbra (M)	19.7.97
58,67		Maria	José	Valamatos	140771	SLB	Viseu	15.7.95
58,99			Eduarda	Coelho	020368	CAP	Maia	18.7.90
(10)								
59,12			Sónia	Fernandes	020771	SCP	Lisboa (U)	11.7.99
59,13			Leslie	Delgado	250689	GCAD	Nantes-Fr.	06.6.12
59,47			Tânia	Freitas	170680	CAM	Oslo	08.7.00
59,58			Nádia	Gaspar	071090	SLB	Salamanca	12.6.13
59,93			Ana	Costa	180777	CDOM	Lisboa (U)	15.6.96
60,09			Tânia	Caires	031287	CSM	Abrantes	26.6.11
60,26			Manuela	Alves	010758	SCP	Copenhague	25.6.77
60,33			Sónia	Machado	191076	BFC	Coimbra (M)	07.8.97
60,47			Elda	Laranja	270986	GDE	Guarda	07.7.07
60,55 A			Catarina	Bastos	280986	SCP	Guarda	06.7.07
(20)								
60,78			Sandra	Teixeira	130378	SCP	Lisboa (I)	29.7.98
60,84			Rafaela	Vitorino	180895	SLB	Luso	24.6.12
61,05			Carla	Sacramento	101271	SLB	Lisboa (A)	30.6.91
61,07			Mónica	Sousa	300574	SCP	Viseu	17.7.93
61,18			Susana	Estriga	160775	FCP	Guarda	07.7.06
61,24			Clarinda	Faria	110362	CCSJM	Lisboa (N)	10.8.86



61,32		Suzel	Abreu	280457	CFB	Frankfurt	05.7.81
61,51		Carolina	Duarte	080190	SCP	Lisboa (U)	09.6.13
61,64		Ana	Pacheco	200980	SCB	Coimbra (M)	26.6.99
61,77		Seomara	Barreiro	080272	SLB	Lisboa (U)	12.5.95
(30)							
61,97		Mafalda	Oliveira	060582	CCSJM	Braga	07.7.01
62,08		Cristiana	Cunha	170791	GS-RC	Luso	10.7.10
62,09		Neide	Vieira	301279	CAM	Beja	08.6.05
62,17		Albertina	Pinto	010181	COD	Guarda	05.7.03
62,30		Sara	Fernandes	130770	BFC	Porto (U)	06.6.96
62,30		Marta	Ferreira	080382	FCP	Braga	07.7.01
62,31		Joana	Frias	070388	CAM	Machico	24.6.06
62,35		Ivone	Camacho	280974	CAM	Lisboa (N)	25.7.92
62,36		Sara	Martins	131191	JV	Leiria	28.7.13
62,40 A		Elisa	Pegado	230787	GDE	Guarda	06.7.07
(40)							
62,43		Neuza	Reis	180195	SLB	Lisboa (U)	10.6.12
62,59	Susana	Cabral	Estiveira	230872	SCP	Lisboa (U)	14.5.97
62,60		Rute	Moedas	070779	GDQ	Lisboa (U)	13.6.01
62,65		Helena	Teixeira	160764	ICA	Lisboa (N)	08.7.84
62,67		Patrícia	Mamona	211188	JOMA	Leiria	04.6.05
62,69		Lourdes	Medeiro	130163	SCP	Lisboa (N)	10.6.86
62,70		Isabel	Areias	270185	GSADF	Viseu	16.7.05
62,78		Susana	Pimenta	201274	CDUP	Maia	07.6.92
62,80		Sandra	Borges	151183	CSM	Guarda	08.7.05
62,87		Sandra	Camacho	050379	CAM	Coimbra (M)	19.7.97
(50)							

Tempos Manuais (62,4)

62,0		Helena	Teixeira	(64)	FCP	Lisboa (A)	10.6.82
62,2		Ivone	Camacho	(74)	CAM	Lisboa (A)	03.7.93
62,3	Filomena	Vieira	Carvalho	(54)	CFSC	Lisboa (N)	15.7.79
62,4		Lucrecia	Cumba	(51)	SCP	Lisboa (N)	19.7.81

Altura (1,66)

1,88		Sónia	Carvalho	100577	SCP	V.R.Stº Antº	03.6.01
1,88 (p.c.)		Naide	Gomes	201179	SCP	Budapeste	05.3.04
1,84		Marisa	Anselmo	060987	JOMA	Macau	12.10.06
1,83		Liliana	Vieira	240885	SLB	Leiria	27.7.13
1,83		Anabela	Neto	250391	SCP	Luso	02.5.15
1,82		Isabel	Branco	200171	SCP	Coruna	16.7.93
1,81	Ana	Margarida	Oliveira	180795	GAF	Ribeira Brava	06.7.14
1,80		Sónia	Machado	191076	BFC	Lisboa (U)	05.8.00
1,78	Maria	José	Travessa	030373	VFC	Lisboa (N)	15.7.90
1,78	Sandra	Helena	Tavares	290582	DAC	Braga	30.7.00
(10)							
1,78 (p.c.)		Sofia	Pires	011086	CAT	Espinho	26.2.06
1,78	Ana	Liliana	Monjane	130593	SCP	Guimarães	17.6.12
1,77		Conceição	Alves	010758	SCP	Barcelona	10.5.81
1,77		Cláudia	Rodrigues	111189	GS-RC	Lisboa (U)	07.7.12
1,77		Rafaela	Vitorino	180895	SLB	Rieti	18.7.13
1,76		Cristina	Abreu	080460	SCP	Lisboa (N)	25.7.81
1,76		Susana	Goulart	010180	CIAIA	A.Heroísmo	27.4.97
1,76 (p.c.)		Catarina	Costa	030889	CBF	Espinho	28.2.10
1,75		Graça	Borges	100559	SLB	Schwechat	11.8.85
1,75		Sandra	Turpin	050676	SLB	Lisboa (U)	05.7.95
(20)							
1,75		Jennifer	Gomes	210395	ACRSD	Luso	05.7.14
1,74		Manuela	Barros	250565	CIPA	Lisboa (N)	31.5.87
1,74		Marta	Godinho	240680	CDUL	Lisboa (N)	18.6.95
1,74 (p.c.)	Maria	Carmo	Lima Alves	160775	COD	Espinho	13.2.05
1,74 (p.c.)		Joana	Flores	081089	CAT	Pombal	01.3.09
1,73 (p.c.)		Sara	Borges	020478	SCP	Braga	16.2.97
1,73		Lecabela	Quaresma	261289	SCP	Leiria	25.7.15
1,72		Nora	Araújo	290959	SLB	Lisboa (A)	03.7.93
1,71	Ana	Karina	Carvalho	210775	UDT	Lisboa (N)	15.7.90
1,71 (p.c.)		Ana	Cruz	290175	CPCF	Braga	23.2.92
(30)							



1,71		Mónica	Sousa	030574	GDC	Lisboa (U)	27.4.96
1,71 (p.c.)		Magali	Gomes	280291	SLB	Pombal	27.2.11
1,70		Fernanda	Santos	110972	SCP	Lisboa (N)	03.6.93
1,70 (p.c.)		Cláudia	Gameiro	250580	JV	Espinho	15.2.98
1,70 (p.c.)		Irina	Rodrigues	050291	JV	Pombal	13.1.08
1,70	Ana	Marisa	Vieira	301279	CSM	Machico	16.6.10
1,70		Catarina	Queirós	230198	LAVRA	Lisboa (I)	17.5.14
1,70	Ana	Sofia	Silva	310596	MAC	P.Varzim	27.5.15
1,69 (p.c.)		Laura	Santos	110972	SCP	Braga	07.3.93
1,69		Patrícia	Mamona	210888	JOMA	Lisboa (U)	06.6.04
(40)							
1,68		Carla	Santos	220377	GDL	Aveiro	04.6.95
1,68		Mónica	Amaral	160874	SVB	Viseu	25.4.96
1,68		Catarina	Fernandes	160298	SCP	Amadora	09.7.14
1,67	Maria	José	Valamatos	140771	SLB	Lisboa (N)	07.7.91
1,67	Ana	Rita	Pereira	140591	SCB	Setúbal	03.7.10
1,67		Joana	Vitorino	300592	CASM	Lisboa (I)	11.5.13
1,67		Nádia	Sena	060995	SLB	Lisboa (U)	11.5.13
1,67		Valeriya	Semenikina	190599	SLB	Lisboa (I)	17.5.14
1,66		Ana	Pereira	151273	SCP	Lisboa (N)	18.5.91
1,66		Helena	Fontes	050277	ACM-AH	A.Heroismo	09.4.95
(50)							
1,66 (p.c.)	Ana	Rita	Madeil	170483	GRECAS	Espinho	16.1.99
1,66		Liliana	Silva	060266	SCP	Lisboa (U)	14.7.02
1,66		Marta	Onofre	280191	CFB	V.Novas	02.6.07
1,66	Vera	Andrade	Lopes	010482	OCL	Lisboa (U)	29.7.07
1,66		Ana	Silva	000096	CAPV	Pombal	18.6.11
1,66		Carolina	Pandeirada	211093	GRECAS	Quarteira	29.6.13
Vara (3,00)							
4,50		Leonor	Tavares	240985	SCP	Albi	29.7.11
4,40 (p.c.)	Elisabete	Tavares	Ansel	070380	SCP	Pombal	23.2.08
4,36		Marta	Onofre	280191	SCP	Fátima	09.8.15
4,35	Sandra	Helena	Tavares	290582	FAVD	Leiria	21.6.08
4,35		Cátia	Pereira	050789	JOMA	Faro	19.7.14
4,03	Ana	Marisa	Vieira	301279	CAM	Funchal	06.8.00
3,95	Januária	Pereira	Silva	100479	CAM	Funchal	09.7.05
3,84		Tânia	Costa	150778	SCB	Viseu	14.8.99
3,81		Vera	Lavrador	100388	SCP	Lisboa (U)	05.5.10
3,78		Diana	Carqueijo	100587	ESCMOV	Pombal	27.2.11
(10)							
3,67		Sara	Negrões	050386	SCB	Abrantes	02.7.05
3,60 (p.c.)	Sandra	Sofia	Tavares	090284	DAC	Eaubonne	01.2.03
3,60		Isabel	Vieira	250293	SLB	Lisboa (U)	15.5.11
3,60		Filipa	Choon	221195	SLB	Faro	19.7.14
3,55		Tânia	António	291287	GRECAS	Luso	23.6.07
3,50		Paula	Agostinho	170176	SCP	Lisboa (U)	19.5.99
3,50 (p.c.)	Ana	Vasconcelos	180792	SLB	Pombal	27.1.13	
3,46 (p.c.)		Sara	Loureiro	220481	GRECAS	Espinho	31.1.04
3,45		Sara	Sousa	140893	CSM	Lisboa (U)	23.7.13
3,40	Cristina	Santos	Almeida	131273	FCP	Maia	14.6.97
(20)							
3,40	Ana	Rita	Braga	200180	SCB	Maia	20.6.01
3,40 (p.c.)		Tânia	Vieira	290785	GDE	Alpiarça	25.1.04
3,35		Joana	Nascimento	050180	SCP	Lisboa (A)	16.5.99
3,30		Rosana	Teixeira	170482	FCP	Aveiro	05.8.00
3,30		Camila	Lucena	070894	GDE	Lisboa (U)	10.6.12
3,30		Andreia	Grácio	170996	JV	Braga	05.7.15
3,25		Mónica	Silva	040685	SCP	Lisboa (U)	21.7.04
3,25		Joana	Flores	081089	CAT	A.Heroismo	16.7.05
3,22		Isabel	Coelho	260377	BFC	Braga	11.7.01
3,20	Luísa	Filipa	Freitas	110284	CAM	Funchal	21.6.03
(30)							
3,20		Carla	Macedo	221090	GDE	Ribeira Brava	15.1.11
3,20 (p.c.)		Nicole	Alberto	111193	JV	CAR Jamor	11.12.04
3,15 (p.c.)		Cátia	Gonçalves	101280	CSM	Espinho	28.2.98
3,20 (p.c.)	Ana	Patrícia	Silva	281193	CAMG	Pombal	18.1.15
3,15		Joana	Areias	050383	SCP	Lisboa (U)	15.5.02
3,15		Vitória	Serrão	220687	ACDJS	Machico	20.7.07
3,15		Diana	Spencer	290698	NDJL-ST	Lisboa (CAR)	09.7.14



3,10 (p.c.)		Ana	Costa	091189	SCB	Pombal	14.2.09
3,10		Nanci	Sousa	280990	JV	Leiria	13.6.09
3,10		Mónica	Rino	060694	JV	Leiria	10.6.11
	(40)						
3,08		Flávia	Vicente	030184	CDAA	Lisboa (U)	01.8.01
3,05		Tânia	Faria	011278	GDE	Braga	10.6.00
3,04		Mariana	Pandeirada	100690	GRECAS	Luso	10.7.10
3,02	Ana	Filipa	Silva	090393	CAMG	Lisboa (U)	08.7.12
3,02		Sara	Mota	301097	JV	Abrantes	29.6.14
3,02		Sofia	Carneiro	000098	MAC	Guimarães	11.7.15
3,00		Cláudia	Ribeiro	151078	SLB	Lisboa (I)	16.6.99
3,00		Sofia	Gameiro	310585	JV	Seixal	19.5.02
3,00		Sofia	Pires	011086	CAT	A.Heroismo	05.6.04
3,00		Susana	Dionísio	040280	SCAB	Lisboa (U)	23.7.05
	(50)						
3,00		Nádia	Pereira	301189	ACDJS	Machico	16.6.07
3,00		Teresa	Ribeiro	230888	FCP	Maia	18.7.07
3,00		Sara	Ramalho	190489	GDC	Setúbal	17.7.11
3,00		Sara	Mota	000097	JV	Braga	05.7.15
Comprimento (5,78)							
7,12		Naide	Gomes	201179	SCP	Mónaco	29.7.08
6,52	Teresa	Vaz	Carvalho	030195	SLB	Marselha	14.6.14
6,48		Ana	Oliveira	090163	IND	Athina	17.6.90
6,45		Marta	Godinho	240680	JOMA	Maia	15.7.00
6,44	Isabel	Cristina	Morujão	160273	SCP	Bruxelles	14.6.92
6,40 (p.c.)		Shaina	Mags	110492	SCP	Pombal	22.2.14
6,39 (p.c.)		Sandra	Turpin	050676	SCP	Espinho	17.3.01
6,32		Isabel	Abrantes	200273	SLB	Lisboa (N)	30.7.94
6,29	Maria	João	Lopes	230262	SLB	Lisboa (N)	05.6.88
6,21		Emília	Tavares	261164	SCP	S.Sebastian	21.9.95
	(10)						
6,21 (p.c.)		Patrícia	Mamona	211188	JOMA	Blacksburg	26.2.09
6,20	Ana	Margarida	Oliveira	180795	GAF	Braga	12.7.14
6,20	Marisa	Vaz	Carvalho	191199	SLB	Braga	04.7.15
6,17		Sónia	Carvalho	100677	SCP	Lisboa (U)	20.5.01
6,15		Nora	Araújo	290959	SLB	Lisboa (N)	09.7.78
6,15		Conceição	Alves	010758	SCP	Lisboa (L)	25.4.81
6,13		Lecabela	Quaresma	261289	SCP	Inowroclaw	05.7.15
6,12		Ungudi	Quiwacana	091190	SLB	Lisboa (I)	17.7.11
6,12		Lucinda	Gomes	160495	SCP	Lisboa (CAR/I)	29.6.14
6,10		Jéssica	Barreira	291197	SCP	Faro	19.7.14
	(20)						
6,10 (p.c.)		Evelise	Veiga	030396	JV	Pombal	21.2.15
6,07		Sónia	Machado	190176	IND	Viseu	16.7.95
5,99		Virgínia	Gomes	280264	SLB	Lisboa (N)	16.7.89
5,98	Vera	Lisa	Vilas	281057	SLB	Lisboa (N)	17.7.83
5,98		Eva	Vital	080792	ACRDA	Viseu	30.5.09
5,98		Carla	Gama	241190	SLB	Lisboa (I)	16.7.14
5,96		Sara	Negrões	050386	SCB	Braga	13.6.04
5,95		Marta	Onofre	280191	SCP	Pombal	14.7.12
5,94		Helena	Relvas	230952	DLM	L.Marques	15.8.73
5,94		Carmenzinda	Nascimento	211289	SCP	Elvas	23.5.09
	(30)						
5,90		Sandra	Barreiro	190171	SCP	Lisboa (N)	30.7.94
5,90		Cláudia	Rodrigues	111189	GS-RC	Guarda	20.7.13
5,89		Susana	Costa	220984	COD	V.R.Stº Antº	10.6.03
5,89 (p.c.)		Laura	Santos	080584	SCP	Espinho	12.2.05
5,88		Elisa	Santos	050150	FCP	Lisboa (L)	30.4.77
5,88		Sandra	Cruz	070280	GRECAS	Lisboa (U)	22.7.01
5,88	Ana	Angela	Marçal	060679	CSM	Lisboa (U)	24.5.03
5,88 (p.c.)		Cátia	Ferreira	180683	JV	Pombal	23.2.08
5,88		Januária	Silva	100479	CSM	Ribeira Brava	28.6.08
5,87		Carina	Gomes	050681	ECSL	Lisboa (U)	24.7.05
	(40)						
5,86		Marisa	Vieira	301277	CAM	Lisboa (U)	14.7.02
5,86 (p.c.)	Ana	Jessica	Barreira	290197	SCP	Braga	07.2.15
5,85		Sandra	Sá	090175	SCB	Viseu	18.7.93
5,84		Lisandra	Lopes	070488	ACRSD	Pombal	27.1.13
5,83		Cristina	Falé	230677	GDQ	Viseu	21.7.96
5,83		Mónica	Sousa	030574	SCP	Lisboa (U)	15.3.97



5,83		Marlene	Ferreira	090681	BFC	Guimarães	24.5.03
5,81		Silvia	Diogo	031176	SLB	V.R.Stº.Antº.	28.5.95
5,81(p.c.)		Ludmila	Nascimento	011196	SCP	Pombal	19.1.13
5,78	Anabela	Osório	Pereira	280672	FCP	Maia	19.6.96
(50)							
5,78		Carla	Tavares	220582	COD	Setúbal	30.7.05
5,78		Liliane	Amaro	231092	JDN	Beja	12.5.12
5,78		Vanessa	Rocha	020190	CSM	Lisboa (U)	13.5.12

Triplo (12,02)

14,52		Patrícia	Mamona	211188	SCP	Helsínquia	29.6.12
14,32		Susana	Costa	220984	SCP	Madrid	11.7.15
13,57	Isabel	Cristina	Morujão	160273	SCP	Maia	28.6.97
13,46		Marta	Godinho	240680	JOMA	Lisboa (U)	28.7.07
13,44 (p.c.)		Ana	Oliveira	090163	IND	Glasgow	04.3.90
13,14		Lecabela	Quaresma	261289	FRA	Alx-les-Bains	18.5.14
13,13	Sandra	Sofia	Tavares	090284	FRA	Dreux	15.7.06
13,05 (p.c.)		Shaina	Mags	110492	SCP	Pombal	03.2.13
12,98		Vanessa	Rocha	020190	CSM	Lisboa (U)	08.7.12
12,96		Isabel	Abrantes	200373	SLB	Belfast	28.5.95

(10)

12,96		Januária	Silva	100479	CSM	Seixal	25.7.09
12,95		Anabela	Neto	250391	SCP	Coimbra	29.6.14
12,83 (p.c.)		Carmenzinda	Nascimento	211289	SCP	Pombal	24.2.13
12,83		Evelise	Veiga	030396	JV	Eskilstuna	16.7.15
12,81		Sandra	Cruz	070280	GRECAS	Lisboa (U)	21.7.01
12,78		Marlene	Ferreira	090681	BFC	Maia	02.7.03
12,75 (p.c.)		Sandra	Turpin	050676	SCP	Espinho	28.1.01
12,72 (p.c.)		Lucinda	Gomes	160495	SCP	Pombal	08.2.15
12,70		Sónia	Carvalho	100577	SCP	Lisboa (U)	20.7.02
12,69		Carla	Gama	241190	SLB	Leiria	28.7.13

(20)

12,68	Sandra	Helena R.	Tavares	290582	FRA	Confians St.Honoris	12.6.11
12,65		Cláudia	Jardim	311280	GDE	Covilhã	16.7.05
12,61		Jéssica	Barreira	290197	SCP	Luso	06.7.14
12,52		Sónia	Machado	191076	BFC	Zamora	31.5.98
12,49		Isabel	Mendes	000095	Espanha	Alcobendas	26.7.14
12,45		Ana	Ferreira	130678	CNRM	Viseu	20.7.96
12,44		Laura	Santos	080584	SCP	Seia	02.8.03
12,42		Inês	Moura	150585	FCP	Lisboa (U)	23.6.04
12,39		Cláudia	Rodrigues	111189	GS-RC	Lisboa (U)	08.6.13
12,39		Valdénia	Carvalho	060793	GRQL	Lisboa (I)	02.6.13

(30)

12,38		Joana	Flores	081089	CAT	Guimarães	08.7.06
12,37		Sandra	Sá	090175	SCB	Lisboa (U)	21.7.01
12,35		Cláudia	Gameiro	250580	JV	Maia	18.7.98
12,35		Ludmila	Nascimento	011196	SCP	Lisboa (U)	08.7.12
12,33		Emília	Tavares	261164	SCP	Lisboa (U)	21.5.95
12,33		Sónia	Fernandes	020971	SCP	Lisboa (U)	22.7.95
12,26	Ana	Paula	Furtado	260189	JOMA	Guimarães	08.7.06
12,25	Ana	Maria	Fernandes	190177	FCP	Funchal	25.7.98
12,22		Cláudia	Rego	080376	SCB	V.R.Stº Antº	06.6.99
12,20		Sónia	Marques	060786	JV	Pombal	12.2.12

(40)

12,20		Carolina	Pandeirada	211093	GRECAS	Quarteira	30.6.13
12,16		Ana M.	Oliveira	180795	GAF	Lisboa (U)	31.7.11
12,15		Ana	Monjane	130593	SCP	Quarteira	30.6.13
12,13		Cátia	Ferreira	180683	JV	Coimbra	12.7.08
12,09		Carla	Pinhão	210490	GRECAS	Coimbra	12.7.08
12,06	Ana	Paula	Gonçalves	280178	GDE	Elvas	14.6.03
12,06		Soraya	Betuncal	000095	CASM	V.Novas	24.5.15
12,02 (p.c.)	Anabela	Osório	Pereira	280672	FCP	Braga	08.2.97
12,02 (p.c.)	Ana	Ângela	Marçal	060679	CAM	Espinho	19.2.06
12,02 (p.c.)		Jennifer	Gomes	000095	ACRSD	Pombal	22.2.15

(50)



Peso (12,32)

17,26(p.c.)		Teresa	Machado	220769	SCP	Espinho	07.2.98
16,25		Antónia	Borges	111083	SCP	Arles	21.3.10
16,20		Adília	Silvério	200749	SCP	Madrid	30.5.76
15,36		Sílvia	Cruz	291280	SCP	Lisboa (U)	29.7.07
15,32		Sónia	Grácio	260374	BFC	V.Novas	18.12.99
15,30 (p.c.)		Irina	Rodrigues	050291	SCP	Pombal	21.2.15
15,15		Vanda	Rodrigues	171084	FCP	Pombal	28.2.09
15,08		Naide	Gomes	201179	SCP	Budapest	05.3.04
14,96		Dulce	Cá	280384	GRQL	Covilhã	10.6.07
14,76	Ana	Sofia	Domingues	150881	SLB	Lisboa (U)	28.6.00
(10)							
14,50		Cristiana	Oliveira	300684	JOMA	Covilhã	09.6.07
14,49		Nora	Araújo	200959	CSM	Lisboa (U)	30.7.97
14,39 (p.c.)	Carla	Almeida	Pinto	180885	BFC	Espinho	18.2.06
14,08		Elisa	Costa	200455	SLB	Lisboa (N)	16.5.93
13,97		Isabel	Ribeiro	290288	SCB	Braga	27.5.06
13,96		Sónia	Borges	260885	SCP	Lisboa (I)	12.7.06
13,85		Liliana	Cá	051186	SCP	Jaen	06.7.05
13,84	Marisa	Pão	Alvo	130879	CNRM	Lisboa (U)	02.7.97
13,79	Maria	Rosário	Rodrigues	230688	ACDRA	C.Rainha	28.6.06
13,69		Carolina	Henriques	170194	JOMA	Lisboa (I)	16.7.14
(20)							
13,48		Alexandra	Gonçalves	061179	SCB	Faro	08.6.08
13,36 (p.c.)	Maria	Purificação	Fernandes	170783	SCB	Meadela	06.6.03
13,33	Ana Catarina	Vidal	Costa	070279	SCP	Leiria	03.2.07
13,33 (p.c.)		Soraia	Ruas	070192	ADREP	Pombal	20.2.10
13,20		Catarina	Ferreira	150482	CAM	Lisboa (U)	24.3.02
13,18		Cristina	Costa	101267	CIPA	Maia	18.7.87
13,16		Irina	Sustelo	250283	COD	Gent	26.2.02
13,10		Cristina	Ferreira	221179	CSM	Funchal	11.7.99
13,08	Fernanda	Angélica	Pereira	020475	CSM	Lisboa (U)	29.5.10
13,04 (p.c.)		Marisela	Silva	210585	GDE	Pombal	14.2.09
(30)							
12,89		Ophélie	Oliveira	000096	JV	Leiria	26.7.15
12,84 (p.c.)		Helena	Fernandes	170273	CIPA	Braga	23.2.91
12,81		Fátima	Ribeiro	280591	GDE	Funchal	11.7.15
12,78		Diana	Hernandez	280493	GRECAS	Aveiro	03.6.10
12,70 (p.c.)		Sofia	Cardoso	250173	SCP	Alpiarça	13.3.93
12,69		Sandra	Turpin	050676	SLB	Lisboa (U)	27.4.96
12,68		Clara	Freitas	190962	CIPA	Porto	07.6.86
12,67		Lecabela	Quaresma	261289	JOMA	Ribeira Brava	06.7.14
12,65		Conceição	Alves	010758	SCP	Lisboa (A)	14.5.83
12,64		Amália	Almeida	271254	FCP	Porto	27.3.82
(40)							
12,60 (p.c.)		Juliana	Pereira	030195	JV	Pombal	26.2.12
12,53		Daniela	Carvalho	060174	CIPA	S.Jacinto	04.4.93
12,53		Vânia	Silva	080680	JV	Leiria	27.5.00
12,47		Elisa	Pacheco	060596	EBA	Ponta Delgada	30.11.03
12,45		Aurora	Anjos	030160	SLB	Lisboa (L)	19.6.82
12,44 (p.c.)		Cristiana	Campos	160195	GS-RC	Pombal	27.1.13
12,39		Catarina	Rosa	200789	CAMG	Aveiro	01.5.08
12,33		Cláudia	Rodrigues	111189	ACRSD	Lisboa (I)	07.6.14
12,32		Mónica	Sousa	030574	GDC	Lisboa (U)	08.8.99
12,32		Inês	Fernandes	280688	ADRCL	Braga	27.6.09
(50)							

Disco (38,90)

65,40		Teresa	Machado	220769	SCP	S.Jacinto	03.5.98
63,25		Irina	Rodrigues	050291	SCP	Leiria	15.3.15
59,33		Liliana	Cá	051186	SCP	Qt ^o Anjo	13.3.10
55,50		Elisa	Costa	200455	SLB	Lisboa (A)	10.5.90
52,07	Ana Catarina	Vidal	Costa	070279	SCP	Leiria	21.7.07
50,52		Adília	Silvério	200749	SCP	Luanda	18.11.79
50,41		Sónia	Grácio	260374	BFC	Ourense	13.6.01
50,25		Tatiana	Fernandes	260481	JV	Aveiro	20.6.99
49,81		Sónia	Borges	260885	SCP	Lisboa (U)	17.5.06
49,30	Ana	Sofia	Domingues	150881	SLB	Qt ^o Anjo	19.3.00
(10)							
48,99		Juliana	Pereira	030195	JV	Pombal	27.6.15



47,99		Irina	Sustelo	250283	IXEL	Jambesnamur	18.6.00
47,84		Lezita	Simas	230582	CDI	A. Heroísmo	05.6.99
47,56		Diana	Hernandez	280493	GRECAS	Aveiro	16.7.11
47,34		Sofia	Cardoso	250173	SLB	Lisboa (L)	15.5.93
47,28	Fernanda	Angélica	Pereira	020475	CSM	Lisboa (U)	23.7.05
46,85		Sandra	Leitão	100882	QFC	Aveiro	25.3.00
46,34		Anabela	Teixeira	130764	SCP	Lisboa (A)	03.5.86
46,32		Teresa	Silva	200897	SCB	Leiria	01.7.15
45,81		Andreia	Gomes	140289	JV	Leiria	17.7.10
(20)							
45,70		Alexandra	Gonçalves	061179	SCB	Leiria	02.8.09
45,34		Ophélie	Oliveira	210796	JV	Leiria	01.7.15
44,97		Soraia	Ruas	000092	ADREP	Leiria	05.3.11
44,27		Cristina	Araújo	300678	SCB	Coimbra (M)	26.6.99
44,26	Conceição	Natália	Ferreira	011169	FCP	Lisboa (A)	30.5.87
43,90		Fernanda	Pereira	020475	CSM	Viseu	31.5.09
43,88		Catarina	Rosa	200789	JOMA	Lisboa	12.6.10
43,80		Liberata	Borrhalho	031071	VFC	Lisboa (A)	13.6.91
43,78	Maria	João	Nunes	190870	SLB	Lisboa (N)	02.7.89
43,66		Fernanda	Martins	020475	GRECAS	Guimarães	23.5.15
(30)							
43,10		Lídia	Faria	150842	SCP	Lisboa	19.7.67
42,92		Liliana	Marabuto	290181	GDG	Aveiro	02.9.00
42,70		Ana	Morais	220365	SCP	Lisboa (N)	10.5.92
42,23		Alda	Fernandes	280593	ACRSD	Qtª Anjo	11.3.12
42,00		Cláudia	Ferreira	120176	CAS	S.Jacinto	08.8.93
41,92		Clara	Freitas	160962	FCP	Vigo	18.7.84
41,27		Micaela	Sereno	140400	JV	Leiria	01.7.15
40,86		Daniela	Carvalho	060174	CIPA	Maia	13.6.92
40,86		Mónica	Rocha	090570	CIPA	S.Jacinto	04.4.93
40,80		Marta	Carvalho	090580	ADCC	Braga	29.6.97
(40)							
40,66		Margarida	Ferreira	271094	ADREP	V.N.Cerveira	25.6.13
40,54		Catarina	Gomes	060678	SLB	Lisboa (U)	10.7.02
40,42		Elsa	Cruz	100197	CCDR	Leiria	28.2.15
40,35		Tânia	Pinhão	010688	GRECAS	Luso	16.6.07
40,22		Amália	Almeida	271254	FCP	Vigo	28.8.83
40,14		Rosa	Domingues	190183	CC	Aveiro	11.7.99
39,76		Amélia	Lopes	100462	BFC	Vigo	26.7.86
39,76		Carla	Almeida	180885	FCP	Qtª Anjo	21.3.04
39,60		Dina	Oliveira	160268	SCP	Lisboa (N)	14.8.88
38,90	Ana	Paula	Gonçalves	211262	CSM	Funchal	06.6.90
(50)							
38,90		Célia	Cirineu	081273	ARCO	S.Jacinto	07.8.93
Martelo (43,91)							
69,55		Vânia	Silva	080680	SCP	V.R.StªAntª	29.5.11
67,14		Sónia	Alves	030679	SCP	Qtª Anjo	20.3.04
64,59	Maria	José	Conde	260880	SCB	Porto (I)	12.3.05
61,47	Ana	Luzia	Durão	210586	ADRCL	Halle	23.5.04
59,38		Diana	Sousa	150186	ACM	A.Heroísmo	13.7.05
58,21		Sónia	Martins	250378	CAM	Porto (I)	22.7.00
57,72		Jorgina	Costa	201093	SLB	Quinta do Anjo	09.3.14
57,56		Daniela	Paço	260896	ADCL	Donetsk	12.7.13
57,21		Rute	Piedade	210981	CAM	Mª Grande	19.7.05
56,51		Marisa	Fernandes	090685	SCV	Lovelhe	07.2.04
(10)							
54,73		Sónia	Grácio	260374	BFC	Qtª Anjo	18.3.00
54,36	Ana	Rita	Henriques	251192	ACDRA	Leiria	13.6.09
54,33		Andreia	Venade	160392	ADCL	Lovelhe	29.6.11
53,65		Ana	Fernandes	310198	ADCL	Braga	04.7.15
53,48		Irina	Sustelo	250283	Bélgica	Nivelles	28.6.14
53,24		Cláudia	Nóbrega	030990	GDE	Lovelhe	05.4.09
53,22		Paula	Borba	101283	ACM	A.Heroísmo	02.5.04
52,90	Ana	Lúcia	Correia	250281	JOMA	Braga	30.7.00
52,21		Mónica	Fernandes	200787	SCP	Lisboa (N)	15.7.07
51,78		Vanessa	Rebello	021188	ACM	A.Heroísmo	21.5.05
(20)							
51,58		Alda	Fernandes	280593	ACRSD	V.Castelo	26.5.12
51,30		Cátia	Vitorino	091085	AACC	Almada	04.6.05



50,95		Rute	Piedade	210981	JOMA	Leiria	25.7.10
50,86	Maria	João	Rodrigues	010796	ADCL	C.Vide	01.7.12
50,18		Jéssica	Galvão	180395	ACDRA	Leiria	22.3.11
49,84		Patrícia	Penteado	140992	SLB	Lisboa (I)	11.5.13
49,77		Cristiana	Oliveira	300684	CAMG	Leiria	19.7.01
49,23		Nicole	Magalhães	220694	GRQL	Quinta do Anjo	09.3.14
48,93		Filipa	Vasconcelos	211091	GDE	Seia	14.6.09
48,50	Ana Catarina	Vidal	Costa	070279	SCP	Lisboa (U)	28.1.06
(30)							
48,46		Cláudia	Ferreira	120176	SCP	Lisboa (U)	17.3.96
47,95		Joana	Silva	090384	GDE	Funchal	19.7.03
47,46		Andreia	Lopes	030886	COP	V.R.StºAntónio	19.6.04
47,51		Catarina	Abreu	290396	JDN	Luso	05.7.14
47,42		Sandra	Santos	100484	GS-RC	Luso	17.7.11
47,02		Fernanda	Silva	181181	FCP	Guimarães	24.5.03
46,99		Inês	Domingos	260395	CAMG	Pombal	13.6.15
46,86		Rafaela	Moutinho	020197	ACFR	Leiria	08.8.15
46,62		Gabriela	Venade	040791	ADCL	V.N.Cerveira	23.7.08
46,20		Joana	Esgueirão	010192	GRECAS	V.N.Cerveira	27.3.10
(40)							
45,97		Sandra	Santos	000084	GS-RC	Luso	23.5.10
45,71		Daniela	Teixeira	140791	GDE	Viseu	05.7.09
45,50		Joana	Rebello	020293	ACM-AH	A.Heroísmo	22.6.10
45,32		Angela	Martins	111083	CABB	Qtª. Anjo	24.3.01
44,73		Antónia	Borges	111083	SCP	Lisboa (U)	10.6.11
44,61		Ana	Alves	280787	FCP	Leiria	30.7.06
44,60		Vera	Leitão	200680	QFC	Qtª. Anjo	01.3.98
44,50		Jessica	Galvão	180395	SLB	Leiria	02.3.13
44,29		Tatiana	Fernandes	260481	JV	Leiria	01.4.00
43,91		Milene	Jesus	000099	GDE	Braga	04.7.15
(50)							
Dardo (38,22)							
59,76		Sílvia	Cruz	291280	SCP	Leiria	21.6.08
52,96		Marisela	Silva	210585	GDE	Viseu	01.5.07
52,52		Cristina	Ferreira	221179	CAM	Seia	03.8.03
52,29		Carla	Ratão	060682	EALAB	Niort	03.8.07
50,77		Helena	Gouveia	240472	CSM	Funchal	02.6.99
50,06		Elisabete	Silva	250492	COD	Lisboa (U)	10.7.11
49,03		Joana	Gonçalves	220283	JV	Lisboa (U)	08.6.03
48,25	Ana	Alexandra	Pires	101287	FCP	P.Varzim	10.7.05
46,22		Alexandra	Gonçalves	061179	SLB	V.R.Stº Antº	02.6.02
46,11		Cláudia	Ferreira	310198	CYCL	Porto (I)	01.2.15
(10)							
46,00	Ana	Marta	Mendes	030695	JV	Leiria	26.5.13
45,33		Cristina	Almeida	010775	BFC	Coimbra (M)	27.6.99
44,89		Sofia	Pires	011086	CAT	R.Maior	11.6.06
43,78		Cátia	Silva	150184	CAM	Funchal	24.7.02
43,64		Benvinda	Costa	291289	MKED	Seixal	27.3.10
43,55		Teresa	Ribeiro	230888	FCP	Seixal	20.7.08
42,95		Cátia	Costa	290491	MKED	Leiria	05.3.11
42,56		Beatriz	Resendes	300594	NSSM	Pombal	28.6.15
42,37		Sara	Fernandes	100585	CFB	Leiria	01.3.14
42,32		Nanci	Sousa	280990	JV	Leiria	25.7.10
(20)							
41,81		Naide	Gomes	211179	SCP	Lisboa (A)	10.5.03
41,68		Verónica	Jerónimo	140191	SLB	Lisboa (AL)	09.6.10
41,49	Maria	Céu	Cunha	130263	CVC	Coimbra	19.4.04
41,39		Flávia	Costa	150694	ADREP	Leiria	03.3.12
40,96		Cátia	Vitorino	091085	AACC	Abrantes	03.7.05
40,86		Mónica	Sousa	030574	GDC	Almada	16.7.00
40,81	Lúisa	Filipa	Freitas	110284	CAM	Funchal	15.3.03
40,68		Sara	Custódio	220191	JOMA	Leiria	21.2.09
40,67		Marlene	Araújo	190293	SLB	Leiria	01.3.14
40,50		Alda	Álamo	090374	ACM-AH	A.Heroísmo	11.7.99
(30)							
40,50		Fátima	Ribeiro	280591	GDE	R.Brava	27.5.15
40,44		Carla	Macedo	221090	GDE	Leiria	01.3.08
40,41		Carina	Gomes	050681	ECSL	Huelva	07.8.04
40,38		Rubina	Serrão	251281	CSM	Lisboa (U)	08.6.03
40,12		Lara	Almeida	140580	GSADF	Viseu	19.7.03



39,99	Ana	Sofia	Inês	290177	CNRM	Lisboa (U)	08.8.99
39,90		Cristina	Costa	101267	CIPA	Maia	03.6.89
39,62		Sónia	Cabral	310186	COD	P.Varzim	10.7.05
39,53		Sónia	Rodrigues	280682	COD	A. Heroísmo	17.7.05
39,47		Cláudia	Ramoia	010490	SCB	Leiria	14.6.09
(40)							
39,39		Alexandra	Fernandes	040684	BA	C.Rainha	06.7.02
39,23		Liliana	Cá	051186	GRQL	Covilhã	26.6.04
39,12		Joana	Caldas	290981	SCB	Maia	23.5.01
39,03		Sónia	Borges	260885	GDAC	P.Delgada	17.7.05
38,96		Lecabela	Quaresma	261289	SCP	Lisboa	18.7.15
38,45		Irina	Sustelo	250283	ESC		.00
38,44	Vera	Andrade	Lopes	010482	OCL	Lagos	17.6.07
38,34		Tânia	Pinhão	010688	GRECAS	Leiria	30.4.07
38,30		Ana	Cerqueira	170389	FCP	Maia	03.12.05
38,22	Ana	Rita	Ferreira	281191	ACDRA	Abrantes	28.6.08
(50)							

Heptatlo (4254)

6230		Naide	Gomes	201179	SCP	Logroño	17.7.05
		(13,54=1,79=13,87=24,87=6,39=41,66=2.17,00)					
5792		Lecabela	Quaresma	261289	SCP	Inowroclaw	05.7.15
		(13,90=1,72=11,59=25,35=6,13=37,25=2.12,65))					
5347		Rafaela	Vitorino	180895	SLB	Inowroclaw	05.7.15
		(14,61=1,75=10,87=25,89=5,61=31,39=2.13,91)					
5330		Sónia	Machado	191076	BFC	Lisboa (U)	11.5.97
		(13,99=1,73=10,47=26,06=5,90=31,14=2.22,52)					
5293		Patrícia	Mamona	211188	SCP	Durham	22.4.11
		(13,60 (1,1)=1,69=10,62=25,00 (1,8)=5,85 (0,2)=25,07=2.24,03)					
5272		Mónica	Sousa	030574	GDC	Lisboa (U)	28.4.96
		(15,06=1,71=11,48=25,95=5,53=42,80=2.28,47)					
5271		Sandra	Turpin	050676	SLB	Lisboa (U)	06.8.95
		(14,05=1,75=12,14=26,30=5,85=38,08=2.45,7)					
5228		Conceição	Alves	010758	SCP	Lisboa (A)	15.5.83
		(14,3=1,72=12,65=26,0=5,55=38,34=2.36,3)					
5218		Ana M.	Oliveira	180795	GAF	Ribeira Brava	06.7.14
		(14,69=1,81=10,09=26,15=5,92=27,09=2.23,41)					
5194		Cláudia	Rodrigues	111189	ACRSD	Ribeira Brava	06.7.14
		(14,78=1,72=11,15=26,13=5,53=34,81=2.23,51))					
(10)							
5165		Carina	Gomes	050681	LAVRA	Huelva	07.8.04
		(14,78=1,61=10,30=26,36=5,56=40,40=2.18,76)					
5163		Catarina	Costa	030889	SLB	Telavive	27.6.10
		(14,86(0,3)=1,69=9,09=25,04(0,3)=5,39(3,6)=33,09=2.14,17)					
5158		Sofia	Pires	011086	CAT	Rio Maior	10.6.06
		(14,98=1,65=10,94=27,23=5,67=44,89=2.27,56)					
5128		Nora	Araújo	290959	SLB	Filadelfia	21.4.82
		(15,1=1,71=12,21=26,8=5,58=36,50=2.24,9)					
5049		Sónia	Carvalho	100577	SCP	Esbjerg	02.7.00
		(14,41=1,81=10,25=27,93=5,84=29,31=2.30,2)					
5004		Rubina	Serrão	251281	CSM	Funchal	19.6.05
		(14,71=1,56=11,39=25,94=5,18=37,98=2.23,63)					
4948	Maria	José	Valamatos	140771	SLB	Lisboa (U)	06.8.95
		(14,45=1,57=7,77=24,78=5,52=28,78=2.16,0)					
4886		Catarina	Rafael	100977	BA	Lisboa (U)	28.4.96
		(15,55=1,26=10,70=27,41=5,58=37,30=2.19,15)					
4855		Susana	Estriga	160775	FCP	Kaunas	01.7.01
		(15,09=1,48=11,20=25,89=5,49=33,46=2.23,86)					
4844		Anabela	Neto	250391	SCP	Luso	03.5.15
		(15,32= 1,83=11,05= 27,49=5,49= 26,81= 2.33,89)					
(20)							
4826	Vera	Lisa	Vilas	57	SLB	Lisboa (N)	15.7.84
		(15,0=1,60=8,96=25,2=5,87=30,26=2.31,1)					
4825	Isabel	Cristina	Morujão	160273	SCP	Lisboa (N)	14.7.91
		(15,48=1,50=9,08=25,08=6,00=31,12=2.27,25)					
4823	Ana	Marisa	Vieira	301279	CAM	Lisboa (U)	20.6.04
		(15,11=1,59=9,91=26,62=5,40=32,83=2.21,55)					



4788		Cristina	Ferreira	211179	CSM	Harentals	04.7.99
		(15,73=1,54=12,79=26,66=4,91=43,79=2.23,79)					
4760	Maria Carmo	Lima	Alves	160775	NSIT	Lisboa (U)	20.6.04
		(14,55=1,62=9,02=26,26=5,45=23,80=2.20,74)					
4659		Ana	Ferreira	130678	CAM	Braga	01.6.03
		(15,11=1,54=10,58=27,04=5,28=32,13=2.26,53)					
4655		Cristina	Falé	230657	GDQ	Lisboa (U)	28.7.96
		(14,9=1,57=9,93=26,67=5,77=28,98=2.35,25)					
4594		Liliana	Viana	240885	GDE	Tallin	06.7.03
		(15,46=1,77=10,04=27,76=5,27=30,57=2.40,39)					
4557		Catarina	Fernandes	000098	SCP	Braga	05.7.15
		(15,16=1,64=10,36=26,49=5,61=30,75=2.54,13)					
4556		Carla	Ratão	060682	França	Vénissieux	11.5.14
		()					

(30)

4544		Sandra	Barreiro	190171	SLB	Lisboa (U)	06.8.95
		(13,50=1,33=9,80=26,78=5,55=22,54=2.39,9)					
4533		Isabel	Areias	270185	GS-RC	Lisboa (U)	23.5.10
		(16,37(-1,2)=1,57=8,61=27,71(-2,3)=5,53(3,5)=31,63=2.17,91)					
4531		Graça	Borges	100559	SLB	Lisboa (N)	01.7.84
		(15,4=1,65=10,08=27,3=5,16=33,18=2.34,8)					
4514		Witiney	Barata	310188	JOMA	R.Maior	25.4.10
		(14,90(1,4)=1,51=10,58=26,86(1,4)=5,37(0,6)=25,09=2.30,28)					
4499		Rosa	Domingues	190183	GRECAS	Aveiro	20.5.02
		(15,9=1,61=11,71=27,0=5,40=29,85=2.39,7)					
4490		Sara	Borges	020478	SCP	Lisboa (U)	28.7.96
		(14,8=1,66=7,89=26,33=5,50=25,52=2.38,08)					
4458		Patrícia	Inácio	040475	BA	Viseu	08.5.94
		(15,84=1,64=8,97=27,62=5,27=29,64=2.28,36)					
4456		Cátia	Ferreira	180683	JV	Rio Maior	10.6.07
		(15,43=1,56=8,19=25,35=5,63=24,92=2.38,10)					
4447		Isabel	Abrantes	200273	SLB	Lisboa (N)	21.3.93
		(14,37=1,45=8,52=26,18=6,00=27,92=2.51,00)					
4435		Tânia	Caíres	031287	CSM	Luso	12.6.11
		(15,71 (0,9)=1,44=10,76=26,78 (0,2)=5,23 (2,6)=29,10=2.26,48)					

(40)

4430	Carla	Almeida	Pinto	180885	BFC	Rio Maior	10.6.06
		(16,26=1,50=14,08=27,65=5,12=32,59=2.41,99)					
4415		Ana	Oliveira	090163	SLB	Lisboa (N)	20.8.89
		(14,85=1,58=8,38=26,98=6,01=29,01=2.57,26)					
4415		Joana	Frias	070388	CAM	Machico	07.5.06
		(16,51(3,2)=1,38=8,37=26,30(1,7)=4,76=24,29=2.29,97)					
4413	Isabel	Pires	Silva	000064	ISEF	Lisboa (N)	30.4.89
		(15,5=1,56=10,67=27,1=5,31=30,94=2.39,2)					
4403		Ana	Morais	220365	SCP	Lisboa (N)	16.8.87
		(17,7=1,50=11,16=27,4=4,79=44,02=2.23,7)					
4391		Ivone	Camacho	000074	CAM	Lisboa (N)	02.5.93
		(14,82=1,44=8,19=26,57=5,07=29,72=2.24,74)					
4364	Maria	João	Sousa	270680	GDC	Beja	03.6.01
		(16,03=1,55=10,98=27,48=5,06=32,79=2.37,44)					
4343		Ana	Mota	090167	BFC	Lisboa (U)	28.4.96
		(16,09=1,62=8,28=26,98=5,36=22,62=2.25,32)					
4330		Carla	Gama	241190	SLB-L	Rio Maior	25.4.10
		(15,40(1,4)=1,42=9,57=26,47(1,4)=5,51(3,1)=23,51=2.30,15)					
4254		Mafalda	Oliveira	060582	CCSJM	Aveiro	20.3.01
		(15,4=1,49=8,70=26,6=4,96=30,83=2.31,6)					

(50)

4254		Eva	Vital	080792	ACDRA	Lisboa (U)	03.5.08
		(15,01=1,50=8,60=26,25=5,70=17,52=2.39,15)					
4254		Sónia	Machado	000096	JV	Braga	05.7.15
		(17,08=1,52=10,67=26,49=5,41=26,24=2.36,41)					

20 Km-marcha/20.000 met.-marcha (pista) (2.12.02)

1.27.46		Ana	Cabecinha	290481	COP	Pequim	21.8.08
1.27.55		Susana	Feitor	280175	CNRM	Rio Maior	02.4.01
1.28.02	Vera	Lúcia	Santos	031281	SCP	Taicang	03.5.14
1.29.30		Inês	Henriques	010580	CNRM	Corunha	01.6.13
1.31.19,2 (p.)	Maribel	Gonçalves	Conceição	010478	GDE	Lisboa (U)	31.7.04



1.33.58,1p.		Sofia	Avoila	300776	CDM	Lisboa (U)	21.7.01
1.35.06		Isilda	Gonçalves	111169	CDM	Rio Maior	07.4.01
1.35.43		Daniela	Cardoso	151291	LMA-L	R.Maior	18.4.15
1.38.33		Mara	Ribeiro	110595	CNRM	Tallinn	10.7.15
1.41.12	Sandra	Vieira	Leitão	011175	FCP	Beja	21.2.04
(10)							
1.41.41		Carla	Monteiro	290382	BFC	Grândola	25.1.03
1.41.48,2 p.		Teresa	Costa	080782	SCB	Guarda	05.7.03
1.42.07		Fátima	Rodrigues	130586	GSRC	Coruna	02.6.07
1.42.09		Sandra	Silva	210975	GRECAS	Quarteira	01.2.14
1.42.41		Mariana	Mota	270595	SLB	R.Maior	18.4.15
1.42.56		Nádia	Cancela	240493	SLB	Corunha	01.6.13
1.43.50		Filipa	Ferreira	051194	COP	Quarteira	01.2.14
1.45.31	Ana	Cláudia	Conceição	310189	SCB	Corunha	20.6.09
1.46.18		Victória	Oliveira	300892	JV	Rio Maior	05.4.14
1.46.45		Sandra	Monteiro	050992	SLB	Quarteira	18.3.12
(20)							
1.46.52		Cristina	Almeida	030276	BFC	Naumburg	23.5.98
1.47.46		Alexandra	Lamas	190672	CAG	Rio Maior	05.4.14
1.48.22	Marisa	Soares	Pereira	160980	FCP	Mealhada	01.3.08
1.49.10		Andreia	Freitas	020483	CAM	B.Banheira	26.2.05
1.49.28		Lígia	Gonçalves	111169	MCMt	Cacia	08.2.98
1.49.49		Márcia	Silva	160587	BFC	F.Alentejo	03.3.07
1.50.06		Alice	Fernandes	260352	GDL	Porto	21.5.00
1.51.03		Sheila	Azevedo	280882	JDF	Valongo	16.2.02
1.51.11		Liliana	Martins	200790	GCAD	R.Maior	09.4.11
1.52.43	Ana	Raquel	Marques	210983	CSM	Rio Maior	02.4.05
(30)							
1.53.18	Ana	Rita	Gonçalves	220480	JDN	S.J.Madeira	01.3.03
1.54.22		Dora	Cabrita	280271	SCP	Rio Maior	27.3.99
1.54.41	Lídia	Santos	Pereira	070467	GDR	Rio Maior	14.4.07
1.55.03		Mónica	Pereira	311278	GDE	P.Sôr	05.3.00
1.55.23		Paula	Magalhães	030165	JV	Beja	21.2.04
1.56.52		Mónica	Gonçalves	270684	CNRM	Beja	21.2.04
1.58.42		Vanda	Ribeiros	161278	COP	Cacia	08.2.99
2.00.53		Sílvia	Torres	211179	COP	Setúbal	07.2.99
2.03.30		Carla	Soares	260280	JV	Porto	21.5.00
2.05.04		Patrícia	Dias	190182	CDM	Rio Maior	15.4.00
(40)							
2.05.53		Noélia	Guerra	160388	CUAB	Rio Maior	15.4.00
2.06.08		Sónia	Henriques	250878	CNRM	Rio Maior	05.4.03
2.07.19		Rosa	Bastos	300575	GDL	P.Sôr	05.3.00
2.09.05		Anabela	Moreira	190870	COP	Quarteira	04.2.14
2.09.22		Cecília	Duarte	260280	JV	Viseu	17.2.01
2.09.30	Susana	Cristina	Carvalho	070177	FCP	Cacia	08.2.98
2.11.47		Márcia	Marques	190982	CCSJM	S.J.Madeira	01.3.03
2.12.02		Viviana	Meneses	090881	ADA	Beja	21.2.04

4x100 metros (46,53)

44,70		SN	Leiria	20.6.09
	Eva Vital (92), Naide Gomes (79), Carla Tavares (82), Sónia Tavares (86)			
44,72		SN	Estocolmo	18.6.11
	Andreia Felisberto (86), Carla Tavares (82), Sónia Tavares (86), Naide Gomes (79)			
44,75		SN	Lisboa (U)	19.7.98
	Maria Carmo Tavares (74), Natália Moura (69), Lucrecia Jardim (71), Severina Cravid (78)			
44,98		SN	Milan	23.6.07
	Sónia Tavares (86), Carla Tavares (82), Susana Vieira (80), Patrícia Lopes (82)			
45,04		SN	Bydgoszcz	03.6.12
	Eva Vital (92), Andreia Felisberto (86), Carla Tavares (82), Tânia Duarte (90)			
45,04		SN	Dublin	22.6.13
	Eva Vital (92), Tânia Duarte (90), Carla Tavares (82), Sónia Tavares (86)			
45,13		SLB	Lisboa (N)	05.6.88
	Virgínia Gomes (64), Maria João Lopes (62), Graziela Guerreiro (64), Lucrecia Jardim (71)			
45,21		SN/SLB	Rotterdam	12.6.93
	Maria Carmo Tavares (74), Sandra Castanheira (73), Cristina Regalo (69), Lucrecia Jardim (71)			
45,22		SN/SCP	Lisboa (U)	28.6.96
	Natália Moura (69), Cristina Morujão (73), Paula Cristina Regalo (69), Lucrecia Jardim (71)			



45,26		SN	Heraklion	20.6.15
	Olimpia Barbosa (95), Carla Tavares (82), Cátia Santos (94), Rivinilda Mentai (94)			
(10)				
45,27		SN	Lisboa (N)	10.6.92
	Virgínia Gomes (64), Cristina Morujão (73), Cristina Regalo (69), Lucrecia Jardim (71)			
45,27		SN	Sevilla	23.6.02
	Patrícia Lopes (82), Severina Cravid (78), Tânia Freitas (80), Carla Tavares (82)			
45,37		SCP	V.R.Stº Antº	28.5.11
	Glória Santo (83), Naide Gomes (79), Carla Tavares (82), Sónia Tavares (86)			
45,44		SCP	Lisboa (U)	12.6.10
	Glória Santo (83), Naide Gomes (79), Carla Tavares (82), Sónia Tavares (86)			
45,47		SN	Salónica	17.6.05
	Sónia Tavares (86), Susana Vieira (80), Carla Tavares (82), Rafaela Almeida (83)			
45,48		SCP	Viseu	01.6.96
	Sandra Almeida (75), Isabel Cristina Morujão (73), Paula Cristina Regalo (69), Lucrecia Jardim (71)			
45,55		SN	Coruna	20.8.88
	Cláudia Gomes (66), Cristina Regalo (69), Fernanda Pereira (67), Lucrecia Jardim (71)			
45,68		SN	Telaviv	12.6.99
	Maria Carmo Tavares (74), Natália Moura (69), Cristina Regalo (69), Lucrecia Jardim (71)			
45,73		SN	Wattenscheid 02.8.09	
	Andreia Felisberto (86), Tânia Duarte (90), Carla Tavares (82), Eva Vital (92)			
45,80		SN	Leiria	21.6.08
	Sónia Tavares (86), Carla Tavares (82), Cátia Ferreira (83), Patrícia Lopes (82)			
(20)				
45,81		SN	Valencia	11.4.94
	Maria Carmo Tavares (74), Natália Moura (69), Cristina Regalo (69), Lucrecia Jardim (71)			
45,81		SN	Tallinn	21.6.14
	(Carla Gama (90), Carla Tavares (82), Susana Santos (90), Teresa Carvalho (95))			
45,85		SN	Leiria	18.6.05
	Carla Tavares (82), Severina Cravid (78), Susana Vieira (80), Sónia Tavares (85)			
45,88		SN	Athina	16.6.90
	Emília Tavares (64), Maria Carmo Prazeres (67), Graziela Guerreiro (64), Lucrecia Jardim (71)			
45,88		SCP	Lisboa (N)	15.5.93
	Virgínia Gomes (64), Cristina Morujão (73), Sandra Barreiro (71), Natália Moura (69)			
45,92		SN	Dublin	05.8.89
	Maria Carmo Prazeres (67), Emília Tavares (64), Alexandra Pina (72), Virgínia Gomes (64)			
45,92		SN	Budapeste	19.6.10
	Eva Vital (92), Naide Gomes (79), Ungudi Quiwacana (90), Sónia Tavares (86)			
45,96		E.Mista	Lisboa (U)	10.6.08
	Sónia Tavares (86), Carla Tavares (82), Cátia Ferreira (83), Andreia Felisberto (86)			
46,00		SCP	Fátima	31.5.14
	(Olimpia Barbosa (95), Andreia Felisberto (86), Bárbara Andrade (98), Carla Tavares (82))			
46,08		SCP	V.R.Stº Antº	29.5.10
	Sónia Tavares (86), Carla Tavares (86), Naide Gomes (86), Glória Santo (86)			
(30)				
46,09		SN	Sevilla	19.7.92
	Virgínia Gomes (64), Alexandra Pina (72), Natália Moura (69), Cristina Regalo (69)			
46,09		SN	Rio Maior	11.6.06
	Sónia Tavares (86), Susana Vieira (80), Carla Tavares (82), Rafaela Almeida (83)			
46,14		SLB	Lisboa (A)	23.5.87
	Virgínia Gomes (64), Maria João Lopes (62), Graziela Guerreiro (64), Maria Carmo Prazeres (67)			
46,16		SCP	Lisboa (A)	17.5.97
	Sandra Almeida (75), Natália Moura (69), Cristina Regalo (69), Lucrecia Jardim (71)			
46,20		SN	Basileia	10.6.95
	Maria Carmo Tavares (74), Sandra Castanheira (73), Cristina Regalo (69), Natália Moura (69)			
46,20		SLB	Lisboa (U)	22.7.95
	Maria Carmo Tavares (74), Sandra Castanheira (73), Sandra Barreiro (71), Maria José Valamatos (71)			
46,23		SN	Velenje	21.6.03
	Cátia Ferreira (83), Severina Cravid (78), Patrícia Lopes (82), Carla Tavares (82)			
46,26		SLB	Fátima	31.5.14
	(Teresa Carvalho (95), Tânia Duarte (90), Susana Santos (90), Eva Vital (92))			
46,27		SN/SUB-23	Kevelaer	03.6.95
	Maria Carmo Tavares (74), Sandra Castanheira (73), Isabel Abrantes (73), Cristina Morujão (73)			



46,29 SCP Maia 14.6.98
Sara Borges (78), Natália Moura (69), P. Cristina Regalo (69), Lucrecia Jardim (71)

(40)

46,32 SN V.R. Stº Antº 06.6.99
Maria Carmo Tavares (74), Natália Moura (69), Cristina Regalo (69), Severina Cravid (78)

46,39 SN Istambul 19.6.04
Carla Tavares (82), Severina Cravid (78), Patrícia Lopes (82), Nédia Semedo (78)

46,40 SCP Maia 24.5.92
Sandra Almeida (75), Isabel Cristina Morujão (73), Sandra Barreiro (72), Natália Moura (68)

46,40 SN Leiria 01.6.07
Sónia Tavares (86), Carla Tavares (82), Susana Vieira (80), Cátia Ferreira (83)

46,42 SLB Maia 24.5.92
Maria Carmo Tavares (74), Maria João Valamatos (71), Lucrecia Jardim (71), Virgínia Gomes (64)

46,44 SN Lisboa (N) 20.8.83
Cristina Lourenço (60), Vera Lisa Vilas (57), Maria João Lopes (62), Virgínia Gomes (64)

46,45 Eq.Mista Massamá 13.5.06
Sónia Tavares (86), Susana Vieira (80), Carla Tavares (82), Rafaela Almeida (83)

46,49 SCP Lisboa (U) 24.6.95
Emília Tavares (64), Sónia Fernandes (71), Sandra Almeida (75), Natália Moura (69)

46,52 SCP Moskva 29.5.04
Naide Gomes (79), Severina Cravid (78), Patrícia Lopes (82), Carmo Tavares (74)

46,53 SN Lisboa (U) 23.5.98
Ilda Bartolomeu (74), Sandra Castanheira (73), Paula Cristina Regalo (69), Natália Moura (69)

(50)

46,53 SLB Lisboa (U) 09.6.12
Vera Fernandes (94), Tânia Duarte (90), Susana Santos (90), Eva Vital (92)

4x400 metros (3.42,13)

3.29,38 SN Barcelona 07.8.92
Marta Moreira (66), Eduarda Coelho (68), Elsa Amaral (66), Lucrecia Jardim (71)

3.34,62 SN Milan 24.6.07
Carla Tavares (82), Carla Ratão (82), Patrícia Lopes (82), Maria Carmo Tavares (74)

3.34,76 SN Stuttgart 21.8.93
Marta Moreira (66), Elsa Amaral (66), Cristina Regalo (69), Natália Moura (69)

3.35,41 SN Zurique 16.8.14
(Filipa Martins (92), Vera Barbosa (89), (Dorothe Évora (91), Cátia Azevedo (94)

3.35,73 SN Lisboa (U) 29.6.96
Natália Moura (69), Maria Carmo Tavares (74), Eduarda Coelho (68), Elsa Amaral (66)

3.36,15 SCP Leiria 21.6.09
Vera Barbosa (89), Joceline Monteiro (90), Maria Carmo Tavares (74), Patrícia Lopes (82)

3.36,25 SN Viseu 23.6.91
Marta Moreira (66), Eduarda Coelho (68), Maria João Lopes (62), Elsa Amaral (66)

3.36,37 SN Oslo 09.7.00
Sandra Teixeira (78), Tânia Freitas (80), Nédia Semedo (78), Natália Moura (69)

3.36,78 SN Dublin 08.6.97
Natália Moura (69), Cristina Regalo (69), Maria Carmo Tavares (74), Alexandra Pina (72)

3.36,88 SN Tallinn 22.6.14
(Andreia Crespo (93), Vera Barbosa (89), Filipa Martins (92), Cátia Azevedo (94)

(10)

3.36,89 SN Rotterdam 13.6.93
Marta Moreira (66), Natália Moura (69), Elsa Amaral (66), Lucrecia Jardim (71)

3.37,28 SN Ostrava 17.7.11
Dorothe Évora (91), Vera Barbosa (89), Joceline Monteiro (90), Cátia Nunes (90)

3.37,39 SN Velenje 22.6.03
Patrícia Lopes (82), Sandra Teixeira (78), Tânia Freitas (80), Maria Carmo Tavares (74)

3.37,43 SN Leiria 19.6.05
Patrícia Lopes (82), Joana Frias (88), Maria Carmo Tavares (74), Sandra Teixeira (78)

3.37,45 SN Heraklion 21.6.15
Patrícia Lopes (82), Dorothe Évora (91), Andreia Crespo (93), Cátia Azevedo (94)

3.37,47 Sel.Un. Buffalo 18.7.93
Natália Moura (69), Eduarda Coelho (68), Cristina Regalo (69), Elsa Amaral (66)

3.37,68 SCP V.R.Stº Antº 29.5.11
Carla Tavares (82), Patrícia Lopes (82), Vera Barbosa (89), Cátia Nunes (90)



3.37,70	SN	Ostrava	03.8.91
	Carla Sacramento (71), Albina Gavina (73), Maria João Lopes (62), Elsa Amaral (66)		
3.37,86	SCP	Mersin	31.5.15
	Carla Tavares (82), Patrícia Lopes (82), Miriam Tavares (91), Cátia Azevedo (94)		
3.37,89	SN	Velenje	22.6.03
	Patrícia Lopes (82), Sandra Teixeira (78), Tânia Freitas (80), Maria Carmo Tavares (74)		
(20)			
3.38,07	SN	Budapeste	20.6.10
	Cátia Nunes (90), Catarina Costa (), Joceline Monteiro (90), Vera Barbosa (89)		
3.38,27	SCP	Castellón	31.5.09
	Carla Tavares (82), Joceline Monteiro (90), Maria Carmo Tavares (74), Patrícia Lopes (82)		
3.38,81	SN	Dublin	06.8.89
	Eduarda Coelho (68), Carla Sacramento (71), Maria João Valamatos (71), Elsa Amaral (66)		
3.39,14	SN	Leiria	22.6.08
	Carla Ratão (82), Joceline Monteiro (90), Patrícia Lopes (82), Maria Carmo Tavares (74)		
3.39,35	SN	V.R.Stº.António	25.5.14
	(Filipa Martins (92), Patrícia Lopes (82), Vera Barbosa (89), Cátia Azevedo (94)		
3.39,37	SN	S.Fernando	06.6.10
	Cátia Nunes (90), Joceline Monteiro (90), Patrícia Lopes (82), Vera Barbosa (89)		
3.39,63	SCP	Lisboa (U)	10.6.12
	Vera Barbosa (89), Cátia Azevedo (94), Cátia Nunes (90), Joceline Monteiro (90)		
3.39,69	SN	Marseille	15.6.14
	(Márcia Cardoso (94), Filipa Martins (92), Andreia Crespo (93), Cátia Azevedo (94)		
3.39,71	SN	Basileia	11.6.95
	Natália Moura (69), Cristina Regalo (69), Maria Carmo Tavares (74), Lucrécia Jardim (71)		
3.39,82	SN	Dublin	23.6.13
	Dorothe Évora (91), Cátia Azevedo (94), Carolina Duarte (90), Joceline Monteiro (90)		
(30)			
3.39,92	SN	Athina	17.6.90
	Eduarda Coelho (68), Maria João Valamatos (71), Maria José Valamatos (71), Elsa Amaral (66)		
3.40,03	SCP	Lisboa (U)	22.6.96
	Lucrécia Jardim (71), Cristina Regalo (69), Marta Moreira (66), Natália Moura (69)		
3.40,25	SCP	V.R.Stº Antº	30.5.10
	Glória Santo (83), Carla Tavares (88), Joceline Monteiro (90), Patrícia Lopes (82)		
3.40,35	SN	Bruxelles	19.6.88
	Marta Moreira (66), Maria João Lopes (62), Teresa Oliveira (62), Elsa Amaral (66)		
3.40,41	SN	Istambul	20.6.04
	Joana Frias (88), Sandra Teixeira (78), Patrícia Lopes (82), Nédia Semedo (78)		
3.40,45	SN	Bydgoszcz	03.6.12
	Joceline Monteiro (90), Carolina Duarte (90), Dorothe Évora (91), Vera Barbosa (89)		
3.40,57	SN	Estocolmo	19.6.11
	Carla Tavares (82), Patrícia Lopes (82), Vera Barbosa (89), Cátia Nunes (90)		
3.40,59	SCP	Vagos	14.6.15
	Patrícia Lopes (82), Miriam Tavares (91), Filipa Martins (92), Cátia Azevedo (94)		
3.40,70	SCP	V.R.Stº.Antº	26.5.13
	Shaina Mags (92), Andreia Felisberto (86), Patrícia Mamona (88), Filipa Martins (92)		
3.40,79	SN	Helsínquia	30.6.12
	Carla Tavares (82), Carolina Duarte (90), Vera Barbosa (89), Joceline Monteiro (90)		
(40)			
3.40,84	SCP	Lisboa (U)	07.5.95
	Natália Moura (69), Celeste Rodrigues (77), Susana Cabral (72), Lucrécia Jardim (71)		
3.40,91	SN	Milan	31.5.92
	Eduarda Coelho (68), Lucrécia Jardim (71), Maria João Valamatos (71), Maria José Valamatos (71)		
3.40,92	SCP	Lisboa (U)	09.6.13
	Filipa Martins (92), Carolina Duarte (90), Joceline Monteiro (90), Cátia Azevedo (90)		
3.41,16	SLB	Lisboa (U)	25.6.95
	Eduarda Coelho (68), Maria José Valamatos (71), Maria Céu Nunes (76), Maria Carmo Tavares (74)		
3.41,23	SLB	Limassol	05.6.93
	Cristina Regalo (69), Maria José Valamatos (71), Sandra Castanheira (73), Eduarda Coelho (68)		
3.41,24	SN	Maia	12.8.90
	Marta Moreira (66), Albina Gavina (73), Cristina Regalo (69), Elsa Amaral (66)		
3.41,44	SN/SUB23	Kevelaer	04.6.95
	Albina Gavina (73), Sandra Castanheira (73), Maria Céu Nunes (76), Maria Carmo Tavares (74)		
3.41,78	SCP	Lisboa (I)	25.6.00
	Patrícia Rebelo (77), Sónia Fernandes (71), Sandra Teixeira (78), Natália Moura (69)		
3.41,96	SLB	Lisboa (N)	13.7.91



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

Desporto para a vida!

Largo da Lagoa, 15 B
2799-538 LINDA-A-VELHA
PORTUGAL
Telef. +351 214 146 020
www.fpatletismo.pt
JUNTE-SE A NÓS NO
facebook

3.42,13

Maria José Valamatos (71), Maria João Lopes (62), Carla Sacramento (71), Eduarda Coelho (68)
SCP Fátima
(Patrícia Lopes (82), Vera Barbosa (89), Cátia Azevedo(94), Filipa Martins (92)

01.6.14

(50)

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



RICOH