

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE ATLETISMO



OS MELHORES DO ANO 2016 JUVENIS FEMININOS

Marcas a 10 Julho.2016

José Costa

60 metros

8,54

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
7,50	pc	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	13.02	1 MFA t
7,78	pc	Joana Carlos	JUV	1999	JV	Lisboa	Campeonato Nacional 1ª Divisão PC	Lisboa (CAR)	09.01	3 PE 2 t
7,91	pc	Érica Grangeia	JUV	2000	GS	Coimbra	Campeonato Nacional 2ª Divisão PC	Pombal	05.03	1 t
7,99	pc	Jéssica Neto	JUV	1999	MAC	Porto	Campeonato Nacional Juniors	Braga	13.02	1 EI 2 t
8,00	pc	Vitória Monteiro	JUV	1999	AAPL	Setúbal	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	1 MF 2
8,01	pc	Catarina Karas	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	13.02	2 EI 7 t
8,04	pc	Maria da Silva	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	13.02	5 MF B t
8,05	pc	Fátima Coutinho	JUV	1999	CAM-VC	V. Castelo	Torneio Juvenil do Norte	Braga	09.01	1 EI 1
8,09	pc	Patrícia Rodrigues	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	5 F
8,09	pc	Cátia Rodrigues	JUV	1999	ADREP	Aveiro	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	2 M F 2
8,09	pc	Irina Vitorino	JUV	1999	JOMA	Lisboa	Torneio Georgete Duarte	Lisboa (CAR)	28.02	3 EI 2 t
8,12	0,5	Ema Camacho	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Campeonato Jovem Inverno	Ribeira Brava	09.01	1 S 1
8,13	pc	Sara Rodrigues	JUV	1999	SCB	Braga	Provas Preparação	Braga	23.01	2 S 2 t
8,15	-1,8	Carolina Narciso	JUV	1999	AASX	Setúbal	Campeonato Clubes Inverno	Almada	20.02	1 S 1 t
8,17	pc	Bárbara Silva	JUV	1999	LAVRA	Porto	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	PEN
8,17	pc	Diana Rodrigues - GBS	JUV	1999	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	4 MF 1
8,17	pc	Maria Luís Santos	JUV	1999	SLB	Lisboa	Torneio Georgete Duarte	Lisboa (CAR)	28.02	4 EI 1 t
8,18	pc	Tatiana Silva	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	13.02	4 EI 1 t
8,22	pc	Matilde Sousa	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Campeonato Juniores Pista Coberta	Pombal	16.01	1 EI 6 t
8,22	pc	Francisca Silva	JUV	2000	JUNI	Braga	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	3 EI 4
8,26	pc	Raquel Haar	JUV	1999	GDD	Évora	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	PEN
8,26	pc	Bárbara Mota	JUV	2000	ACV	Leiria	Campeonato de Juniores	Pombal	16.01	1 EI 5 t
8,27	pc	Fatoumata Diallo	JUV	2000	COP	Algarve	Campeonato de Inverno	VRS António	16.01	1 F t
8,28	pc	Ophélie Noualli - FRA	JUV	2000	CDCNAV	Porto	Campeonato Clubes PC -Apuramento	Braga	06.02	5 S 2 t
8,29	pc	Carolina Ribeiro	JUV	2000	UFCT	Santarém	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	PEN
8,29	pc	Sofia Castanhas	JUV	2000	GS	Coimbra	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	13.02	5 EI 1 t
8,34	pc	Raquel Marques	JUV	1999	SLB	Lisboa	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	PEN
8,35	pc	Beatriz Gameiro	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Meeting Moniz Pereira Pista Coberta	Lisboa (CAR)	09.01	5 EI 1 t
8,35	-1,8	Rita Neves	JUV	1999	GDC	Setúbal	Campeonato Clubes Inverno	Almada	20.02	2 S 1 t
8,35	pc	Inês Lopes	JUV	1999	CAMG	Leiria	Meeting Cidade de Pombal	Pombal	27.02	4 EI 1 t
8,37	0,5	Renata Rocha	JUV	1999	GDE	Madeira	Campeonato Jovem Inverno	Ribeira Brava	09.01	3 S 1
8,37	pc	Alina Humennyik - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Clubes PC -Apuramento	Pombal	07.02	PE 10 t
8,38	pc	Sara Silva	JUV	2000	CAA	Porto	Provas Preparação	Braga	23.01	7 S 2 t
8,39	pc	Inês Barros	JUV	2000	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	3 EI 1
8,39	pc	Beatriz Fernandes	JUV	2000	ACRDA	Leiria	Meeting Cidade de Pombal	Pombal	27.02	3 EI 3 t
8,40	pc	Berenice Vila	JUV	1999	EMOV	Porto	Torneio Juvenil do Norte	Braga	09.01	1 EI 2
8,40	-2,7	Ana Janeiro	JUV	1998	GDD	Évora	Campeonato de Inverno	V. Novas	09.01	1 S 2 t
8,40	pc	Júlia Gomes	JUV	2000	CAS	Guarda	Campeonato Clubes PC - Apuramento	Pombal	07.02	3 S 10 t
8,42	-1,0	Patrícia Alminhas	JUV	2000	VFC	Setúbal	Campeonato de Inverno	Almada	09.01	3 F t
8,44	pc	Rute Mota	JUV	1999	GAUB	Leiria	Campeonato Clubes PC - Apuramento	Pombal	07.02	4 PE 10 t
8,49	-1,3	Camila Rodrigues	JUV	1999	CARDES	Viseu	Torneio de Carnaval	Viseu	06.02	2
8,49	pc	Beatriz Rebelo	JUV	1999	DCB	C. Branco	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	13.02	6 EI 5 t
8,50	pc	Ana Filipa Marques	JUV	2000	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	5 EI 5
8,52	pc	Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato Juvenis Pista Coberta	Alpiarça	02.01	3 F
8,52	pc	Dânia Furk	JUV	2000	ACM-A	Terceira	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	4 EI 6
8,53	pc	Nadine Lopes	JUV	1999	UCE	Coimbra	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	4 EI 2
8,53	pc	Ana Frias	JUV	2000	CAMG	Leiria	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	5 EI 6

8,54

100 metros

13,24 / 12,20

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
11,65	1,4	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Meeting Internacional Stº António	Lisboa (U)	19.06	1 t
12,04	0,6	Joana Carlos	JUV	1999	JV	Leiria	Meeting de Salamanca	Salamanca	04.06	2 El 3 t
12,31	-0,2	Catarina Lourenço	JUV	2000	CASM	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1 F
12,26	0,0	Catarina Karas	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	1 El 1 t
12,43	1,9	Érica Grangeia	JUV	2000	GS	Coimbra	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	20.05	1 El 1 t
12,43	-0,2	Patrícia Rodrigues	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	3
12,50	-0,2	Beatriz Andrade	INIC	2001	SCUT	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	4 t
12,54	1,9	Sara Moreira	INIC	2001	ARLVG	Porto	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	20.05	3 El 1 t
12,57	1,7	Ema Camacho	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	04.06	1
12,57	-0,2	Fatoumata Baldé - GBS	JUV	2000	CASM	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	5
12,59	1,2	Fátima Coutinho	JUV	1999	CAM-VC	V. Castelo	Torneio Desporto Escolar	A. Valdevez	12.03	1
12,61	2,0	Fatoumata Diallo	JUV	2000	COP	Algarve	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	1 S 2
12,64	1,6	Jéssica Neto	JUV	1999	MAC	Porto	Provas Extra	Maia	21.05	1 S 1 t
12,65	0,1	Carolina Narciso	JUV	1999	AASX	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	22.05	1 F
12,67	-0,2	Maria da Silva	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	6
12,72	2,0	Cátia Rodrigies	JUV	1999	ADREP	Aveiro	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	2 S 2
12,76	1,8	Bárbara Mota	JUV	2000	ACV	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	1 F
12,76	2,0	Carolina Ribeiro	JUV	2000	UFCT	Santarém	Campeonato de Juniores	Rio Maior	04.06	1 F t
12,82	1,6	Patrícia Alminhas	JUV	2000	VFC	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Castro Verde	25.06	Extra
12,83	-0,2	Loanne Pinto	JUV	1999	EMOV	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	2 F
12,84	2,0	Matilde Sousa	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Campeonato de Juniores	Rio Maior	04.06	2 F t
12,84	1,8	Sara Rodrigues	JUV	1999	SCB	Braga	Torneio Juvenil do Norte	Lousada	23.04	2 El 1
12,85	0,5	Irina Vitorino	JUV	1999	JOMA	Lisboa	Torneio de Preparação	Lisboa (AL)	24.04	2 t
12,87	1,8	Inês Lopes	JUV	1999	CAMG	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	2 F
12,94	0,6	Maria Luís Santos	JUV	1999	SLB	Lisboa	Meeting de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	5 El 4 t
12,95	0,0	Ana Costa	INIC	2002	CAT-P	Porto	Meeting Cidade de Amarante	Amarante	01.05	1
13,00	1,7	Ema Carvão	INIC	2001	AJS	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	04.06	2 t
13,01	1,8	Beatriz Fernandes	JUV	2000	ACRDA	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	3 F
13,01	1,8	Margarida Figueiredo	INIC	2001	SVB	Viseu	Campeonato de Juvenis	Viseu	05.06	1 t
13,02	1,3	Rute Mota	JUV	1999	GAUB	Leiria	Campeonato Absoluto de Leiria	Pombal	11.06	2 F t
13,05	1,7	Tatiana Silva	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Provas Extra	Ribeira Brava	23.04	3 t
13,06	0,7	Sofia Almeida	INIC	2002	ADERCUS	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	1 F t
13,07	1,7	Célia Góis	INIC	2001	ADRAP	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	04.06	3 t
13,09	2,0	Dânia Furk	JUV	2000	ACM-A	Terceira	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	4 S 2
13,10	1,6	Francisca Silva	JUV	2000	JUNI	Braga	Torneio Olímpico Jovem	Braga	22.05	1 F
13,11	-0,5	Diana Rodrigues - GBS	JUV	1999	SCP	Lisboa	Meeting de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	5 El 2 t
13,13	-1,0	Alina Humenyuk - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Clubes - Apuramento	Fátima	28.05	2 PE 3 t
13,13	-0,6	Carlota Ribeiro	INIC	2002	JUNI	Braga	Torneio de São João	Braga	22.06	1 S 3 t
13,15	-1,8	Júlia Dégardin	INIC	2001	GCAD	C. Branco	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	3 El 2 t
13,16	0,2	Gisela Cruz	JUV	2000	SLB	Lisboa	Campeonato de Juniores	Lisboa (AL)	04.06	2 El 2
13,19	1,7	Renata Rocha	JUV	1999	GDE	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	04.06	4
13,20	0,0	Bárbara Silva	JUV	1999	LAVRA	Porto	Campeonato Regional D. Escolar	Guimarães	30.04	4 F t
13,20	0,1	Rositinay Mata - STP	JUV	1999	GDC	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	22.05	3 F
13,23	1,2	Beatriz Rebelo	JUV	1999	DCB	C. Branco	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	4 El 3 t
13,24	1,3	Sara Silva	JUV	2000	CAA	Porto	Torneio Juvenil do Norte	Lousada	23.04	1 El 5

13,24

200 metros

27,44 / 24,85

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
24,44	-2	Maria Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	10.07	1 S 3 t
25,28	-0,1	Joana Carlos	JUV	1999	JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 4
25,37	-0,1	Catarina Lourenço	JUV	2000	CASM	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 S 4
25,63	0,5	Érica Granjeia	JUV	2000	GS	Coimbra	Campeonato de Juvenis	Vagos	15.05	1 S 1
25,66	-0,1	Fatoumata Diallo	JUV	2000	COP	Algarve	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3 S 4
25,71	0,4	Catarina Karas	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	10.07	1 S 2 t
25,82	1,1	Maria da Silva	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato de Juniores	Lisboa (AL)	05.06	2 S 2 t
25,98	1,9	Sara Moreira	INIC	2001	ARLVG	Porto	Campeonato de Juvenis	Pombal	19.06	Extra
26,00	-0,6	Ana Costa	INIC	2002	CAT-P	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	1 S 1 t
26,18	-0,1	Beatriz Andrade	INIC	2001	SCUT	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	5 S 4
26,22	1,8	Margarida Figueiredo	INIC	2001	SVB	Viseu	Campeonato de Juvenis	Viseu	04.06	1 t
26,28	-1,3	Fátima Coutinho	JUV	1999	CAM-VC	V. Castelo	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 3

26,43	-0,6	Loanne Pinto	JUV	1999	EMOV	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	2 S 1
26,46	-1,3	Patrícia Alminhas	JUV	2000	VFC	Setúbal	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 S 3
26,47	0,1	Carolina Narciso	INIC	2001	AASX	Setúbal	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	10.07	1 S 1 t
26,40	0,7	Carolina Ribeiro	JUV	2000	IND-S	Santarém	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	HEP
26,50	-1,3	Jéssica Neto	JUV	1999	MAC	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3 S 3
26,52	pc	Cátia Rodrigues	JUV	1999	ADREP	Aveiro	Provas Preparação	Braga	23.01	1 S 1 t
26,58	1,2	Inês Lopes	JUV	1999	CAMG	Leiria	Campeonato de Juniores	Rio Maior	05.06	1 S 3 t
26,65	-1,5	Ema Camacho	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Campeonato Jovem de Inverno	Ribeira Brava	10.01	1
26,66	pc	Irina Vitorino	JUV	1999	JOMA	Lisboa	Campeonato Clubes PC - Apuramento	Pombal	06.02	2 S 6 t
26,92	-1,4	Francisca Silva	JUV	2000	JUNI	Braga	Torneio Atleta Completo	Braga	09.04	1
26,92	pc	Patrícia Rodrigues	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	1 S 2
26,93	pc	Beatriz Gameiro	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Provas Extra	Pombal	10.01	1 S 1 t
26,93	pc	Sara Rodrigues	JUV	1999	SCB	Braga	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	1 S 1
26,94	-2,4	Maria Luís Santos	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 2
26,94	1,2	Matilde Sousa	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Campeonato de Juniores	Rio Maior	05.06	3 S 3
26,97	0,5	Océne Conceição	JUV	1999	ADREP	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	15.05	2 S 1
27,09	-1,0	Carina Silva	INIC	2001	JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 1 t
27,09	0,1	Dânia Furk	JUV	2000	ACM-A	Terceira	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	10.07	4 S 1 t
27,11	1,4	Tatiana Silva	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 1ª jornada	Funchal	24.04	2 S 2
27,16	1,9	Beatriz Fernandes	JUV	2000	ACRDA	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	19.06	3
27,25	1,1	Gisela Cruz	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato de Juniores	Lisboa (AL)	05.06	6 S 2 t
27,32	-0,6	Sara Silva	JUV	2000	CAA	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	3 S 1
27,33	-1,1	Beatriz Rodrigues	JUV	1999	ADERCUS	Aveiro	Torneio 4 Maravilhas	Luso	03.04	1 t
27,33	0,5	Sofia Almeida	INIC	2002	ADERCUS	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	15.05	3 S 1 t
27,43	0,7	Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	HEP
27,44	-2,2	Raquel Haar	JUV	1999	GDD	Évora	Campeonato de Inverno	V. Novas	09.01	1
27,44	1,9	Rute Mota	JUV	1999	GAUB	Leiria	Campeonato Absoluto de Leiria	Pombal	12.06	4 S 2 t

27,44

300 metros

45,04 / 56,55 (400)

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS	
39,09	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1 S 4	
40,73	Raquel Haar	JUV	1999	GDD	Évora	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	1 S 3	
40,82	Fatoumata Diallo	JUV	2000	COP	Algarve	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	2 S 3	
41,70	Patrícia Silva	JUV	1999	IND-Lx	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	1 S 1	
41,71	Ana Costa	INIC	2002	CAT-P	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	1 S 1 t	
41,97	Loanne Pinto	JUV	1999	EMOV	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	1 S 1	
42,21	Catarina Lourenço	JUV	2000	CASM	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	1 S 2	
42,40	Maria da Silva	JUV	2000	SCP	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	2 S 1	
42,47	Mafalda Marques	INIC	2001	SLB	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	1s 1 t	
42,62	Carolina Ribeiro	JUV	2000	UFCT	Santarém	Meeting Jovem do AC Vermoil	Pombal	25.04	1 S 1 t	
42,74	Cátia Rodrigues	JUV	1999	ADREP	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	1 S 1	
42,75	pc	Érica Grangeia	JUV	2000	GS-RC	Coimbra	Provas Extra	Pombal	09.01	1 s 2
42,79	pc	Irina Vitorino	JUV	1999	JOMA	Lisboa	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	2 S 2
42,95	Carlona Narciso	JUV	1999	AASX	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	21.05	1 S 1	
42,95	Ema Camacho	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	04.06	1	
42,98	Mariana Fernandes	INIC	2001	SLB	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	2 S 1 t	
43,17	Margarida Figueiredo	INIC	2001	SVB	Viseu	Campeonato de Juvenis	Viseu	05.06	1 t	
43,18	Inês Farias	INIC	2001	COP	Algarve	Provas Extra	Faro	18.06	1	
43,28	Gisela Cruz	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1 S 2	
43,33	Ana Barros	INIC	2002	SCRD	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2 S 3 t	
43,35	Beatriz Gameiro	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Torneio Olímpico Jovem	Abrantes	14.05	1 S 2	
43,37	Angélica Pereira	JUV	2000	MAC	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	2 S 1	
43,49	Oceane Conceição	JUV	1999	ADREP	Aveiro	Campeonato Juvenis inverno	Vagos	02.01	1	
43,50	Sara Monteiro	JUV	1999	ADNO	Lisboa	Provas Extra	Lisboa (AL)	26.06	1 S 1	
43,55	Beatriz Rodrigues	JUV	1999	ADERCUS	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	2 S 1	
43,68	Inês Silva	JUV	1999	SCB	Braga	Torneio Olímpico Jovem	Braga	21.05	1	
43,68	Luana Crisóstomo	JUV	2000	CGAD	C. Branco	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2 S 2	
43,69	Laura Ramos	INIC	2002	CPRAB	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	1 S 2	
43,71	Sara Moreira	INIC	2001	ARLVG	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	7 S 4 t	
43,90	Giovana Machado - BRA	JUV	1999	SCP	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	3 S 1	
43,94	Maria Luís Santos	JUV	1999	SLB	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	2 S 2	

43,95		Dânia Furk	JUV	2000	ACM-A	Terceira	Torneio Olímpico Jovem dos Açores	A. Heroísmo	14.05	1
43,95	pc	Lara Costa	INIC	2001	SCB	Braga	Torneio Juvenil do Norte	Braga	09.01	2 S 1 t
44,03		Inês Santos	INIC	2002	CPPEA	Setúbal	Campeonato de Clubes de Verão	Almada	25.06	1 S 1
44,03		Matilde Reis	INIC	2002	SCUT	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1 S 1 t
44,04		Catarina Pinho	INIC	2001	CFOD	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	4 S 1 t
44,25		Carolina Sequeira	JUV	1999	MAC	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	3 S 1
44,32		Daniela Gordino	JUV	1999	IFC	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	4 S 1
44,33		Beatriz Rebelo	JUV	1999	DCB	C. Branco	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	1 S 3
44,45		Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	4 S 2
44,47		Renata Rocha	JUV	1999	GDE	Madeira	Provas Extra	Ribeira Brava	23.04	2 t
44,52		Matilde Sousa	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Torneio Olímpico Jovem	Abrantes	14.05	2 S 2
44,57		Carina Silva	INIC	2001	JV	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	2 S 2 t
44,66		Cátia Teixeira	INIC	2001	CAT-P	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	1 S 2 t
44,66		Ana Catarina Mestre	INIC	2002	COP	Algarve	Provas Extra	FAro	18.06	2
44,75	pc	Sofia Castanhas	JUV	2000	GS-RC	Coimbra	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	1 S 1
44,78		Zélia Sousa	JUV	1999	SCL	Algarve	Provas de Preparação	Quarteira	24.06	3 S 2
44,79		Ana Duarte	JUV	2000	GDC	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	21.05	2 S 1
44,84		Ana Machado	JUV	2000	AACC	Setúbal	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2 S 1
44,88	pc	Alina Humenyuk - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Torneio Preparação	Pombal	20.01	1
44,91		Beatriz Matias	JUV	2000	CASJ	Algarve	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	3 S 1
44,94		Sara Silva	JUV	2000	CAA	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	4 S 1
45,01		Beatriz Guilherme	INIC	2001	UFCT	Santarém	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	Extra
45,03		Inês Lopes	JUV	1999	CAMG	Leiria	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	1 S 1

45,04

800 metros

2.25,50 / 2.12,75

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
2.11,31	Patrícia Silva	JUV	1999	IND-LX	Lisboa	Meeting Ibero Americano	Huelva (ESP)	03.06	5 t
2.12,04	Mariana Machado	JUV	2000	SCB	Braga	Torneio de São João	Braga	22.06	1 t
2.12,13	Beatriz Rodrigues	JUV	1999	ADERCUS	Aveiro	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 S 2
2.15,97	Margarida Raimundo	JUV	2000	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3 S 3
2.19,66	Edna Vídigal	JUV	2000	NSL	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	4 S 3
2.19,79	Inês Cunha	JUV	1999	CNRM	Santarém	Campeonato de Juniores	Rio Maior	05.06	1 t
2.22,01	Maria Carvalho	JUV	1999	MAC	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	1
2.22,14	Márcia Reis	JUV	1999	SLB	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	2
2.22,75	Ana Nunes	JUV	1999	ADL-P	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	2
2.22,8	Laura Taborda	JUV	1999	PCC	C. Branco	Provas Extra	Covilhã	28.05	1
2.23,53	Carolina Ramalho	JUV	1999	CAAPP	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	22.05	1
2.23,55	Daniela Gordino	JUV	1999	IFC	Lisboa	Campeonato de Juniores	Lisboa (AL)	05.06	2 t
2.23,57	Francisca Cantante	JUV	1999	UCE	Coimbra	Campeonato de Juvenis	Vagos	15.05	1
2.23,60	Silvia Silva	JUV	1999	SCB	Braga	Torneio Juvenil do Norte	Lousada	23.04	1 S 1
2.23,80	Inês Silva	JUV	1999	SCB	Braga	Torneio Juvenil do Norte	Lousada	23.04	2 S 1
2.24,21	Catalina Turcu	JUV	2000	BNSC	Beja	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	5 S 2
2.25,04	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Meeting de Provas Combinadas	Arona - ESP	05.06	HEP
2.25,08	Margarida Silva	JUV	2000	VFC	Setúbal	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	6 S 2
2.25,33	Mariana Castanheira	JUV	1999	MAC	Porto	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	10.07	7 t
2.25,58	Ana Maria Sousa	JUV	1999	CYCL	V. Castelo	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	7 S 2
2.25,7	Eliane Garcia	JUV	2000	GDSD	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	5 S 2
2.26,37	Tatiana Silva	JUV	1999	ACRC	Viseu	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	1 S 1
2.26,59	Bruna Meirinhos	JUV	1999	GDC	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	22.05	2
2.26,65	Beatriz Rebelo	JUV	1999	DCB	C. Branco	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	10 S 2
2.26,8	Sara Monteiro	JUV	1999	ADNO	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	1 S 1

1.000 metros

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
2.59,29	Beatriz Rodrigues	JUV	1999	ADERCUS	Aveiro	Quilómetro Jovem	Aveiro	09.04	1
3.01,42	Patrícia Silva	JUV	1999	IND-Lx	Lisboa	Mega Quilómetro Nacional	Lagoa	16.04	1
3.02,68	Margarida Raimundo	JUV	2000	SLB	Lisboa	Mega Quilómetro Nacional	Lagoa	16.04	3
3.03,53	Fabiana Sousa	JUV	2000	NSTN	Santarém	Quilómetro Jovem do GAUB	Leiria	08.05	1
3.05,0	Sara Duarte	JUV	1999	UDV	Porto	Quilómetro Jovem Regional	Lousada	07.05	1
3.06,91	Laura Taborda	JUV	1999	PCC	C. Branco	Mega Quilómetro Nacional	Lagoa	16.04	5

3.08,3	Maria Carvalho	JUV	1999	MAC	Porto	Quilómetro Jovem Regional	Lousada	07.05	2
3.10,4	Sílvia Silva	JUV	1999	SCB	Braga	Quilómetro Jovem AA Braga	Braga	09.04	1
3.11,0	Inês Silva	JUV	1999	SCB	Braga	Quilómetro Jovem AA Braga	Braga	09.04	2
3.11,5	Francisca Cantante	JUV	1999	UCE	Coimbra	Quilómetro Jovem Distrital	Febres	30.04	1
3.13,0	Ana Nunes	JUV	1999	ADL-P	Porto	Quilómetro Jovem Regional	Lousada	07.05	3
3.13,84	Joana Pontes	JUV	2000	GACV	Leiria	Quilómetro Jovem do GAUB	Leiria	08.05	2
3.13,98	Tatiana Silva	JUV	1999	ACRC	Viseu	Quilómetro Jovem Distrital	Viseu	12.03	1
3.14,65	Inês Cunha	JUV	1999	CNRM	Santarém	Quilómetro Jovem Regional	Abrantes	10.04	2
3.15,50	Arlene Silva - ANG	JUV	1999	ADNO	Lisboa	Quilómetro Jovem Regional	Lisboa (AL)	12.03	1
3.16,46	Márcia Reis	JUV	1999	SLB	Lisboa	Mega Quilómetro Nacional	Lagoa	16.04	8
3.16,8	Mariana Novo	JUV	2000	ACPV	Porto	Quilómetro Jovem Regional	Lousada	07.05	4
3.16,89	Fatoumata Diallo	JUV	2000	COP	Algarve	Quilómetro Jovem Regional	Faro	26.03	1
3.17,70	Eliane Garcia	JUV	2000	GDSD	Lisboa	Quilómetro Jovem Regional	Lisboa (AL)	12.03	2
3.18,2	Catalina Turcu	JUV	2000	BNSC	Beja	Quilómetro Jovem	Castro Verde	17.04	10
3.18,46	Rita Coelho	JUV	2000	CBF	Algarve	Quilómetro Jovem Regional	Faro	26.03	2
3.18,8	Alice Oliveira	JUV	2000	EAT	Porto	Quilómetro Jovem Regional	Lousada	07.05	5
3.20,48	Daria Melnyk - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Quilómetro Jovem do GAUB	Leiria	08.05	3
3.20,70	Ana Beatriz Raimundo	JUV	1999	EFC-E	Évora	Mega Quilómetro Nacional	Lagoa	16.04	11
3.21,17	Maria Bernardo	JUV	1999	NSLF	Guarda	Mega Quilómetro Nacional	Lagoa	16.04	12

1.500 metros

5.05,00 / 4.36,00

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
4.37,56	Sara Duarte	JUV	1999	UDV	Porto	1ª Noite Quente	Póvoa Varzim	25.05	3 S 1 t
4.39,64	pc Mariana Machado	JUV	2000	SCB	Braga	Campeonato Nacional 1ª Divisão PC	Pombal	05.03	3 t
4.43,01	Margarida Raimundo	JUV	2000	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2
4.48,47	Beatriz Rodrigues	JUV	1999	ADERCUS	Aveiro	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	20.05	2 t
4.51,54	Inês Cunha	JUV	1999	CNRM	Santarém	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	8 t
4.51,79	Fabiana Sousa	JUV	2000	NSTN	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	4
4.55,66	pc Laura Taborda	JUV	1999	PCC	C. Branco	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	4
4.56,30	Maria Carvalho	JUV	1999	MAC	Porto	3ª Noite Quente	Maia	15.06	11 t
4.56,30	Sílvia Rodrigues	JUV	2000	CDP-C	Coimbra	Provas Extra	Febres	25.06	1
4.56,83	Francisca Cantante	JUV	1999	UCE	Coimbra	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	1
4.57,35	pc Carolina Escada	JUV	2000	GDD	Évora	Campeonato Nacional 2ª Divisão PC	Pombal	05.03	4 t
4.57,54	Bruna Meirinhos	JUV	1999	GDC	Setúbal	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	12 t
5.00,08	Soraia Tavares	JUV	1999	GDC	Setúbal	Provas Extra	Sobreda	30.01	1 t
5.00,34	Susana Malheiro	JUV	1999	LFC-F	Braga	Provas de Preparação	Braga	01.05	4 t
5.00,82	pc Sílvia Silva	JUV	1999	SCB	Braga	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	13.02	2 S 1 t
5.05,07	Edna Vidigal	JUV	2000	NSL	Lisboa	Provas Extra	Lisboa (AL)	25.06	3 t
5.05,9	Margarida Silva	JUV	2000	VFC	Setúbal	Campeonato Absoluto de Setúbal	Almada	18.06	3 t
5.07,99	Márcia Reis	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Regional D. Escolar	Lisboa (i)	29.04	3 t
5.08,15	Catalina Turcu	JUV	2000	BNSC	Beja	Campeonato de Juvenis	Castro Verde	25.06	1
5.08,19	Marta Silva	JUV	2000	UDV	Porto	3ª Noite Quente	Maia	15.06	3 S 2 t
5.08,33	Ana Ribeiro	JUV	1999	MAC	Porto	Campeonato Regional D. Escolar	Guimarães	30.04	2
5.08,57	pc Mariana Castanheira	JUV	1999	MAC	Porto	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	7
5.08,60	Maria Bernardo	JUV	1999	NSLF	Guarda	Campeonato Absoluto da Guarda	Guarda	18.06	2 t
5.08,90	Daniela Gordino	JUV	1999	IFC	Lisboa	Provas Extra	Lisboa (AL)	25.06	5 t

3.000 metros

11.20,00 / 9.53,00

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
9.49,42	Sara Duarte	JUV	1999	UDV	Porto	2ª Noite Quente	Lousada	08.06	2 t
10.05,18	pc Fabiana Sousa	JUV	2000	NSTN	Santarém	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	1
10.16,24	Margarida Raimundo	JUV	2000	SLB	Lisboa	Campeonato de Clubes	Lisboa (AL)	15.05	2 t
10.36,75	Laura Taborda	JUV	1999	GCAD	C. Branco	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2
10.57,30	pc Marta Silva	JUV	2000	UDV	Porto	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	14.02	9 t
10.59,93	Mónica Silva	JUV	2000	GDUC	Braga	Campeonato Juniores do Norte	Viana Castelo	19.06	1 t
10.59,96	Susana Malheiro	JUV	1999	LFC-F	Braga	Torneio Olímpico Jovem	Braga	22.05	1
11.01,30	pc Inês Cunha	JUV	1999	CNRM	Santarém	Campeonato Juniores Pista Coberta	Pombal	17.01	2
11.05,91	Francisca Cantante	JUN	1999	UCE	Coimbra	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	4
11.06,06	Inês Reis	JUV	1999	PCC	C. Branco	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	4
11.06,80	Ana Nunes	JUV	1999	ADL-P	Porto	2ª Noite Quente	Lousada	08.06	12 t

11.08,52		Carolina Escada	JUV	2000	GDD	Évora	Campeonato Clubes - Apuramento	Setúbal	29.05	3 t
11.09,19		Joana Pontes	JUV	2000	GACV	Leiria	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	6
11.10,58		Fátima Costa	JUV	1999	CAT-P	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	6
11.10,90		Alice Oliveira	JUV	2000	EAT	Porto	Campeonato Juniores do Norte	Viana Castelo	19.06	3 t
11.13,4		Soraia Tavares	JUV	1999	GDC	Setúbal	Torneio Olímpico Jovem	Almada	22.05	1
11.14,03		Bruna Meirinhos	JUV	1999	GDC	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	15.05	1
11.18,09		Margarida Silva	JUV	2000	VFC	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	15.05	2
11.18,52		Tatiana Silva	JUV	1999	ACRC	Viseu	Campeonato Clubes - Apuramento	Fátima	29.05	7 S 3 t
11.18,52		Marta Castro	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato de Juniores	Lisboa (AL)	05.06	2 t
11.18,63		Mariana Sousa	JUV	1999	CYCL	V. Castelo	Campeonato Juniores do Norte	Viana Castelo	19.06	6 t
11.18,93	pc	Beatriz Francisco	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	4
11.19,91		Eva Bento	JUV	2000	CASJ	Algarve	Campeonato Absoluto do Algarve	Faro	19.06	2 t
11.22,93		Maria Carvalho	JUV	1999	MAC	Porto	Torneio Juvenil do Norte	Lousada	23.04	1
11.30,75		Rute Soares	JUV	1999	AJS	Madeira	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	9

2.000m Obstáculos (0,76)

8.25,00 / 7.05,00

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

60m Barreiras (0,76)

10,44

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

100m Barreiras (0,76)

17,04 / 14,25

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
13,49	-2,2	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Meeting de Provas Combinadas	Arona - ESP	04.06	HEP
14,55	-3,2	Catarina Karas	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 F
14,79	0,8	Carolina Ribeiro	JUV	2000	UFCT	Santarém	Campeonato Provas Combinadas	Abrantes	21.05	HEP
15,03	-3,2	Bárbara Silva	JUV	1999	LAVRA	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3 F
15,10	0,7	Raquel Marques	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	1
15,30	1,0	Miriam Tavares	JUV	2000	ACRVD	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	1
15,34	-1,4	Renata Rocha	JUV	1999	GDE	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	05.06	1
15,35	0,8	Juliana Brites	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 EI 2
15,40	0,7	Mariana Bento	INIC	2001	SCP	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	2
15,41	1,0	Ana Rita Silva	JUV	2000	JAM	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	2
15,57	-4,2	Fatumata Baldé - GBS	JUV	2000	CASM	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	28.05	2
15,85	-1,5	Tatiana Silva	JUV	1999	ACDSJ	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 3ª Jornada	Ribeira Brava	13.05	2
15,85	0,3	Eduarda Ferreirar	INIC	2001	JV	Leiria	Campeonatto de Juvenis	Pombal	19.06	2 t
15,92	2,0	Ana Nadais	INIC	2001	CFOD	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	1 EI 2
16,04	1,2	Patrícia Alminhas	JUV	2000	VFC	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Castro Verde	25.06	Extra
16,13	-2,1	Carolina Neves	INIC	2001	GAF	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	4 EI 2
16,25	1,1	Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato Provas Combinadas	Abrantes	21.05	HEP
16,38	1,2	Beatriz Marcelo	JUV	1999	JDN	Beja	Campeonato de Juvenis	Castro Verde	25.06	2
16,38	-0,9	Érica Carlos Júlia	JUV	2000	CDFXXI	Algarve	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	4 EL 3
16,51	0,9	Berenice Vila	JUV	1999	EMOV	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	14.05	2
16,56	2,0	Cátia Teixeira	INIC	2001	CAT-P	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	3 EI 2
16,66	1,1	Carolina Santos	JUV	2000	AEAC	Santarém	Campeonato Provas Combinadas	Abrantes	21.05	HEP
16,79	0,3	Mariana Santos	JUV	1999	ACV	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	19.06	3
16,80	0,7	Francisca Almeida	JUV	1999	SCP	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	3
16,82	-3,2	Dânia Furk	JUV	2000	ACM-A	Terceira	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	HEP
16,88	-1,3	Carolina Sequeira	JUV	1999	MAC	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	2 EI 1

17,04

300m Barreiras (0,76)

51,24 / 62,93 (400B)

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

5.000m Marcha

30.00,00 / 25.00,00

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
23.58,98	Inês Reis	JUV	1999	PCC	C. Branco	Meeting de Cáceres	Cáceres (ESP)	29.06	3 t
26.18,24	Maria Bernardo	JUV	1999	NSLF	Guarda	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2
26.41,29	Ângela Carvalho	JUV	2000	CNRM	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	3
27.02,78	Ednice Barros	JUV	1999	COP	Algarve	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	4
27.03,86	Rita Vazão	JUV	1999	GDP-L	Leiria	Taça de Portugal Marcha Atlética	Vagos	15.03	2
27.30,59	Mariana Lopes	INIC	2002	CDCD	Porto	Taça de Portugal Marcha Atlética	Vagos	15.03	4 t
27.57,81	Ana Catarina Mestre	INIC	2002	COP	Algarve	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	5
28.01,02	Hirondina Casal	INIC	2001	CNRM	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	6 t
28.19,59	Mariana Ferreira	JUV	1999	CPP	Santarém	Taça de Portugal Marcha Atlética	Vagos	15.03	6
28.22,14	Raquel Pimentel	INIC	2001	CDCD	Porto	Taça de Portugal Marcha Atlética	Vagos	15.03	7 t
28.25,52	Catarina Santos	INIC	2001	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	7 t
28.34,33	Juliana Verissimo	INIC	2002	CAT	Terceira	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	9 t
28.34,49	Tânia Pires	JUV	1999	JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	10
28.46,02	Bruna Colónia	JUV	1999	COP	Algarve	Campeonato de Juvenis	Quarteira	14.05	2
29.04,10	Andreia Reis	JUV	1999	GSDS	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	1
29.08,59	Ana Vicente	INIC	2001	COP	Algarve	Taça de Portugal Marcha Atlética	Vagos	15.03	11 t
29.22,22	Lara Martins	JUV	1999	CDCD	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	13
29.23,79	Renata Barry	JUV	1999	LAFM	Setúbal	Taça de Portugal Marcha Atlética	Vagos	15.03	12
29.26,19	Marta Sousa	JUV	1999	ADRAP	Madeira	Campeonato de Inverno	Ribeira Brava	16.01	3 t
29.28,21	Ana Santos	JUV	2000	GDM-P	Porto	Provas Extra	Maia	14.05	1
29.29,62	Catarina Santos	JUV	2000	ACDC	Setúbal	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	15
29.30,98	Bruna Marques	INIC	2002	CFOD	Porto	Campeonato de Juvenis	Vagos	14.05	Extra
29.32,26	Petra Fernandes	JUV	1999	AJS	Madeira	Campeonato de Inverno	Ribeira Brava	16.01	4 t
29.41,12	Camila Jesus	INIC	2001	ACDSJ	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	04.06	1 t
30.15,06	Sofia Marques	INIC	2002	COP	Algarve	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	20 t

5 Km marcha Estrada

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
25.00	E Inês Reis	JUV	1999	PCC	C. Branco	Campeonato Nacional M. Estrada	Batalha	27 Feb	1
26.27	E Rita Vazão	JUV	1999	GDP-L	Leiria	Campeonato Nacional M. Estrada	Batalha	27 Feb	2
27.32	E Ângela Carvalho	JUV	2000	CNRM	Santarém	Campeonato Nacional M. Estrada	Batalha	27 Feb	3
27.57	E Lara Martins	JUV	1999	CDCD	Porto	Campeonato de Marcha	VN Gaia	03-Jan	3 t
28.50	E Brunna Colónia	JUV	1999	COP	Algarve	Campeonato Nacional M. Estrada	B	27 Feb	4
29.34	E Ana Cruz	JUV	1999	ACA	Porto	Campeonato de Marcha	VN Gaia	03-Jan	4 t
29.45	E Ariana Franco	JUV	1999	LAFM	Setúbal	Campeonato Nacional M. Estrada	Batalha	27 Feb	6
29.45	E Joana Matos	JUV	2000	NSLF	Guarda	Campeonato Nacional M. Estrada	Batalha	27 Feb	7
29.46	E Catarina Santos	JUV	2000	ACDC	Setúbal	Campeonato de Marcha	B. Banheira	16-Jan	1
29.47	E Ednice Barros	JUV	1999	COP	Algarve	Campeonato Nacional M. Estrada	Batalha	27 Feb	8
29.52	E Ana Santos	JUV	2000	GDM-P	Porto	Campeonato Nacional M. Estrada	Batalha	27 Feb	9
29.55	E Tânia Pires	JUV	1999	JV	Leiria	Campeonato de Marcha	B. Banheira	16-Jan	3
30.19	E Ana Cruz	JUV	1999	ACA	Porto	Campeonato Nacional M. Estrada	Batalha	27 Feb	10
30.48	E Daniela Lopes	JUV	2000	CDCD	Porto	Campeonato de Marcha	VN Gaia	03-Jan	7 t
30.49	E Ariana Franco	JUV	1999	LAFM	Setúbal	Campeonato de Marcha	B. Banheira	16-Jan	2

10 Km marcha (Pista e Estrada)

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

COMPRIMENTO

5,15 / 5,90

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
6,24	-2,5	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Provas Extra	Lisboa (AL)	21.05	1
5,66	-1,2	Catarina Karas	JUV	2000	SCP	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1
5,62	1,4	Patrícia Rodrigues	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	18.05	1
5,61	pc	Raquel Haar	JUV	1999	GDD	Évora	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	PEN
5,56	-1,5	Raquel Marques	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2
5,52	pc	Bárbara Silva	JUV	1999	LAVRA	Porto	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	PEN
5,50	pc	Carolina Ribeiro	JUV	2000	UFCT	Santarém	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	PEN
5,35	1,5	Érica Grangeia	JUV	2000	GS	Coimbra	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	20.05	3 t
5,35	0,0	Rositinay Mata - STP	JUV	1999	GDC	Setúbal	Campeonato Absoluto de Setúbal	Almada	19.06	1 t
5,33	-1,5	Juliana Brites	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	5
5,28	1,6	Dânia Furk	JUV	2000	ACM-A	Terceira	Campeonato dos Açores	Ponta Delgada	19.06	1 t
5,25	-0,8	Ana Rita Silva	JUV	2000	JAM	Aveiro	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	8
5,25	2,0	Margarida Mascarenhas	JUV	2000	NDETC	Algarve	Campeonato Absoluto do Algarve	Faro	19.06	1 t
5,19	1,1	Ana Mota	JUV	2000		Aveiro	Campeonato Regional D. Escolar	Guimarães	30.04	2 t
5,19	-0,5	Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato Nacional de Juniores	Lagoa	03.07	HEP
5,16	1,1	Joana Carlos	JUV	1999	JV	Leiria	Torneio Olímpico Jovem	M. Grande	14.05	2
5,16	0,9	Alina Humenyuk - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato de Juniores	Rio Maior	04.06	3 t
5,14	-1,6	Mariana Novo	JUV	2000	ACPV	Porto	Campeonato Juniores do Norte	Viana Castelo	19.06	2 t
5,11	0,4	Ana Filipe	JUV	1999	ACM-A	Terceira	Meeting de Atletismo da Guarda	Guarda	08.07	1
5,05	pc	Vitória Monteiro	JUV	1999	AAPL	Setúbal	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	PEN
5,02	0,1	Maria Luís Santos	JUV	1999	SLB	Lisboa	Provas Extra	Lisboa (AL)	21.05	4

TRIPLO SALTO

10,60 / 12,25

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
11,74	0,9	Raquel Marques	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato de Juvenis	Lisboa (AL)	19.06	1
11,58	-0,4	Patrícia Rodrigues	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2
11,52	-0,7	Eduarda Ferreira	INIC	2001	JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3 t
11,49	2,0	Bárbara Silva	JUV	1999	LAVRA	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	1
11,41	1,3	Juliana Brites	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	19.06	2
11,29	pc	Mariana Novo	JUV	2000	ACPV	Porto	Campeonato Nacional Juniores PC	Braga	14.02	3 t
11,20	pc	Joana Ogura	JUV	1999	SCP	Lisboa	Torneio Professor António Gromicho	Lisboa (CAR)	02.02	1
11,11	0,7	Ana Rita Silva	JUV	2000	JAM	Aveiro	Torneio Cidade de Lourosa	Lourosa	25.04	1
10,95	1,2	Ana Leite	INIC	2001	MAC	Porto	Provas Extra	Lousada	07.05	2 t
10,92	1,1	Nádia Silva	INIC	2002	CFOD	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	2 t
10,86	1,7	Natacha Fonseca	JUV	2000	ACRC	Viseu	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	11.06	5
10,60	0,0	Ana Alice Morais	JUV	2000	BNSC	Beja	Campeonato de Juvenis	Castro Verde	25.06	1
10,59	-0,3	Ana Filipe	JUV	1999	ACM-A	Terceira	Provas Extra	A. Heroísmo	16.04	1
10,52	-0,1	Beatriz Melo	INIC	2001	ACRDE	Aveiro	Torneio Cidade de Lourosa	Lourosa	25.04	2 t
10,51	1,0	Cristiana Bernardo	INIC	2001	SLB	Lisboa	Meeting Jovem de Lisboa	Lisboa (I)	01.05	2 t
10,39	1,4	Beatriz Gameiro	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Campeonato de Juvenis	Fátima	25.06	2
10,35	1,4	Maria Esteves	INIC	2001	CAMG	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	19.06	3 t
10,34	1,5	Maria Grácio	JUV	1999	LAVRA	Porto	3ª Noite Quente	Maia	15.06	5 t
10,32	pc	Ângela Batista	JUV	2000	SCA	Santarém	Campeonato Juniores Pista Coberta	Pombal	17.01	1 t
10,25	0,3	Alexandra Silva	INIC	2001	CSM	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	05.06	1 t
10,10	0,5	Joana C. Gonçalves	JUV	1999	ACDSJ	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	05.06	2

ALTURA

1,53 / 1,75

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
1,67	pc	Raquel Haar	JUV	1999	GDD	Évora	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	HEP
1,62		Joana Ogura	JUV	1999	SCP	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	1
1,61	pc	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Benfica	Pentatlo Técnico Nacional P Coberta	Lisboa (CAR)	16.01	PEN
1,59		Carolina Ribeiro	JUV	2000	UFCT	Santarém	Campeonato Provas Combinadas	Abrantes	21.05	HEP
1,58		Valeriya Semenikhina	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	2
1,57		Miriam Tavares	JUV	2000	ACRVD	Aveiro	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	4 t
1,56		Raquel Marques	JUV	1999	SLB	Lisboa	Torneio Olímpico Jovem	Lisboa (AL)	29.05	2
1,55	pc	Bárbara Gama	JUV	1999	GCAD	C. Branco	Campeonato Nacional Juvenil PC	Pombal	30.01	2
1,55		Adelaide Cadilhe	JUV	1999	ACPV	Porto	Torneio Olímpico Jovem	Maia	15.05	1

1,55		Sara Paulico	JUV	1999	CASM	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	3
1,54		Rita Fernandes	JUV	1999	EMOV	Porto	Torneio Atletas Completo	Póvoa Varzim	16.04	HEP
1,53	pc	Mariana Novo	JUV	2000	ACPV	Porto	Torneio Juvenil do Norte	Braga	09.01	1
1,53		Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	HEP
1,52		Vitória Monteiro	JUV	1999	AAPL	Setúbal	Triatlo Técnico	Seixal	03.01	TRI
1,52	pc	Bárbara Silva	JUV	1999	LAVRA	Porto	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	HEP
1,52	pc	Nadine Lopes	JUV	1999	UCE	Coimbra	Torneio Olímpico Jovem	Luso	08.05	1
1,52		Beatriz Gameiro	JUV	2000	A 20 Km	Santarém	Torneio Olímpico Jovem	Abrantes	15.05	1
1,51		Adelaide Cadilhe	JUV	1999	ACPV	Porto	Torneio Juvenil do Norte	Lousada	23.04	2
1,50	pc	Érica Júlia	JUV	2000	CDFXXI	Algarve	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	3
1,50	pc	Bárbara Gama	JUV	1999	GCAD	C. Branco	Campeonato Clubes PC - Apuramento	Pombal	06.02	3 t
1,50		Ana Alice Morais	JUV	2000	BNSC	Beja	Torneio Olímpico Jovem	Castro Verde	22.05	1

VARA

2,30 / 3,75

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS	
3,40		Bárbara Mota	JUV	2000	ACV	Leiria	Campeonato de Juvenis	Pombal	18.06	1
3,06		Beatriz Spinola	JUV	2000	CSM	Madeira	Campeonato Nacional de Juniores	Viseu	09.07	3 t
2,70		Berenice Vila	JUV	1999	EMOV	Porto	Provas Extra	Maia	22.05	1
2,55		Joana Fernandes	JUV	2000	GDC	Setúbal	Campeonato Absoluto de Setúbal	Almada	18.06	1
2,50	pc	Mariana Neves	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	3
2,50		Daria Melnyk - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	5
2,40		Cristina Gomes	JUV	1999	EMOV	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	2
2,30		Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato Clubes - Apuramento	Fátima	29.05	5 S 3 t
2,30		Mariana Rita Balona	JUV	2000	AAPL	Setúbal	Provas de Observação	Setúbal	23.06	2 t
2,15		Isabel Nóbrega	JUV	2000	CSM	Madeira	Campeonato de Juvenis	Ribeira Brava	05.06	2

PESO (3 kg)

11,00 / 14,85

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS	
14,76	pc	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Jornada de Lançamentos 5	Leiria	29.06	1
13,96	pc	Micaela Sereno	JUV	2000	JV	Leiria	Jornada de Lançamentos 1	Leiria	05.03	1
13,50		Inês Carreira	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	21.05	1
12,99		Ana Beatriz Gomes	JUV	2000	CSM	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 2ª Jornada	Funchal	30.04	1
12,61	pc	Isabel Soares	JUV	1999	SCB	Braga	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	30.01	3
12,59		Lúcia Santos - ANG	JUV	1999	COP	Algarve	Campeonato de Juvenis	Quarteira	14.05	1
12,53		Érica Borges	JUV	2000	CAT	Terceira	Campeonato dos Açores	Ponta Delgada	18.06	1
12,32		Juliana Rei	JUV	1999	GS-RC	Coimbra	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	21.05	3
12,27		Ângela Costa	JUV	1999	AAPL	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	14.05	1
11,75	pc	Beatriz Santos	JUV	2000	ACRDE	Aveiro	Campeonato Provas Combinadas	Pombal	10.01	PEN
11,56		Diana Soares	JUV	1999	PALME	Braga	Torneio Inter Escolas	Braga	09.04	1
11,52	pc	Enya O'driscoll - IRL	JUV	2000	SLB	Braga	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	21.05	4
11,27		Carolina Teixeira	JUV	2000	GDE	Madeira	Provas Extra	Funchal	18.06	1
11,24		Sofia Marques	JUV	1999	LAVRA	Porto	Campeonato Regional D. Escolar	Guimarães	30.04	1
11,24		Diana Rodrigues	JUV	2000	CAM-VC	V. Castelo	Campeonato de Juvenis	Viana Castelo	04.06	1
11,11		Cecília Rebocho	JUV	1999	NDJL	Setúbal	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	9
11,08		Lauriana Vontade	JUV	1999	MMSC	S. Miguel	Campeonato dos Açores	Ponta Delgada	18.06	2
10,90		Milene Jesus	JUV	1999	GDE	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 2ª Jornada	Funchal	30.04	2
10,56	pc	Raquel Haar	JUV	1999	GDD	Évora	Triatlo Técnico Inter Associações	Alpiarça	19.03	TRI
10,56		Diana Rodrigues GBS	JUV	1999	SCP	Lisboa	Provas Extra	Lisboa (AL)	26.06	1
10,47		Beatriz Amaral	JUV	1999	GDC	Setúbal	Campeonato Lançamentos Inverno	Seixal	23.01	1
10,30	pc	Valerya Kolosovska - UKR	JUV	2000	AEAC	Santarém	Campeonato Juvenis Pista Coberta	Alpiarça	02.01	9
10,24	pc	Rositinay Mata - STP	JUV	1999	GDC	Setúbal	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	TRI
10,17		Francisca Aniceto	JUV	2000	IND-AL	Algarve	Campeonato de Juvenis	Quarteira	14.05	2
10,16	pc	Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato Provas Combinadas	Pombal	10.01	PEN

DISCO (1 kg)

27,00 / 41,50

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS	
43,46		Micaela Sereno	JUV	2000	JV	Leiria	Jornada de Lançamentos 4	Leiria	22.06	4 t
39,02		Cecília Rebocho	JUV	1999	NDJL	Setúbal	Campeonato Absoluto de Setúbal	Almada	18.06	1 t
36,55		Ângela Costa	JUV	1999	AAPL	Setúbal	Meeting Internacional Lançamentos	Quinta Anjo	13.03	5 t

36,20	Érica Borges	JUV	2000	CAT	Terceira	Campeonato dos Açores	Ponta Delgada	18.06	1 t
35,96	Eva Gonçalves	INIC	2002	NAC	Aveiro	Campeonato de Juvenis	Vagos	15.05	1
33,69	Inês Carreira	JUV	2000	JV	Leiria	Jornada de Lançamentos 4	Leiria	22.06	7 t
33,19	Juliana Rei	JUV	1999	GS	Coimbra	Campeonato de Juniores	Aveiro	18.06	1
33,00	Lúcia Santos - ANG	JUV	1999	COP	Algarve	Campeonato de Juvenis	Lagoa	15.05	1
30,41	Margarida Feliciano	INIC	2001	JOMA	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.06	7 t
29,25	Diana Rodrigues	JUV	2000	CAM-VC	V. Castelo	Torneio Internacional Lançamentos	Cerveira	24.04	7 t
29,13	Laura Monteiro	INIC	2001	JV	Leiria	Jornada de Lançamentos 4	Leiria	22.06	1 t
29,11	Sofia Marques	JUV	1999	LAVRA	Porto	Campeonato Juniores do Norte	Viana Castelo	18.06	3 t
29,10	Inês Diogo	INIC	2002	SAF	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	15.05	3 t
29,05	Camila Carreira	INIC	2002	JV	Leiria	Jornada de Lançamentos 5	Leiria	29.06	1
28,46	Carolina Fernandes	INIC	2001	SUOVAIS	Coimbra	Campeonato de Juvenis	Vagos	15.05	2 t
28,26	Francisca Aniceto	JUV	2000	IND-AL	Algarve	Campeonato Absoluto do Algarve	Faro	19.06	2 t
28,15	Milene Jesus	JUV	1999	GDE	Madeira	Campeonato Absoluto da Madeira	Funchal	19.06	4 t
28,11	Margarida Ferreira	JUV	2000	SCP	Lisboa	Jornada de Lançamentos 4	Leiria	22.06	2
28,06	Filipa Batista	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato de Santarém	Fátima	18.06	1 t
27,98	Isabel Soares	JUV	1999	SCB	Braga	Campeonato Juniores do Norte	Viana Castelo	18.06	4 t
27,63	Inês Conceição	JUV	2000	CLAC	Santarém	Campeonato de Juniores	Rio Maior	04.06	1 t
26,79	Carolina Teixeira	JUV	2000	GDE	Madeira	Campeonato Jovem Inverno	Funchal	23.01	1
26,45	Enya O Driscoll - IRL	JUV	1000	SLB	Lisboa	Campeonato de Clubes	Lisboa (AL)	15.05	3 t
26,34	Iva Lopes	JUV	2000	SLB	Lisboa	Campeonato de Juniores	Lisboa (AL)	04.06	2
25,13	Sofia Gonçalves	INIC	2001	CLAC	Santarém	Campeonato Lançamentos Inverno	Fátima	06.02	2 t

MARTELO (3 kg)

35,00 / 59,50

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
56,91	Cecilia Rebocho	JUV	1999	NDJL	Setúbal	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1
55,90	Milene Jesus	JUV	1999	GDE	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 1ª jornada	Funchal	23.04	1
50,50	Linda Mendes	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Torneio de Lançamentos	Funchal	20.02	2
48,09	Ana Filipa Granja	JUV	1999	CDP	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	04.06	1
44,23	Micaela Sereno	JUV	2000	JV	Leiria	Jornada de Lançamentos 3	Leiria	24.05	1
38,38	Sofia Marques	JUV	1999	LAVRA	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	8
38,34	Catarina Espinola	JUV	1999	ACM-A	Terceira	Campeonato de Juvenis	A. Heroísmo	03.06	1
37,40	Beatriz Santos	JUV	2000	AACC	Setúbal	Torneio Lançamentos Laranjeiro	Almada	26.05	2
37,19	Ana Carolina Santos	JUV	1999	A 20 Km	Santarém	Campeonato de Juvenis	Fátima	26.06	1
36,38	Alexandra Aleixo	JUV	1999	UFCT	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	10
35,43	Diana Silva	JUV	2000	ADCL	V. Castelo	Jornada de Lançamentos 4	Cerveira	21.05	2
35,35	Filipa Batista	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato de Juvenis	Fátima	26.06	2
34,91	Rannyeli Silva	JUV	1999	GCAD	C. Branco	Torneio Olímpico Jovem	Covilhã	14.05	1
33,73	Ângela Silva	JUV	2000	ADRAP	Madeira	Torneio de Lançamentos	Funchal	25.06	1
33,24	Lúcia Santos - ANG	JUV	1999	COP	Algarve	Campeonato de Juvenis	Lagoa	15.05	1
33,00	Joana Pereira	JUV	2000	GDC	Setúbal	Campeonato Lançamentos Inverno	Seixal	23.01	1
31,01	Mariana Severino	JUV	2000	CPP	Santarém	Campeonato de Juvenis	Fátima	26.06	4
30,59	Bárbara Pontedeira	JUV	2000	ADCL	V. Castelo	Jornada de Lançamentos 4	Cerveira	21.05	3
30,20	Margarida Santos	JUV	1999	CSM	Madeira	Campeonato de Juvenis	Funchal	04.06	3

DARDO (500 g)

31,00 / 48,00

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
38,54	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Meeting de Provas Combinadas	Arona - ESP	05.06	DEC
36,92	Beatriz Amaral	JUV	1999	GDC	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	14.05	1
35,84	Inês Carreira	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato de Lançamentos	Leiria	20.02	1
35,70	Ângela Costa	JUV	1999	AAPL	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	14.05	2
33,76	Lara Bastos	JUV	1999	JAM	Aveiro	Torneio Águas do Luso	Luso	20.04	1
31,66	Sara Ferreira	JUV	2000	JV	Leiria	Jornada de Lançamentos 2	Leiria	30.04	1
30,81	Daniela Gonçalves	JUV	1999	ACDSJ	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 2ª Jornada	Funchal	30.04	1
30,70	Érica Borges	JUV	2000	CAT	Terceira	Campeonato de Juvenis	A. Heroísmo	21.05	1
30,57	Valeriya Semenikhyna	JUV	1999	SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	02.07	1
28,92	Sofia Marques	JUV	1999	LAVRA	Porto	Campeonato Estafetas e Extras	Lousada	10.04	HEP
28,12	Beatriz Santos	JUV	2000	ACRDE	Aveiro	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	HEP
27,63	Dânia Furk	JUV	2000	ACM-A	Terceira	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1
27,24	Rannyeli Silva	JUV	1999	GCAD	C. Branco	Provas Extra	Covilhã	30.04	2

26,35		Filipa Cardoso	JUV	2000	AAPL	Setúbal	Campeonato Lançamentos Inverno	Seixal	23.02	3
26,33		Adelaide Cadilhe	JUV	1999	ACPV	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	HEP
26,19		Tatiana Melo	JUV	2000	CIAIA	Faial	Torneio Regional Atleta Completo	Ponta Delgada	24.04	1
26,19		Bárbara Poupino	JUV	2000	SCA	Santarém	Campeonato dde Juvenis	Fátima	25.06	3
26,10		Margarida Ferreira	JUV	2000	SCP	Lisboa	Provas Extra	Lisboa (AL)	26.06	HEP
25,73		Sofia Rêma	JUV	1999	CFOD	Porto	Torneio Atleta Completo	Povoa Varzim	24.04	2 t
25,68	*	Ana Rovisco Silva	JUV	1999	AJES	Évora	Campeonato do Alentejo	Vendas Novas	18.06	2
25,41		Bárbara Gama	JUV	1999	GCAD	C. Branco	Provas Extra	Covilhã	30.04	1
25,16		Carolina Santa Ana	JUV	1999	CDELP	Faial	Campeonato dos Açores	Ponta Delgada	18.06	2
24,63		Rute Soares	JUV	1999	AJS	Madeira	Torneio Olímpico Jovem - 3ª jornada	Machico	14.05	HEP
24,59		Alina Humenyuk - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1
24,38	*	Joana Gonçalves	JUV	1999	UCE	Coimbra	Campeonato Absoluto Coimbra	Pombal	11.06	1

TRIATLO

(60m Barreiras - Peso - Altura)

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
2423	pc	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	1
2067	pc	Raquel Haar	JUV	1999	GDD	Évora	Triatlo Técnico Inter Associações	Alpiarça	19.03	1
1893	pc	Carolina Ribeiro	JUV	2000	UFCT	Santarém	Triatlo Técnico Inter Associações	Alpiarça	19.03	2
1858	-2,2	Vitória Monteiro	JUV	1999	AAPL	Setúbal	Triatlo Técnico	Seixal	03.01	1
1806	pc	Raquel Marques	JUV	1999	SLB	Lisboa	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	Extra
1792	pc	Joana Ogura	JUV	1999	SCP	Lisboa	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	2
1745	-0,2	Renata Rocha	JUV	1999	GDE	Madeira	Triatlo Jovem	Ribeira Brava	27.02	1
1723	pc	Juliana Brites	JUV	2000	JV	Leiria	Triatlo Técnico Jovem Pista Coberta	Pombal	24.01	1
1722	pc	Érica Júlia	JUV	2000	CDFXXI	Algarve	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	3
1720	0,2	Dânia Furk	JUV	2000	ACM-A	Terceira	Triatlo Técnico Jovem	A. Heroísmo	09.01	1
1662	pc	Rositinay Mata - STP	JUV	1999	GDC	Setúbal	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	4
1637	pc	Ana Patrícia Moreira	JUV	1999	CAA	Porto	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	5
1630	pc	Alina Humenyuk - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	6
1565	pc	Mariana Novo	JUV	2000	ACPV	Porto	Triatlo Técnico Inter Associações	Lisboa (CAR)	27.02	7
1518	pc	Ana Alice Morais	JUV	2000		Beja	Triatlo Técnico Inter Associações	Alpiarça	19.03	3
1472	pc	Francisca Silva	JUV	2000	JUNI	Braga	Triatlo Técnico Jovem	Braga	20.02	1
1464	1,3	Ana Beatriz Gomes	JUV	2000	CSM	Madeira	Triatlo Jovem	Ribeira Brava	27.02	2
1426	-2,3	Beatriz Marcelo	JUV	1999	JDN	Beja	Triatlo Técnico Inter Associações	Alpiarça	19.03	4
1358	pc	Carolina Esteves	JUV	1999	CAMG	Leiria	Triatlo Técnico Jovem Pista Coberta	Pombal	24.01	3
1350	-0,2	Joana Gonçalves	JUV	1999	ACDSJ	Madeira	Triatlo Jovem	Ribeira Brava	27.02	2
1302	1,3	Lauriana Vontade	JUV	1999	MMSC	S. Miguel	Triatlo Técnico Jovem	P. Delgada	09.01	1
1300	-2,2	Catarina Carmo	JUV	1999	ACDC	Setúbal	Triatlo Técnico	Seixal	03.01	2
1286	pc	Ana Frias	JUV	2000	CAMG	Leiria	Triatlo Técnico Jovem Pista Coberta	Pombal	24.01	4
1260	pc	Raquel Carvalho	JUV	1999	CCDR	Braga	Triatlo Técnico Jovem	Braga	20.02	2
1217	-0,2	Tatiana Silva	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Triatlo Jovem	Ribeira Brava	27.02	4

PENTATLO TÉCNICO (PC)

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

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

PENTATLO (PC)

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

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS	
3553	pc	Raquel Haar	JUV	1999	GDD	Évora	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	3
3464	pc	Bárbara Silva	JUV	1999	LAVRA	Porto	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	4
3441	pc	Carolina Ribeiro	JUV	2000	UFCT	Santarém	Espanha - Portugal P. Combinadas	Salamanca	21.02	5

2895	pc	Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato Provas Combinadas	Pombal	10.01	2
2812	pc	Juliana Brites	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Provas Combinadas	Pombal	10.01	3
2726	pc	Eduarda Ferreira	INIC	2001	JV	Leiria	Campeonato Provas Combinadas	Pombal	10.01	4 t
2644	pc	Tatiana Gonçalves	INIC	2001	A 20 km	Santarém	Campeonato Provas Combinadas	Pombal	10.01	5 t
2594	pc	Alina Humenyuk - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	5
2528	pc	Beatriz Santos	JUV	2000	ACRDE	Aveiro	Campeonato Provas Combinadas	Pombal	10.01	Extra
2411	pc	Catarina Cunha	JUV	2000	JOMA	Lisboa	Campeonato Nacional Juvenis PC	Pombal	31.01	7

HEPTATLO

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

3150 / 4800

MARCA	V	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
5734	-0,8	Marisa Vaz Carvalho	JUV	1999	SLB	Lisboa	Meeting de Provas Combinadas	Arona - ESP	05.06	2
4280	-0,7	Carolina Ribeiro	JUV	2000	IND-S	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1
4158	-1,5	Dânia Furk	JUV	2000	ACM-A	Terceira	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2
3988	-0,7	Raquel Costa	JUV	1999	GAF	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3
3736	1,8	Juliana Brites	JUV	2000	JV	Leiria	Torneio Atleta Completo	Pombal	01.05	1
3583	-0,5	Ângela Costa	JUV	1999	AAPL	Setúbal	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	4
3508	-0,6	Ana Rita Silva	JUV	2000	JAM	Aveiro	Torneio Atleta Completo	Aveiro	10.04	1
3438	-0,6	Beatriz Santos	JUV	2000	ACRDE	Aveiro	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	5
3386	1,4	Alina Humenyuk - UKR	JUV	2000	JV	Leiria	Torneio Atleta Completo	Pombal	01.05	3
3374	-2,4	Raquel Marques	JUV	1999	SLB	Lisboa	Torneio Atleta Completo	Lisboa (AL)	03.04	1
3320	0,1	Miriam Tavares	JUV	2000	ACRVD	Aveiro	Torneio Atleta Completo	Aveiro	10.04	2
3296	0,9	Ema Camacho	JUV	2000	ACDSJ	Madeira	Campeonato de Provas Combinadas	Ribeira Brava	20.03	1
3279	-1,6	Mariana Novo	JUV	2000	ACPV	Porto	Campeonato Provas Combinadas	Luso	03.04	1
3208	1,0	Fátima Coutinho	JUV	1999	CAM-VC	V. Castelo	Torneio Atleta Completo	Viana Castelo	10.04	1
3195	-1,2	Ana Patrícia Moreira	JUV	2000	CAA	Porto	Torneio Atleta Completo	Póvoa Varzim	24.04	1
3177	-0,3	Sofia Réma	JUV	1999	CFOD	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	6
3094	0,4	Francisca Silva	JUV	2000	JUNI	Braga	Torneio Atleta Completo	Braga	10.04	1
3094	-0,7	Tatiana Gonçalves	JUV	2001	A 20 Km	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	7
2942	-0,9	Catarina Cunha	JUV	2000	JOMA	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	10
2908	0,9	Tatiana Melo	JUV	2000	CIAIA	Faial	Torneio Regional Atleta Completo	Ponta Delgada	24.04	1
2833	1,7	Ana Alice Morais	JUV	2000	BNSC	Beja	Torneio Atleta Completo	Odemira	01.05	2
2778	-0,8	Maria Grácio	JUV	1999	LAVRA	Porto	Torneio Atleta Completo	Póvoa Varzim	24.04	3
2681	0,5	Carla Moreira	JUV	2000	ESL	Aveiro	Torneio Atleta Completo	Aveiro	10.04	4
2674	-2,2	Catarina Carmo	JUV	1999	ACDC	Setúbal	Torneio Atleta Completo	Lisboa (AL)	03.04	Extra
2625	-3,0	Maria Luís Santos	JUV	1999	SLB	Lisboa	Torneio Atleta Completo	Lisboa (AL)	03.04	2

4 x 100 metros

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

52,51	R. Rocha - M. Santos - S. Andrade - M. Lucena	GDE	Madeira	Campeonato de Estafetas	Ribeira Brava	07.07	2 S 2
52,60	M. Grácio - B. Silva - A. Leite - S. Moreira	CNMAIA	Porto	Campeonato Nacional Escolar	Vagos	21.05	5 t
52,72	A. Costa - I. Rangel - F. Domingos - F. Cardoso	AAPL	Setúbal	Campeonato de Juniores	Almada	04.06	2
52,93	S. Rodrigues - F. Silva - R. Carvalho - F. Oliveira	AAB	Braga	Torneio Nacional Olímpico Jovem	Abrantes	12.06	1 S 2
52,97	A. Duarte - M. Santos - J. Fernandes - R. Mata	GDC	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	14.05	1

ESTAFETA MEDLEY (100 + 200 + 300 + 400)

MARCA	ATLETA	ESC	ANO	CLUBE	AR	COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	CLASS
2.21,08	D. Semedo - E. Barbosa - I. Farias - F. Diallo			COP	Algarve	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 3
2.22,29	D. Rodrigues - M. Silva - C. Karas - G. Machado			SCP	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 S 3
2.25,70	C. Bernardo - I. Barros - M. Santos - M. Marques			SLB	Lisboa	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 2
2.26,80	M. Alves - B. Vila - T. Vilaça - L. Pinto			EMOV	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	1
2.27,91	R. Campos - A. Leirte - J. Neto - A. Pereira			MAC	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3 S 3
2.27,93	F. Machado - E. Barbosa - I. Farias - F. Diallo			COP	Algarve	Campeonato de Juvenis	Lagoa	15.05	1
2.28,82	A. Ferreira - S. Rodrigues - L. Costa - M. Machado			SCB	Braga	Campeonato de Juvenis	Braga	08.06	1
2.28,92	S. Rodrigues - L. Costa - I. Silva - S. Silva			SCB	Braga	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	4 S 3
2.29,00	J. Vieira - M. Rodrigues - C. Rodrigues - O. Conceição			ADREP	Aveiro	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	1 S 1
2.29,27	S. Sani - J. Carlos - C. Silva - D. Santos			JV	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	5 S 3
2.29,36	S. Sani - J. Carlos - C. Santos - A. Humenyuk			JV	Leiria	Festival de Estafetas	Vagos	21.05	1
2.29,59	B. Agostinho - N. Ferro - A. Morais - C. Turcu			BNSC	Beja	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 S 2
2.32,08	R. Sousa - S. Aguiar - R. Campos - A. Pereira			MAC	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	2
2.32,69	M. Santos - B. Amaral - J. Fernandes - A. Duarte			GDC	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	15.05	1
2.32,92	R. Mata - M. Santos - J. Fernandes - B. Amaral			GDC	Setúbal	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	6 S 3
2.33,07	E. Peixinho - S. Gonçalves - M. Sousa - B. Gameiro			A 20 Km	Santarém	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	2 S 1
2.33,13	A. Gomes - N. Silva - M. Truta - C. Pinho			CFOD	Porto	Campeonato de Juvenis	Maia	05.06	3
2.36,64	P. Costa - N. Lopes - C. Costa - M. Veloso			UCE	Coimbra	Festival de Estafetas	Vagos	21.05	2
2.38,42	I. Oliveira - C. Duarte - B. Costa - J. Silva			GRECAS	Aveiro	Festival de Estafetas	Vagos	21.05	3
2.38,48	C. Gomes - B. Vila - M. Alves - T. Vilaça			EMOV	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	7 S 3
2.38,90	B. Marques - N. Silva - M. Truta - C. Pinho			CFOD	Porto	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3 S 2
2.40,72	P. Sousa - S. Cordeiro - L. Bastos - D. Silva			JAM	Aveiro	Festival de Estafetas	Vagos	21.05	4
2.42,93	I. Lopes - A. Frias - M. Teixeira - M. Esteves			CAMG	Leiria	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	5 S 2
2.43,20	F. Cardoso - F. Domingos - R. Rangel - M. Balona			AAPL	Setúbal	Campeonato de Juvenis	Almada	15.05	2
2.43,56	R. Pascoal - J. Palma - A. Carrasqueira - R. Coelho			CBF	Algarve	Campeonato Nacional de Juvenis	Lagoa	03.07	3 S 1

