



Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos**100 Metros planos**

Top

3 4,94

1 2,97	LILIANA MANHENTE	85 Sen	Individual - Porto	23/07/2016	8ª <i>Maia 41041</i>
1 2,99	0,0 Liliana Manhente	85 Sen	INDIVIDUAL - PORTO	01/05/2016	1ª <i>Amarante 41027</i>
1 3,06	+ 1,8 Liliana Manhente	85 Sen	Individual - Porto	13/07/2016	5ª <i>Braga 47022</i>
1 3,09	+ 0,8 Liliana Manhente	85 Sen	Individual - Porto	15/06/2016	6ª <i>Maia 41038</i>
1 3,10	0,0 Liliana Manhente	85 Sen	INDIVIDUAL - PORTO	01/05/2016	2ª <i>Amarante 41027</i>
1 3,21	+ 1,6 Liliana Manhente	85 Sen	INDIVIDUAL - PORTO	21/05/2016	6ª <i>Maia 41032</i>
1 3,4	- 1,2 ONDINA SALGADO	84 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	16/04/2016	4ª <i>Maia 41022</i>
1 3,81	- 1,4 Ondina Salgado	84 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	25/05/2016	2ª <i>Póvoa de Varzim 41033</i>
1 4,00	- 1,5 Ondina Salgado	84 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	28/05/2016	2ª <i>Viana do Castelo 03034</i>
1 4,20	0,0 RAQUEL CERQUEIRA	83 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	01/05/2016	3ª <i>Amarante 41027</i>
1 4,39	0,0 Raquel Cerqueira	83 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	01/05/2016	6ª <i>Amarante 41027</i>
1 4,44	+ 1,2 Raquel Cerqueira	83 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	13/07/2016	7ª <i>Braga 47022</i>
1 4,3	- 1,3 ANA LEAL	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	07/05/2016	2ª <i>Lousada 41029</i>
1 4,68	0,0 CATARINA PINTO	90 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	01/05/2016	5ª <i>Amarante 41027</i>
1 4,68	- 1,1 Ana Leal	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	25/05/2016	5ª <i>Póvoa de Varzim 41033</i>
1 4,6	- 2,2 Ana Leal	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	16/04/2016	4ª <i>Maia 41022</i>
1 4,86	- 1,5 Ana Leal	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	28/05/2016	5ª <i>Viana do Castelo 03034</i>
1 5,3	- 1,3 SANDRA ALVES	82 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	07/05/2016	6ª <i>Lousada 41029</i>
2 6,74	+ 0,6 LEONOR TORRES	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	07/05/2016	6ª <i>Luso 30039</i>
3 4,94	+ 0,6 LUISA VALENTE	90 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	07/05/2016	7ª <i>Luso 30039</i>

Marcas com vento antiregulamentar

1 2,77	Liliana Manhente	85 Sen	Individual - Porto	23/07/2016	5ª <i>Maia 41041</i>
1 3,49	+ 2,5 Ondina Salgado	84 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	15/06/2016	5ª <i>Maia 41038</i>
1 3,55	+ 2,1 Ondina Salgado	84 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	30/04/2016	5ª <i>Lousada 41026</i>
1 3,81	+ 2,1 Raquel Cerqueira	83 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	30/04/2016	2ª <i>Lousada 41026</i>
1 3,94	Raquel Cerqueira	83 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	23/07/2016	5ª <i>Maia 41041</i>
1 4,05	+ 2,9 Raquel Cerqueira	83 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	25/06/2016	1ª <i>Maia 03039</i>
1 4,25	+ 3,1 Ana Leal	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	15/06/2016	4ª <i>Maia 41038</i>
1 6,51	Ana Catarina Ramos	89 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	23/07/2016	6ª <i>Maia 41041</i>



Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos

60 Metros Planos

Top

9,76

8,57 + 0,8 **ONDINA SALGADO** 84 Sen CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS 20/02/2016 1ª Póvoa de Varzim 41008

Marcas com vento antiregulamentar

9,76 + 2,3 Carla Silva 90 Sen C ATLETISMO AVINTES 21/11/2015 6ª Maia 41001





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos**200 Metros**

Top

3 5,51

2 7,33	LILIANA MANHENTE	85 Sen	Individual - Porto	24/07/2016	3ª Maia 41041
2 7,50	Liliana Manhente	85 Sen	Individual - Porto	24/07/2016	2ª Maia 41041
2 7,93	- 1,8 Liliana Manhente	85 Sen	Individual - Porto	05/06/2016	1ª Vila Nova de Cerveira 49021
2 8,02	+ 0,3 ONDINA SALGADO	84 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	08/06/2016	6ª Lousada 41037
2 8,34	+ 0,5 Ondina Salgado	84 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	20/02/2016	3ª Póvoa de Varzim 41008
2 8,68	- 2,7 Ondina Salgado	84 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	29/05/2016	5ª Viana do Castelo 03034
2 9,84	+ 0,1 ANA LEAL	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	08/06/2016	4ª Lousada 41037
3 0,92	- 0,3 Ana Leal	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	29/05/2016	5ª Viana do Castelo 03034
3 0,98	0,0 Ana Leal	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	25/05/2016	3ª Póvoa de Varzim 41033
3 1,1	- 1,6 Ana Leal	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	03/04/2016	5ª Póvoa de Varzim 41019
3 5,51	ANA CATARINA RAMOS	89 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	24/07/2016	6ª Maia 41041

Marcas com vento antiregulamentar

2 7,84	+ 2,6 Ondina Salgado	84 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	30/04/2016	3ª Lousada 41026
---------------	----------------------	--------	------------------------------	------------	------------------





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos

800 Metros

Top 2 2 7,18

2 1 2,49	LETICIA BARBOSA	92 Sen	Individual	04/06/2016	1ª <i>Maia 41036</i>
2 2 2,00	ANA MARGARIDA LOPE	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	2ª <i>Lousada 41037</i>
2 2 6,32	Ana Margarida Lopes	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	17/07/2016	3ª <i>Setubal 03048</i>
2 2 7,18	Ana Margarida Lopes	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	29/05/2016	3ª <i>Viana do Castelo 03034</i>





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos

1.500 Metros

Top

6 2 3,61

4 5 1,38	ANA MARGARIDA LOPE	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	13/07/2016	3ª Braga 47022
4 5 5,17	Ana Margarida Lopes	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	28/05/2016	3ª Viana do Castelo 03034
4 5 7,67	Ana Margarida Lopes	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	12ª Maia 41038
5 0 5,38	Ana Margarida Lopes	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/07/2016	2ª Setubal 03048
5 0 9,21	JOANA FORTUNA	91 Sen	CLUBE SPIRIDON GAIA	13/07/2016	4ª Braga 47022
5 1 3,16	Joana Fortuna	91 Sen	CLUBE SPIRIDON GAIA	15/06/2016	5ª Maia 41038
5 3 8,17	SÓNIA DE SOUSA	82 Sen	A R L V GONDOMARENSE	25/05/2016	8ª Póvoa de Varzim 41033
5 5 9,01	RITA CRESPO	92 Sen	C S R DESP SANTIAGO	23/03/2016	12ª Maia 41018
6 2 3,61	CARMINA GOMES	82 Sen	BOAVISTA F C	15/06/2016	15ª Maia 41038





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos

3.000 Metros

Top 1 2 1 4,94

1 1 1 4,85	JOANA FORTUNA	91 Sen	CLUBE SPIRIDON GAIA	08/06/2016	14ª Lousada 41037
1 2 1 4,94	Joana Fortuna	91 Sen	CLUBE SPIRIDON GAIA	29/05/2016	7ª Viana do Castelo 03034





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos

5.000 Metros

Top 2 1 4 9,65

1 8 4 9,60	CÁTIA COSTA	89 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	16/07/2016	1ª Setubal 03048
1 8 5 2,11	Cátia Costa	89 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	28/05/2016	1ª Viana do Castelo 03034
1 9 1 2,99	Cátia Costa	89 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	24/07/2016	1ª Maia 41041
2 1 4 9,65	JOANA FORTUNA	91 Sen	CLUBE SPIRIDON GAIA	24/07/2016	7ª Maia 41041





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos

10.000 Metros

Top 4 6 1 5,99

3 8 5 8,55	CÁTIA COSTA	89 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	19/03/2016	1ª Maia 41016
4 2 3 3,93	JOANA FORTUNA	91 Sen	CLUBE SPIRIDON GAIA	19/03/2016	4ª Maia 41016
4 6 1 5,99	RITA CRESPO	92 Sen	C S R DESP SANTIAGO	19/03/2016	6ª Maia 41016





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos

400 M Barreiras-0.76

Top

7 9,30

7 9,30

SÍLVIA FLÓRIDO

93 Sen

ESCOLA DO MOVIMENTO

17/07/2016

5ª Setubal 03048





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos

3.000 Mt.Obstáculos

Top 1 3 4 4,68

1 2 3 9,67	JOANA FORTUNA	91 Sen	CLUBE SPIRIDON GAIA	23/07/2016	2ª <i>Maia 41041</i>
1 2 4 3,62	Joana Fortuna	91 Sen	CLUBE SPIRIDON GAIA	28/05/2016	3ª <i>Viana do Castelo 03034</i>
1 3 4 4,68	ANDREIA TRINDADE	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	28/05/2016	9ª <i>Viana do Castelo 03034</i>





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos

Salto em Altura

Top

1,35

1,35

ROSALINA CARVALHO

90 Sen

CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA

25/05/2016

8ª Póvoa de Varzim 41033





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos**Salto em Comprimento**

Top

3,45

4,82	+ 1,3	CLÁUDIA SANTOS	89 Sen	S C LENINE CUNHA	26/06/2016	1ª <i>Maia 03039</i>
4,79	0,0	Cláudia Santos	89 Sen	S C LENINE CUNHA	25/05/2016	3ª <i>Póvoa de Varzim 41033</i>
4,79		Cláudia Santos	89 Sen	S C LENINE CUNHA	24/07/2016	4ª <i>Maia 41041</i>
4,67	+ 0,8	Cláudia Santos	89 Sen	S C LENINE CUNHA	13/07/2016	4ª <i>Braga 47022</i>
4,53	+ 1,8	RAQUEL CERQUEIRA	83 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	26/06/2016	4ª <i>Maia 03039</i>
4,35		Raquel Cerqueira	83 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	24/07/2016	12ª <i>Maia 41041</i>
4,29	0,0	Raquel Cerqueira	83 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	25/05/2016	7ª <i>Póvoa de Varzim 41033</i>
4,28	+ 1,5	Raquel Cerqueira	83 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	30/04/2016	1ª <i>Lousada 41026</i>
4,25	0,0	Raquel Cerqueira	83 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	01/05/2016	7ª <i>Amarante 41027</i>
4,09		ANA LEAL	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	24/07/2016	17ª <i>Maia 41041</i>
3,94	- 0,8	Raquel Cerqueira	83 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	13/07/2016	8ª <i>Braga 47022</i>
3,75	- 1,5	Ana Leal	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	07/05/2016	9ª <i>Lousada 41029</i>
3,67	+ 0,1	Ana Leal	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	08/06/2016	8ª <i>Lousada 41037</i>
3,49	- 1,0	SANDRA ALVES	82 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	07/05/2016	10ª <i>Lousada 41029</i>
3,45		ANA CATARINA RAMOS	89 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	24/07/2016	19ª <i>Maia 41041</i>





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos**Lançamento Peso-4Kg**

Top

5,19

9,80	LILIANA MANHENTE	85 Sen	INDIVIDUAL - PORTO	01/05/2016	2ª Amarante 41027
9,76	TERESA RIBEIRO	88 Sen	AC FERNANDA RIBEIRO	23/07/2016	4ª Maia 41041
9,28	Liliana Manhente	85 Sen	Individual - Porto	13/07/2016	2ª Braga 47022
8,33	PAULA PONTES	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	29/05/2016	8ª Viana do Castelo 03034
8,32	CARLA SILVA	90 Sen	C ATLETISMO AVINTES	10/04/2016	1ª Lousada 41021
7,93	RAQUEL SILVA	90 Sen	C ATLETISMO AVINTES	22/11/2015	1ª Inatel 41002
6,93	LARA MOTA	84 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	01/05/2016	4ª Amarante 41027
6,51	ANA CARNEIRO	86 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	10/04/2016	4ª Lousada 41021
6,44	Ana Carneiro	86 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	23/07/2016	13ª Maia 41041
5,89	Lara Mota	84 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	22/11/2015	4ª Inatel 41002
5,19	ANABELA RIBEIRO	82 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	01/05/2016	5ª Amarante 41027





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos**Dardo 600 Gr**

Top

1 6,05

41,81	ANA PIRES	87 Sen	AC FERNANDA RIBEIRO	26/06/2016	6ª <i>Maia 03039</i>
40,04	Ana Pires	87 Sen	AC FERNANDA RIBEIRO	25/05/2016	2ª <i>Póvoa de Varzim 41033</i>
39,70	Ana Pires	87 Sen	AC FERNANDA RIBEIRO	15/06/2016	3ª <i>Maia 41038</i>
39,52	Ana Pires	87 Sen	AC FERNANDA RIBEIRO	16/04/2016	1ª <i>Maia 41022</i>
38,74	Ana Pires	87 Sen	AC FERNANDA RIBEIRO	23/07/2016	1ª <i>Maia 41041</i>
38,16	TERESA RIBEIRO	88 Sen	AC FERNANDA RIBEIRO	26/06/2016	8ª <i>Maia 03039</i>
37,32	Teresa Ribeiro	88 Sen	AC FERNANDA RIBEIRO	25/05/2016	3ª <i>Póvoa de Varzim 41033</i>
34,30	Teresa Ribeiro	88 Sen	AC FERNANDA RIBEIRO	23/07/2016	2ª <i>Maia 41041</i>
33,09	Teresa Ribeiro	88 Sen	AC FERNANDA RIBEIRO	15/06/2016	4ª <i>Maia 41038</i>
32,27	LILIANA MANHENTE	85 Sen	Individual - Porto	23/07/2016	3ª <i>Maia 41041</i>
32,10	Liliana Manhente	85 Sen	Individual - Porto	05/06/2016	2ª <i>Vila Nova de Cerveira 49021</i>
30,33	ROSALINA CARVALHO	90 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	29/05/2016	4ª <i>Viana do Castelo 03034</i>
29,94	Liliana Manhente	85 Sen	Individual - Porto	15/06/2016	5ª <i>Maia 41038</i>
27,54	CARLA SILVA	90 Sen	C ATLETISMO AVINTES	16/04/2016	2ª <i>Maia 41022</i>
27,30	Carla Silva	90 Sen	C ATLETISMO AVINTES	21/11/2015	2ª <i>Maia 41001</i>
18,35	LARA MOTA	84 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	21/11/2015	3ª <i>Maia 41001</i>
17,91	ANA CARNEIRO	86 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	16/04/2016	5ª <i>Maia 41022</i>
16,29	Ana Carneiro	86 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	23/07/2016	10ª <i>Maia 41041</i>
16,05	ANA CATARINA RAMOS	89 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	23/07/2016	11ª <i>Maia 41041</i>





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos

Disco 1 Kg

Top

1 3,98

31,08	VANESSA PEDROSA	92 Sen	CLUBE SPIRIDON GAIA	24/01/2016	1ª Inatel 41007
30,38	Vanessa Pedrosa	92 Sen	CLUBE SPIRIDON GAIA	24/07/2016	3ª Maia 41041
30,07	Vanessa Pedrosa	92 Sen	CLUBE SPIRIDON GAIA	28/05/2016	3ª Viana do Castelo 03034
28,99	Vanessa Pedrosa	92 Sen	CLUBE SPIRIDON GAIA	10/04/2016	2ª Porto 41023
25,27	CARLA SILVA	90 Sen	C ATLETISMO AVINTES	24/01/2016	2ª Inatel 41007
17,48	JOANA SILVA	84 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	28/05/2016	11ª Viana do Castelo 03034
16,87	LARA MOTA	84 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	22/11/2015	4ª Inatel 41002
14,30	ANA CARNEIRO	86 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	24/01/2016	4ª Inatel 41007
13,98	Ana Carneiro	86 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	24/07/2016	14ª Maia 41041





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos**4X100 Metros Planos**

Top

7 8,19

5 0,10	MAIA A C	90 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	16/07/2016	1ª	Setubal 03048
	<i>Sofia Lascasas 1995 / Inês Aires 1997 / Jésssica Neto 1999 / Inês Dias 1997</i>					
5 1,63	ESCOLA DO MOVIMEN	90 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/07/2016	4ª	Setubal 03048
	<i>Berenice Vila 1999 / Marta Rodrigues 1997 / Inês Ferrão 1998 / Inês Matos Luís 1996</i>					
5 8,72	C D C NAVAIS	84 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	28/05/2016	4ª	Viana do Castelo 03034
	<i>Ondina Salgado 1984 / Raquel Marafona 1996 / Vitória Pinheiro 1998 / Raquel Andrade 1999</i>					
5 9,99	C D POVOA	89 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	28/05/2016	5ª	Viana do Castelo 03034
	<i>Fátima Silva 1998 / Marta Monteiro 1990 / Ana Leal 1992 / Ana Catarina Ramos 1989</i>					
6 8,14	C. F. OLIVEIRA DOURO	74 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	1ª	Maia 41003
	<i>Aurora Silva (1975) / Ana Vieira (1979) / Sónia Couto (1976) / Célia Silva (1974)</i>					
7 4,38	C. F. OLIVEIRA DOURO	67 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	3ª	Maia 41003
	<i>Maria Vieira (1977) / Sónia Santos (1974) / Alice Couto (1967) / Helena Santos (1968)</i>					
7 8,19	C. F. OLIVEIRA DOURO	65 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	4ª	Maia 41003
	<i>Carla Santos (1971) / Natália Costa (1975) / Sandra Correia (1977) / Manuela Silva (1965)</i>					





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos**4X400 Metros**

Top

6 5 5,99

4 0 9,97	MAIA A C	90 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	17/07/2016	1ª Setubal 03048
	<i>Maria Carvalho 1999 / Inês Aires 1997 / Ana Ribeiro 1997 / Angelica Pereira 2000</i>				
4 2 9,88	C SPIRIDOM GAIA	91 Sen	CLUBE SPIRIDON GAIA	29/05/2016	3ª Viana do Castelo 03034
	<i>Catarina Barbosa 1996 / Alexandra Cunha 1995 / Joana Fortuna 1991 / Adriana Costa 1997</i>				
4 3 2,55	OLIVEIRA DOURO	79 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	24/07/2016	3ª Maia 41041
	<i>Rita Sousa 1998 / Sofia Rêma 1999 / Ana Vieira 1979 / Nelma Baessa 1997</i>				
4 3 3,44	C S GAIA	91 Sen	CLUBE SPIRIDON GAIA	24/07/2016	4ª Maia 41041
	<i>Catarina Barbosa 1996 / Joana Fortuna 1991 / Joana Matos 1999 / Adriana Costa 1997</i>				
4 3 8,95	ESOLA MOVIMENTO	71 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	29/05/2016	6ª Viana do Castelo 03034
	<i>Andreia Trindade 1992 / Ana Margarida Lopes 1991 / Telma Vilaça 2000 / Carla Mendes 1971</i>				
5 1 1,14	AVINTES	72 Sen	C ATLETISMO AVINTES	24/07/2016	6ª Maia 41041
	<i>Cláudia Costa 2000 / Carla Mendes 1978 / Sara Silva 2000 / Marcelina Carvalho 1972</i>				
5 2 9,69	C F OLIVEIRA DOURO	67 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	03/04/2016	1ª Lousada 41040
	<i>Ana Vieira 1979 / Alice Couto 1967 / Manuela Faria 1970 / Helena Santos 1968</i>				
5 3 4,4	C F OLIVEIRA DOURO	68 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	10/04/2016	1ª Lousada 41021
	<i>Aurora Silva (1975) / Sónia Couto (1976) / Ana Vieira (1979) / Helena Santos (1968)</i>				
5 5 5,59	C C AVINTES	57 Sen	C ATLETISMO AVINTES	03/04/2016	2ª Lousada 41040
	<i>Ana Guedes 1973 / Carla Mendes 1978 / Noémia Rolla 1957 / Marcelina Carvalho 1972</i>				
6 5 5,99	C F OLIVEIRA DOURO	65 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	03/04/2016	3ª Lousada 41040
	<i>Sónia Couto 1976 / Sandra Correia 1977 / Maria Vieira 1977 / Manuela Silva 1965</i>				





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos

Estafeta Sueca

Top 2 3 6,60

2 3 6,6

C S GAIA

93 Sen CLUBE SPIRIDON GAIA

10/04/2016

2ª Lousada 41021

Catarina Barbosa (1996) / Daniela Cruz (1993) / Alexandra Cunha (1995) / Adriana Costa (1997)





Ranking de 2016

Ar Livre

do escalão: Seniores

Femininos

3000 Metros Marcha

Top **2 2 5 8,68**

2 2 5 8,68

ANA CATARINA RAMOS 89 Sen CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA 28/05/2016 10ª Viana do Castelo 03034

