

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**60 Metros Planos**

Top

9,10

7,89	ANA COSTA	02 Juv	BOAVISTA F C	03/02/2018	3ª Pombal 24010
7,90	SARA MOREIRA	01 Juv	Ass Atl Porto	03/03/2018	1ª Alpiarça 03018
7,99	Sara Moreira	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	13/01/2018	1ª Pombal 03004
8,02	Sara Moreira	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	13/01/2018	2ª Pombal 03004
8,09	SOFIA LASCASAS	95 Sen	MAIA A C	17/02/2018	4ª Pombal 03014
8,17	Sofia Lascasas	95 Sen	MAIA A C	28/01/2018	2ª Pombal 03008
8,18	MARIA SANTOS	02 Juv	C DESP C+S LAVRA	03/02/2018	1ª Pombal 24010
8,19	Maria Santos	02 Juv	C DESP C+S LAVRA	17/02/2018	5ª Pombal 03014
8,20	VERA MONTEIRO	02 Juv	RUNRIVER - RIO TINTO	13/01/2018	3ª Pombal 03004
8,20	Vera Monteiro	02 Juv	RUNRIVER - RIO TINTO	13/01/2018	5ª Pombal 03004
8,20	Maria Santos	02 Juv	C DESP C+S LAVRA	28/01/2018	3ª Pombal 03008
8,23	Maria Santos	02 Juv	C DESP C+S LAVRA	20/01/2018	4ª Pombal 03006
8,24	JOANA CALÇADA	02 Juv	MAIA A C	13/01/2018	6ª Pombal 03004
8,24	Joana Calçada	02 Juv	MAIA A C	17/02/2018	4ª Pombal 03013
8,25	Maria Santos	02 Juv	C DESP C+S LAVRA	13/01/2018	2ª Pombal 03004
8,25	Maria Santos	02 Juv	C DESP C+S LAVRA	20/01/2018	8ª Pombal 03006
8,27	Joana Calçada	02 Juv	MAIA A C	13/01/2018	4ª Pombal 03004
8,27	MARIANA ALVES	01 Juv	ESCOLA DO MOVIMENTO	20/01/2018	4ª Pombal 03006
8,27	Sara Moreira	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	03/02/2018	5ª Pombal 24010
8,29	Mariana Alves	01 Juv	ESCOLA DO MOVIMENTO	13/01/2018	5ª Pombal 03004
8,29	Maria Santos	02 Juv	C DESP C+S LAVRA	13/01/2018	6ª Pombal 03004
8,29	ANA NADAIS	01 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	20/01/2018	3ª Pombal 03006
8,34	SARA SILVA	00 Jun	C F OLIVEIRA DOURO	27/01/2018	8ª Pombal 03008
8,39	Mariana Alves	01 Juv	ESCOLA DO MOVIMENTO	13/01/2018	8ª Pombal 03004
8,40	Sara Silva	00 Jun	C F OLIVEIRA DOURO	20/01/2018	6ª Pombal 03006
8,45	MARTA RODRIGUES	97 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	27/01/2018	1ª Pombal 03008
8,54	BRUNA GUEDELHA	98 S23	A C PÓVOA DE VARZIM	28/01/2018	1ª Pombal 03008
8,54	MÓNICA RODRIGUES	01 Juv	E ATLETISMO TROFA	28/01/2018	5ª Pombal 03008
8,55	Mónica Rodrigues	01 Juv	E ATLETISMO TROFA	13/01/2018	7ª Pombal 03004
9,08	Sara Moreira	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	13/01/2018	8ª Pombal 03004
9,10	SANDRINA MATOS	98 S23	CLUBE DESP DA PÓVOA	28/01/2018	5ª Pombal 03008

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**200 Metros**

Top

2 9,52

2 5,25	ANA COSTA	02 Juv	BOAVISTA F C	14/01/2018	1ª Pombal 03004
2 5,35	Ana Costa	02 Juv	BOAVISTA F C	21/01/2018	2ª Pombal 03006
2 5,92	RAFAELA HORA	98 S23	C DESP C+S LAVRA	18/02/2018	3ª Pombal 03014
2 6,17	SARA MOREIRA	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	28/01/2018	1ª Pombal 03008
2 6,23	Rafaela Hora	98 S23	C DESP C+S LAVRA	11/02/2018	3ª Pombal 03011
2 6,23	Rafaela Hora	98 S23	C DESP C+S LAVRA	04/03/2018	3ª Pombal 03019
2 6,26	Rafaela Hora	98 Jun	C DESP C+S LAVRA	30/12/2017	2ª Ourense 41014
2 7,54	SARA SILVA	00 Jun	C F OLIVEIRA DOURO	27/01/2018	4ª Pombal 03008
2 7,85	SOFIA LASCASAS	95 Sen	MAIA A C	28/01/2018	4ª Pombal 03008
2 7,89	VERA MONTEIRO	02 Juv	RUNRIVER - RIO TINTO	14/01/2018	2ª Pombal 03004
2 7,89	Sara Silva	00 Jun	C F OLIVEIRA DOURO	21/01/2018	5ª Pombal 03006
2 8,03	Sofia Lascasas	95 Sen	MAIA A C	18/02/2018	4ª Pombal 03014
2 8,07	MARIANA ALVES	01 Juv	ESCOLA DO MOVIMENTO	27/01/2018	4ª Pombal 03008
2 8,21	SANDRA SÁ	01 Juv	E ATLETISMO TROFA	30/12/2017	6ª Ourense 41014
2 8,36	CATARINA OLIVEIRA	98 S23	CLUBE DESP DA PÓVOA	28/01/2018	2ª Pombal 03008
2 8,87	MÓNICA RODRIGUES	01 Juv	E ATLETISMO TROFA	30/12/2017	5ª Ourense 41014
2 9,11	DIANA RODRIGUES	01 Juv	E ATLETISMO TROFA	28/01/2018	5ª Pombal 03008
2 9,37	Diana Rodrigues	01 Juv	E ATLETISMO TROFA	30/12/2017	7ª Ourense 41014
2 9,52	FILIPA MONTEIRO	02 Juv	A C PÓVOA DE VARZIM	28/01/2018	5ª Pombal 03008

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**300 Metros Planos**

Top

4 3,96

3 9,94	ANA COSTA	02 Juv	BOAVISTA F C	13/01/2018	1ª Pombal 03004
4 3,96	ANA NADAIS	01 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	13/01/2018	3ª Pombal 03004

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**400 Metros Planos**Top **6 7,37**

5 6,87	ANA COSTA	02 Juv	BOAVISTA F C	03/02/2018	4ª Pombal 24010
5 6,92	Ana Costa	02 Juv	BOAVISTA F C	20/01/2018	1ª Pombal 03006
5 8,52	RAFAELA HORA	98 S23	C DESP C+S LAVRA	03/02/2018	1ª Pombal 24010
5 8,53	Rafaela Hora	98 S23	C DESP C+S LAVRA	28/01/2018	2ª Pombal 03008
5 8,60	Rafaela Hora	98 S23	C DESP C+S LAVRA	17/02/2018	1ª Pombal 03014
5 8,72	Rafaela Hora	98 S23	C DESP C+S LAVRA	10/02/2018	3ª Pombal 03011
5 8,96	Rafaela Hora	98 S23	C DESP C+S LAVRA	03/03/2018	3ª Pombal 03019
6 3,13	ANA NADAIS	01 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	27/01/2018	2ª Pombal 03008
6 4,20	ANGELICA PEREIRA	00 Jun	MAIA A C	20/01/2018	4ª Pombal 03006
6 4,41	MARIA CARVALHO	99 Jun	MAIA A C	17/02/2018	4ª Pombal 03014
6 4,86	SANDRA SÁ	01 Juv	E ATLETISMO TROFA	28/01/2018	4ª Pombal 03008
6 5,18	CLÁUDIA COSTA	00 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	28/01/2018	3ª Pombal 03008
6 5,54	Maria Carvalho	99 Jun	MAIA A C	28/01/2018	5ª Pombal 03008
6 6,64	ROSALINA CARVALHO	90 Sen	CLUBE DESP DA PÓVOA	28/01/2018	4ª Pombal 03008
6 7,37	TELMA VILAÇA	00 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	27/01/2018	4ª Pombal 03008

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**800 Metros**

Top 2 5 4,69

2 2 0,50	MARIANA REGALO	01 Juv	MAIA A C	28/01/2018	2ª Pombal 03008
2 2 1,33	ANA COSTA	02 Juv	BOAVISTA F C	14/01/2018	2ª Pombal 03004
2 2 1,70	Mariana Regalo	01 Juv	MAIA A C	14/01/2018	1ª Pombal 03004
2 2 2,37	ANA NUNES	99 Jun	A DESP LUSTOSA	21/01/2018	3ª Pombal 03006
2 2 2,98	Ana Nunes	99 Jun	A DESP LUSTOSA	04/03/2018	9ª Pombal 03019
2 2 3,41	SÍLVIA SANTOS	94 Sen	C DESP C+S LAVRA	28/01/2018	5ª Pombal 03008
2 2 3,71	Mariana Regalo	01 Juv	MAIA A C	18/02/2018	2ª Pombal 03014
2 2 5,44	Sílvia Santos	94 Sen	C DESP C+S LAVRA	11/02/2018	6ª Pombal 03011
2 2 5,48	ISABEL SOUSA	84 Sen	C F OLIVEIRA DOURO	27/01/2018	5ª Pombal 03008
2 2 7,36	Sílvia Santos	94 Sen	C DESP C+S LAVRA	18/02/2018	5ª Pombal 03014
2 3 1,75	TATIANA COSTA	01 Juv	U DESP DA VÁRZEA	14/01/2018	6ª Pombal 03004
2 3 7,28	MARIA ISILDA COSTA	02 Juv	CLUBE DESP DA PÓVOA	28/01/2018	7ª Pombal 03008
2 4 4,78	SOFIA RÊMA	99 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	21/01/2018	5ª Pombal 03007
2 5 2,50	VITÓRIA OLIVEIRA	02 Juv	BOAVISTA F C	03/02/2018	7ª Pombal 24010
2 5 4,69	ANA SILVA	98 S23	E ATLETISMO TROFA	28/01/2018	9ª Pombal 03008

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**1.500 Metros**

Top 6 1 6,20

4 3 2,21	HELENA ALVES	97 S23	U DESP DA VÁRZEA	03/03/2018	1ª Pombal 03019	
4 4 1,03	Helena Alves	97 S23	U DESP DA VÁRZEA	10/02/2018	3ª Pombal 03011	
4 4 1,35	Helena Alves	97 S23	U DESP DA VÁRZEA	06/01/2018	3ª Pombal 24007	X
4 4 3,59	LIA LEMOS	01 Juv	MAIA A C	13/01/2018	2ª Pombal 03004	
4 4 4,50	MARTA LOURENÇO	01 Juv	MAIA A C	13/01/2018	3ª Pombal 03004	
4 4 5,51	Lia Lemos	01 Juv	MAIA A C	28/01/2018	1ª Pombal 03008	
4 4 9,59	SOFIA TEIXEIRA	97 S23	U DESP DA VÁRZEA	03/03/2018	5ª Pombal 03019	
4 5 0,10	Sofia Teixeira	97 S23	U DESP DA VÁRZEA	06/01/2018	4ª Pombal 24007	X
4 5 2,88	MARA RESENDE	00 Jun	MAIA A C	17/02/2018	4ª Pombal 03014	
4 5 6,15	MARIANA REGALO	01 Juv	MAIA A C	20/01/2018	1ª Pombal 03006	
4 5 7,41	Mara Resende	00 Jun	MAIA A C	20/01/2018	3ª Pombal 03006	
5 0 1,26	TATIANA COSTA	01 Juv	U DESP DA VÁRZEA	06/01/2018	6ª Pombal 24007	X
5 0 3,69	FILIPA LOPES	02 Juv	U DESP DA VÁRZEA	13/01/2018	5ª Pombal 03004	
5 0 5,45	ALICE OLIVEIRA	00 Juv	MAIA A C	30/12/217	8ª Ourense 41014	
5 0 6,49	Alice Oliveira	00 Jun	MAIA A C	20/01/2018	11ª Pombal 03006	
5 0 6,65	SOFIA GONÇALVES	93 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	27/01/2018	8ª Pombal 03008	
5 0 8,65	SÍLVIA SANTOS	94 Sen	C DESP C+S LAVRA	17/02/2018	7ª Pombal 03014	
5 1 1,15	Tatiana Costa	01 Juv	U DESP DA VÁRZEA	13/01/2018	9ª Pombal 03004	
5 1 5,36	JOANA MIDÃO	01 Juv	U DESP DA VÁRZEA	06/01/2018	1ª Pombal 24007	X
5 3 3,90	BÁRBARA SANTOS	00 Jun	C F OLIVEIRA DOURO	27/01/2018	10ª Pombal 03008	
5 4 0,26	NADINE LARANJEIRA	96 S23	CLUBE DESP DA PÓVOA	28/01/2018	6ª Pombal 03008	
5 4 1,27	TERESA MELO	97 S23	C DESP C+S LAVRA	28/01/2018	7ª Pombal 03008	
6 1 6,20	ANA SILVA	98 Jun	E ATLETISMO TROFA	30/12/217	9ª Ourense 41014	

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**3.000 Metros**

Top 1 2 0 6,44

9 5 0,25	HELENA ALVES	97 S23	U DESP DA VÁRZEA	11/02/2018	1ª Pombal 03011
9 5 2,39	LIA LEMOS	01 Juv	MAIA A C	14/01/2018	2ª Pombal 03004
9 5 4,44	MARTA LOURENÇO	01 Juv	MAIA A C	14/01/2018	3ª Pombal 03004
9 5 5,14	Lia Lemos	01 Juv	MAIA A C	21/01/2018	1ª Pombal 03006
9 5 9,05	Lia Lemos	01 Juv	MAIA A C	18/02/2018	1ª Pombal 03014
1 0 1 3,98	Helena Alves	97 S23	U DESP DA VÁRZEA	04/03/2018	2ª Pombal 03019
1 0 2 5,88	MARA RESENDE	00 Jun	MAIA A C	21/01/2018	4ª Pombal 03006
1 0 3 4,08	Mara Resende	00 Jun	MAIA A C	28/01/2018	2ª Pombal 03008
1 0 3 8,17	FILIPA LOPES	02 Juv	U DESP DA VÁRZEA	21/01/2018	8ª Pombal 03006
1 0 5 4,84	Filipa Lopes	02 Juv	U DESP DA VÁRZEA	14/01/2018	6ª Pombal 03004
1 0 5 8,37	MARIA PEDROSO	00 Jun	MAIA A C	21/01/2018	10ª Pombal 03006
1 0 5 8,69	ALICE OLIVEIRA	00 Jun	MAIA A C	21/01/2018	11ª Pombal 03006
1 0 5 9,15	CARLA NUNES	96 S23	A DESP LUSTOSA	04/03/2018	11ª Pombal 03019
1 1 1 9,84	JOANA MIDÃO	01 Juv	U DESP DA VÁRZEA	14/01/2018	11ª Pombal 03004
1 1 3 0,05	CATARINA VIEIRA	98 S23	C DESP C+S LAVRA	28/01/2018	5ª Pombal 03008
1 1 3 4,80	Catarina Vieira	98 S23	C DESP C+S LAVRA	18/02/2018	7ª Pombal 03014
1 1 4 8,39	RAQUEL PIMENTEL	01 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	27/01/2018	11ª Pombal 03008
1 2 0 6,44	MARIA VILA POUCA	94 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	27/01/2018	12ª Pombal 03008

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**60 M Barreiras-0.84**

Top

1 1,46

9,06	SARA MOREIRA	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	18/02/2018	3ª Pombal 03014
9,12	Sara Moreira	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	21/01/2018	3ª Pombal 03006
9,14	Sara Moreira	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	21/01/2018	1ª Pombal 03006
9,15	Sara Moreira	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	03/02/2018	4ª Pombal 24010
9,18	RAFAELA HORA	98 Jun	C DESP C+S LAVRA	30/12/2017	4ª Ourense 41014
9,34	Sara Moreira	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	03/02/2018	8ª Pombal 24010
9,57	Rafaela Hora	98 S23	C DESP C+S LAVRA	03/02/2018	5ª Pombal 24010
9,97	ANA NADAIS	01 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	21/01/2018	4ª Pombal 03006
9,99	MARIANA TRUTA	02 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	27/01/2018	6ª Pombal 03008
1 0,06	ANA PATRÍCIA MOREIR	00 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	21/01/2018	5ª Pombal 03006
1 0,06	Mariana Truta	02 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	21/01/2018	5ª Pombal 03006
1 0,11	BERENICE VILA	99 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	27/01/2018	3ª Pombal 03008
1 0,15	Ana Patrícia Moreira	00 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	28/01/2018	4ª Pombal 03008
1 0,19	Berenice Vila	99 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/01/2018	6ª Pombal 03006
1 0,72	SOFIA RÊMA	99 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	21/01/2018	5ª Pombal 03007
1 0,88	SOFIA CARNEIRO	98 S23	MAIA A C	18/02/2018	8ª Pombal 03014
1 1,17	Sofia Carneiro	98 S23	MAIA A C	28/01/2018	2ª Pombal 03008
1 1,46	BEATRIZ DIAS	01 Juv	CLUBE DESP DA PÓVOA	28/01/2018	3ª Pombal 03008

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos

60 M Barr.Ini.Fem-76

Top

1 0,00

1 0,00

CAROLINA COUTINHO

03 Ini

Ass Atl Porto

03/03/2018

4ª Alpiarça 03018

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**60 M Barr.Juv.Fem-76**

Top

1 0,18

8,90	SARA MOREIRA	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	14/01/2018	1ª Pombal 03004
8,99	Sara Moreira	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	14/01/2018	1ª Pombal 03004
9,03	Sara Moreira	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	30/12/2017	1ª Ourense 41014
9,14	MARIA SANTOS	02 Juv	C DESP C+S LAVRA	14/01/2018	2ª Pombal 03004
9,17	Maria Santos	02 Juv	C DESP C+S LAVRA	14/01/2018	2ª Pombal 03004
9,26	Maria Santos	02 Ini	C DESP C+S LAVRA	30/12/2017	2ª Ourense 41014
9,55	ANA LEITE	01 Juv	Ass Atl Porto	03/03/2018	1ª Alpiarça 03018
9,77	ANA NADAIS	01 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	14/01/2018	3ª Pombal 03004
9,79	Ana Nadais	01 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	14/01/2018	8ª Pombal 03004
9,84	Ana Leite	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	14/01/2018	4ª Pombal 03004
1 0,09	MARIANA TRUTA	02 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	14/01/2018	6ª Pombal 03004
1 0,18	Ana Leite	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	30/12/2017	3ª Ourense 41014

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**Salto em Altura**

Top

1,35

1,60	ANA LEITE	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	17/02/2018	2ª Pombal 03014
1,58	Ana Leite	01 Juv	Ass Atl Porto	03/03/2018	1ª Alpiarça 03018
1,55	Ana Leite	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	13/01/2018	1ª Pombal 03004
1,55	Ana Leite	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	28/01/2018	3ª Pombal 03008
1,51	Ana Leite	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	20/01/2018	3ª Pombal 03006
1,45	SOFIA RÊMA	99 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	28/01/2018	5ª Pombal 03008
1,44	NÁDIA SILVA	02 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	13/01/2018	4ª Pombal 03004
1,42	Sofia Rêma	99 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	21/01/2018	5ª Pombal 03007
1,40	MARIANA TRUTA	02 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	13/01/2018	5ª Pombal 03004
1,35	ANA CERQUEIRA	89 Sen	C F OLIVEIRA DOURO	27/01/2018	12ª Pombal 03008
1,35	SARA SILVA	94 Sen	MAIA A C	17/02/2018	8ª Pombal 03014

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**Salto Com Vara**

Top

2,00

3,10	SOFIA CARNEIRO	98 S23	MAIA A C	04/03/2018	4ª Pombal 03019
3,00	Sofia Carneiro	98 S23	MAIA A C	28/01/2018	2ª Pombal 03008
3,00	Sofia Carneiro	98 S23	MAIA A C	18/02/2018	1ª Pombal 03014
2,80	Sofia Carneiro	98 S23	MAIA A C	10/02/2018	7ª Pombal 03011
2,30	BERENICE VILA	99 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	20/01/2018	8ª Pombal 03006
2,30	LEONOR SUZANO	01 Juv	MAIA A C	20/01/2018	6ª Pombal 03006
2,20	Leonor Suzano	01 Juv	MAIA A C	13/01/2018	5ª Pombal 03004
2,20	Berenice Vila	99 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	27/01/2018	10ª Pombal 03008
2,20	FÁTIMA SILVA	98 S23	CLUBE DESP DA PÓVOA	28/01/2018	4ª Pombal 03008
2,00	ANA PATRÍCIA MOREIR	00 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	28/01/2018	5ª Pombal 03008
2,00	DANIELA RODRIGUES	84 Sen	C DESP C+S LAVRA	18/02/2018	7ª Pombal 03014

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos

Salto em Comprimento					Top	3,63
5,36	ANA RITA SILVA	00 Jun	MAIA A C	28/01/2018	2ª Pombal 03008	
5,12	SARA MOREIRA	01 Juv	Ass Atl Porto	03/03/2018	3ª Alpiarça 03018	
5,11	Sara Moreira	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	17/02/2018	5ª Pombal 03014	
5,09	Sara Moreira	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	30/12/2017	5ª Ourense 41014	
5,04	Ana Rita Silva	00 Jun	MAIA A C	03/03/2018	11ª Pombal 03019	
4,97	Ana Rita Silva	00 Jun	MAIA A C	17/02/2018	7ª Pombal 03014	
4,94	SOFIA RAMOS	00 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	28/01/2018	4ª Pombal 03008	
4,91	CAROLINA COUTINHO	03 Ini	Ass Atl Porto	03/03/2018	2ª Alpiarça 03018	
4,87	CLÁUDIA SANTOS	89 Sen	S C LENINE CUNHA	20/01/2018	2ª Pombal 03006	X
4,80	ANA LEITE	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	30/12/2017	6ª Ourense 41014	
4,80	SOFIA RÊMA	99 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	21/01/2018	5ª Pombal 03007	
4,75	NÁDIA SILVA	02 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	13/01/2018	8ª Pombal 03004	
4,75	MARIA GRÁCIO	99 Jun	C DESP C+S LAVRA	28/01/2018	6ª Pombal 03008	
4,70	PALMIRA MARTINS	98 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	27/01/2018	8ª Pombal 03008	
4,42	MARIA SANTOS	02 Ini	C DESP C+S LAVRA	30/12/2017	7ª Ourense 41014	
3,95	ANA LEAL	92 Sen	CLUBE DESP DA PÓVOA	28/01/2018	8ª Pombal 03008	
3,89	NELMA BAESSA	97 S23	C F OLIVEIRA DOURO	27/01/2018	14ª Pombal 03008	
3,63	ANA LOPES	00 Jun	E ATLETISMO TROFA	28/01/2018	9ª Pombal 03008	

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**Triplo Salto**

Top

9,60

11,49	ANA RITA SILVA	00 Jun	MAIA A C	28/01/2018	2ª Pombal 03008
11,42	Ana Rita Silva	00 Jun	MAIA A C	18/02/2018	2ª Pombal 03014
11,39	Ana Rita Silva	00 Jun	MAIA A C	21/01/2018	6ª Pombal 03006
11,10	PALMIRA MARTINS	98 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	27/01/2018	6ª Pombal 03008
10,87	Palmira Martins	98 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	04/03/2018	9ª Pombal 03019
10,71	SOFIA RAMOS	00 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	28/01/2018	3ª Pombal 03008
10,53	ANA LEITE	01 Juv	C DESP C+S LAVRA	18/02/2018	6ª Pombal 03014
10,34	NÁDIA SILVA	02 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	21/01/2018	12ª Pombal 03006
10,34	Nádia Silva	02 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	27/01/2018	10ª Pombal 03008
10,27	Nádia Silva	02 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	14/01/2018	6ª Pombal 03004
9,91	MARIA GRÁCIO	99 Jun	C DESP C+S LAVRA	28/01/2018	5ª Pombal 03008
9,68	Palmira Martins	98 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	03/02/2018	11ª Pombal 24010
9,60	JÉSSICA SERRA	95 Sen	CLUBE DESP DA PÓVOA	28/01/2018	7ª Pombal 03008

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**Lançamento Peso-3Kg**

Top

9,63

10,30	ANA LEITE	01 Juv	Ass Atl Porto	03/03/2018	3ª Alpiarça 03018
9,98	CAROLINA COUTINHO	03 Ini	Ass Atl Porto	03/03/2018	2ª Alpiarça 03018
9,63	SARA MOREIRA	01 Juv	Ass Atl Porto	03/03/2018	4ª Alpiarça 03018

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos

Lançamento Peso-4Kg				Top	7,02
10,15	CLÁUDIA CAMPOS	97 S23	MAIA A C	17/02/2018	3ª Pombal 03014
9,46	CARLA GONÇALVES	95 Sen	C DESP C+S LAVRA	17/02/2018	6ª Pombal 03014
9,36	Cláudia Campos	97 S23	MAIA A C	28/01/2018	4ª Pombal 03008
9,27	Carla Gonçalves	95 Sen	C DESP C+S LAVRA	28/01/2018	5ª Pombal 03008
8,93	SOFIA RÊMA	99 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	28/01/2018	6ª Pombal 03008
8,31	Sofia Rêma	99 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	21/01/2018	3ª Pombal 03007
8,07	ANA GRANJA	99 Jun	CLUBE DESP DA PÓVOA	28/01/2018	7ª Pombal 03008
7,02	BRUNA MOREIRA	97 S23	E ATLETISMO TROFA	28/01/2018	9ª Pombal 03008

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos

Triatlo - Iniciados

Top **1 7 7 5,00**

1775

CAROLINA COUTINHO

03 Ini

Ass Atl Porto

03/03/2018

1ª Alpiarça 03018

4.91 10.00 9.98

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos

Triatlo - Juvenis

Top **2 0 5 9,00**

2059

ANA LEITE

01 Juv Ass Atl Porto

03/03/2018

2ª Alpiarça 03018

1.58 9.55 10.30

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**Pentatlo (Jun/Sen)**

Top 2 5 6 1,00

2561	SOFIA RÊMA	99 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	21/01/2018	5ª Pombal 03007
	10.72 1.42 8.31 4.80 244.78				
2 5 6 1,00	Sofia Rêma	99 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	21/01/2018	5ª Pombal 03006

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**4X200 Metros**

Top

2 0 1,83

1 5 5,95	E ATLETISMO TROFA	00 Jun	E ATLETISMO TROFA	21/01/2018	4ª	Pombal 03006
	<i>Mónica Rodrigues 2001 / Diana Rodrigues 2001 / Ana Lopes 2000 / Sandra Sá 2001</i>					
1 5 6,31	C F OLIVEIRA DOURO	01 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	21/01/2018	5ª	Pombal 03006
	<i>Bruna Marques 2002 / Mariana Truta 2002 / Nádía Silva 2002 / Ana Nadais 2001</i>					
2 0 1,41	A R L V GONDOMAREN	01 Juv	A R L V GONDOMARENSE	14/01/2018	4ª	Pombal 03004
	<i>Mariana Couto 2002 / Ana Neves 2001 / Bárbara Magalhães 2001 / Catarina Ferreira 2001</i>					
2 0 1,83	C F Oliveira Douro	01 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	14/01/2018	5ª	Pombal 03004
	<i>Mariana Truta 2002 / Raquel Pimentel 2001 / Ana Nadais 2001 / Bruna Marques 2002</i>					

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**4X400 Metros**

Top 4 3 7,42

4 1 0,23	C DESP CS LAVRA	90 Sen	C DESP C+S LAVRA	18/02/2018	1ª Pombal 03014
	<i>Sílvia Santos 1994 / Maria Santos 2002 / Raquel Valente 1996 / Rafaela Hora 1998</i>				
4 1 4,59	MAIA A C	90 Sen	MAIA A C	18/02/2018	3ª Pombal 03014
	<i>Maria Carvalho 1999 / Alice Oliveira 2000 / Angelica Pereira 2000 / Mara Resende 2000</i>				
4 2 0,53	C DESP CS LAVRA	94 Sen	C DESP C+S LAVRA	28/01/2018	2ª Pombal 03008
	<i>Sílvia Santos 1994 / Teresa Melo 1997 / Raquel Valente 1996 / Rafaela Hora 1998</i>				
4 2 2,82	MAIA A C	99 Jun	MAIA A C	28/01/2018	5ª Pombal 03008
	<i>Leonor Suzano 2001 / Maria Carvalho 1999 / Alice Oliveira 2000 / Angelica Pereira 2000</i>				
4 2 8,09	A C PÓVOA DO VARZIM	99 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	28/01/2018	1ª Pombal 03008
	<i>Sofia Rêma 1999 / Sofia Ramos 2000 / Ana Patrícia Moreira 2000 / Cláudia Costa 2000</i>				
4 3 1,43	ESCOLA DO MOVIMEN	93 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	27/01/2018	3ª Pombal 03008
	<i>Berenice Vila 1999 / Telma Vilaça 2000 / Maria João Ferreira 2001 / Sofia Gonçalves 1993</i>				
4 3 2,27	C F OLIVEIRA DOURO	84 Sen	C F OLIVEIRA DOURO	27/01/2018	4ª Pombal 03008
	<i>Sara Silva 2000 / Bruna Marques 2002 / Ana Cerqueira 1989 / Isabel Sousa 1984</i>				
4 3 7,42	CLUBE DESP DA PÓVO	90 Sen	CLUBE DESP DA PÓVOA	28/01/2018	3ª Pombal 03008
	<i>Ana Leal 1992 / Jéssica Serra 1995 / Rosalina Carvalho 1990 / Catarina Oliveira 1998</i>				

Ranking 2018

Absoluto (até Veteranos) P.Coberta

Femininos**3000 Metros Marcha**

Top 2 5 4 8,06

1 4 4 8,15	ANDREIA SOUSA	98 S23	MAIA A C	28/01/2018	2ª Pombal 03008	
1 4 4 9,24	Andreia Sousa	98 S23	MAIA A C	03/03/2018	6ª Pombal 03019	
1 5 0 6,21	Andreia Sousa	98 S23	MAIA A C	17/02/2018	2ª Pombal 03014	
1 5 0 8,68	BRUNA MARQUES	02 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	20/01/2018	5ª Pombal 03006	
1 5 1 8,96	RAQUEL PIMENTEL	01 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	13/01/2018	2ª Pombal 03004	
1 5 2 3,58	Raquel Pimentel	01 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	20/01/2018	6ª Pombal 03006	
1 5 5 6,17	IEVA SUKEVICIUTE	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	27/01/2018	6ª Pombal 03008	
1 6 0 0,65	Bruna Marques	02 Juv	C F OLIVEIRA DOURO	13/01/2018	4ª Pombal 03004	
1 6 5 4,50	FILIPA DIAMANTINO	02 Juv	A C S JOAÃO DA SERRA	13/01/2018	6ª Pombal 03004	
1 8 1 8,49	LARA MARTINS	99 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	28/01/2018	6ª Pombal 03008	
1 8 3 7,59	Lara Martins	99 Jun	A C PÓVOA DE VARZIM	20/01/2018	11ª Pombal 03006	
2 3 2 1,09	ANA VIEIRA	00 Jun	C DESP C+S LAVRA	17/02/2018	7ª Pombal 03014	
2 3 5 5,69	SOFIA MARTINS	02 Juv	C D C NAVAIS	28/01/2018	7ª Pombal 03008	X
2 5 4 8,06	ANA CATARINA RAMOS	89 Sen	CLUBE DESP DA PÓVOA	28/01/2018	8ª Pombal 03008	