



Lista das Melhores de Sempre

FEMININOS

Sub 14 (Infantis)

até 31-jul-2024

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
-------	-------	--------	-----	------	---------	-------	-----	-------	------

60 m

prova do programa nacional									
8,35	0,1	Ema Camacho		21/05/00	s14	ACDSJ		Ribeira Brava	14-12-2013
8,37	2,0	Júlia Baptista		24/06/99	s14	CSM		Ribeira Brava	03-06-2012
8,47	-2,6	Catarina F. Vieira		17/12/06	s14	ADRAP		Ribeira Brava	11-05-2019
8,48	0,0	Glória Fernandes		01/05/11	s14	AJS		Pombal	27-04-2024
8,61	-1,3	Cizina Pestana		27/08/85	s14	GDE		Funchal	02-05-1998
8,65	1,2	Carlota Gomes		03/02/06	s14	AJS		Ribeira Brava	14-12-2019
8,69	0,1	Carmo Viveiros		01/01/77	s14	CSM		Lisboa (N)	07-05-1989
8,69	-1,7	Catarina Filipa		01/01/88	s14	CSM		Funchal	26-05-2001
8,69	1,7	Ana Cristina Ferreira		28/07/02	s14	GDE		Ribeira Brava	20-06-2015
8,69	1,0	Vitória Silva		09/01/11	s14	CSM		Ribeira Brava	15-06-2024

Tempos Manuais:

8"2		Sandra Camacho		05/03/79	s14	CAM		Funchal	25-05-1991
8"2	-1,8	Anabela Correia		03/02/84	s14	CAM		Funchal	20-04-1997
8"2	-1,8	Tatiana Marques		18/04/84	s14	CSM		Funchal	20-04-1997
8"4		Lúcia Fernandes		24/02/78	s14	GDME		Funchal	25-05-1991

150 m

prova do programa nacional									
20,26	-0,3	Ema Camacho		21/05/00	s14	ACDSJ		Ribeira Brava	14-12-2013
20,74	-2,1	Mariana Barradas		23/08/01	s14	ACDSJ		Ribeira Brava	24-05-2014
20,79	-1,8	Glória Fernandes		01/05/11	s14	AJS		Ribeira Brava	04-05-2024
20,82	-3,3	Catarina F. Vieira		17/12/06	s14	ADRAP		Ribeira Brava	12-05-2019
21,01	-1,9	Júlia Baptista		24/06/99	s14	CSM		Ribeira Brava	02-06-2012
21,13	1,1	Kimberly Nunes		08/06/10	s14	AJS		Ribeira Brava	16-12-2023
21,15	-1,7	Núria Neves		10/12/10	s14	AJS		Ribeira Brava	07-05-2023
21,17	0,5	Sílvia Correia		18/06/97	s14	GDE		Ribeira Brava	17-04-2010
21,35	-1,2	Catarina Sá		29/05/03	s14	GDE		Ribeira Brava	10-12-2016
21,40	-1,9	Sara Andrade		13/11/99	s14	GDE		Ribeira Brava	02-06-2012

Tempos Manuais:

prova do programa nacional									
1 47,81		Mariana Machin		14/04/10	s14	ADRAP		Ribeira Brava	17-06-2023
1 50,20		Ana Cristina Ferreira		28/07/02	s14	GDE		Ribeira Brava	19-12-2015
1 51,52		Catarina Pinto		19/02/03	s14	AJS		Ribeira Brava	11-12-2016
1 51,86		Catarina Matos		17/10/09	s14	GDE		Ribeira Brava	11-12-2022
1 53,48		Ema Camacho		21/05/00	s14	CSM		Ribeira Brava	28-04-2012
1 53,60		Núria Neves		10/12/10	s14	AJS		Ribeira Brava	30-04-2023
1 54,42		Marta Faria		08/07/04	s14	GDE		Ribeira Brava	26-11-2017
1 54,53		Ana Beatriz Pires		11/04/06	s14	ADRAP		Ribeira Brava	11-05-2019
1 54,55		Sara Andrade		13/11/99	s14	GDE		Ribeira Brava	28-04-2012
1 54,69		Carlota Matos		25/12/11	s14	GDE		Ribeira Brava	21-04-2024

1 000 m



Lista das Melhores de Sempre

FEMININOS

Sub 14 (Infantis)

até 31-jul-2024

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
prova do programa nacional									
3 15,91		Sandra Camacho		05/03/79	s14	CAM		Lisboa (N)	03-05-1992
3 16,16		Marina Fernandes		05/10/76	s14	GDE		Lisboa (N)	06-05-1989
3 18,9		Elisabete Carvalho		05/10/65	s14	CSM		Lisboa (A)	13-11-1977
3 19,1		Maria José Nunes		1976	s14	CDN		Lisboa (N)	12-03-1989
3 21,0		Natacha Gonçalves		22/05/88	s14	CSM		Funchal	24-03-2001
3 22,5		Angélica Andrade		06/01/80	s14	GDE		Braga	21-03-1993
3 23,08		M ^{re} José Camacho		1976	s14	CSM		Funchal	25-06-1989
3 23,3		Anabela Correia		03/02/84	s14	CAM		Funchal	11-05-1997
3 23,36		Marlene Abreu		29/03/90	s14	AJS		Funchal	05-04-2003
3 23,4		Eduarda Ribeiro		20/01/85	s14	CSM		Funchal	29-06-1997

60 m barreiras - 0,76 m

6b / 0,76m - 12 + 7m									
prova do programa nacional									
10,33		Sónia Camacho		05/03/79	s14	CAM		Lisboa (N)	02-05-1992
10,58	1,8	Renata Rocha		12/03/99	s14	ACDSJ		Ribeira Brava	02-06-2012
10,72	1,3	Glória Fernandes		01/05/11	s14	AJS		Pombal	28-04-2024
10,76	-1,4	Catarina Rosa		03/07/98	s14	CSM		Machico	18-12-2011
10,77	2,0	Catarina F. Vieira		17/12/06	s14	ADRAP		Ribeira Brava	12-05-2019
10,80	1,0	Jéssica C. Gouveia		03/08/99	s14	Indiv		Ribeira Brava	02-06-2012
10,91	1,7	Catarina Fernandes		11/05/05	s14	AJS		Ribeira Brava	13-05-2017
10,97	-0,9	Catarina Sá		29/05/03	s14	ACDSJ		Ribeira Brava	03-07-2016
11,00	-2,1	Sílvia Correia		18/06/97	s14	GDE		Ribeira Brava	27-11-2010
11,01	-2,4	Milena Lucena		03/09/02	s14	GDE		Ribeira Brava	13-12-2015
Tempos Manuais:									
10"8		Sandra Camacho		05/03/79	s14	CAM		Funchal	21-05-1992

50 m barreiras - 0,76 m

5b / 0,65m - 11 + 7m									
prova do programa regional									
8,64	1,7	Catarina Fernandes		11/05/05	s14	AJS		Ribeira Brava	29-04-2018
8,69		Catarina F. Vieira		17/12/06	s14	ADRAP		Ribeira Brava	28-04-2019
8,71	1,5	Kimberly Nunes		08/06/10	s14	AJS		Ribeira Brava	17-12-2023
8,75	2,0	Ema Camacho		21/05/00	s14	CSM		Ribeira Brava	26-01-2013
8,76	-2,0	Jéssica C. Gouveia		03/08/99	s14	Indiv		Ribeira Brava	15-04-2012
8,76	1,5	Eduarda Silva		12/03/10	s14	AJS		Ribeira Brava	17-12-2023
9,04	0,6	Vitória Silva		09/01/11	s14	CSM		Ribeira Brava	02-04-2023
9,09	0,5	Glória Fernandes		01/05/11	s14	AJS		Ribeira Brava	07-01-2024
9,13	-0,7	Sílvia Correia		18/06/97	s14	GDE		Machico	11-04-2010
9,14	-0,7	Sofia L. Henriques		21/01/12	s14	AJS		Ribeira Brava	18-02-2024



Lista das Melhores de Sempre

FEMININOS

Sub 14 (Infantis)

até 31-jul-2024

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
-------	-------	--------	-----	------	---------	-------	-----	-------	------

2 000 m Marcha

em pista						prova do programa nacional			
12 49,68		Laura Ramos		31/01/92	s14	AJS		Almada	10-06-2005
13 54,98		Vanessa Jesus		03/07/93	s14	UDST		Funchal	08-05-2005
13 58,62		Adriana Freitas		10/04/10	s14	CSM		Ribeira Brava	11-02-2023
14 01,18		Dorisa Aguiar		14/06/92	s14	UDST		Funchal	08-05-2005
14 05,22		Mariana F. Rodrigues		07/09/94	s14	AJS		Machico	06-07-2007
14 17,26		Elisabete Gomes		11/05/93	s14	UDST		Funchal	08-05-2005
14 41,86		Isaura Sofia Correia		27/04/96	s14	ADRPD		Ribeira Brava	15-03-2008
14 56,59		Carla Rodrigues		19/05/96	s14	AJS		Ribeira Brava	15-03-2008
15 12,38		Valéria henriques		19/03/96	s14	AJS		Ribeira Brava	15-03-2008
15 12,44		Sónia Gonçalves		27/03/95	s14	ADRPD		Ribeira Brava	15-03-2008

Salto em Altura

						prova do programa nacional			
1,52		Eduarda Ribeiro		20/01/85	s14	CSM		Funchal	02-05-1998
1,48		Catarina Fernandes		11/05/05	s14	AJS	= em 2021	Ribeira Brava	06-05-2017
1,46		Milena Lucena		03/09/02	s14	GDE		Ribeira Brava	19-12-2015
1,42		Lúcia Serrão		08/01/91	s14	AJS		Funchal	28-02-2004
1,39		Carla André		13/11/77	s14	ACDSJ		Funchal	30-05-1990
1,38		Regina Santos		16/06/05	s14	ADRAP		Ribeira Brava	21-01-2017
1,38		Kimberly Nunes		08/06/10	s14	AJS		Ribeira Brava	14-05-2023
1,38		Madalena Neto		22/01/11	s14	CSM		Ribeira Brava	26-05-2024
1,37		Eduarda Silva		12/03/10	s14	AJS		Ribeira Brava	15-04-2023
1,37		Viviana Silva		25/07/11	s14	GDE		Ribeira Brava	04-05-2024

Vara em Distância

						prova do programa nacional			
5,08		Eduarda Silva		12/03/10	s14	AJS		Ribeira Brava	17-06-2023
4,96		Kimberly Nunes		08/06/10	s14	AJS		Ribeira Brava	07-05-2023
4,89		Michela Durão	MOZ	25/08/10	s14	AJS		Ribeira Brava	17-06-2023
4,80		Sofia L. Henriques		21/01/12	s14	AJS		Ribeira Brava	27-04-2024
4,79		Catarina Rosa		03/07/98	s14	CSM		Machico	19-06-2011
4,54		Marta Faria		08/07/04	s14	GDE		Ribeira Brava	24-06-2017
4,50		Vitória Silva		09/01/11	s14	CSM		Ribeira Brava	27-04-2024
4,48		Ana Vieira		13/01/05	s14	CSM		Ribeira Brava	23-06-2018
4,42		Madalena Neto		22/01/11	s14	CSM		Ribeira Brava	27-04-2024
4,40		Catarina Pinto		19/02/03	s14	AJS		Ribeira Brava	02-07-2016



Lista das Melhores de Sempre

FEMININOS

Sub 14 (Infantis)

até 31-jul-2024

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
-------	-------	--------	-----	------	---------	-------	-----	-------	------

Salto em Comprimento

prova do programa nacional									
4,90	0,8	Catarina F. Vieira		17/12/06	s14	ADRAP		Ribeira Brava	28-04-2019
4,69	0,3	Milena Lucena		03/09/02	s14	GDE		Ribeira Brava	27-06-2015
4,63		Carmo Viveiros		01/01/77	s14	SCM-M		Funchal	23-04-1989
4,61	-2,2	Catarina Sá		29/05/03	s14	ACDSJ		Ribeira Brava	02-07-2016
4,58	1,2	Sofia Santos		02/06/94	s14	ADRAP		Machico	30-06-2007
4,55	0,9	Joana Frias		07/03/88	s14	CAM		Rio Maior	09-06-2001
4,54	-0,9	Ema Camacho		21/05/00	s14	ACDSJ		Ribeira Brava	15-12-2013
4,53	0,7	Kimberly Nunes		08/06/10	s14	AJS		Ribeira Brava	02-04-2023
4,51		Cláudia Jardim		31/12/80	s14	CAM		Funchal	19-06-1993
4,49		Sónia Camacho		05/03/79	s14	CAM		VR Stº António	17-05-1992

Quádruplo Step

prova do programa nacional									
DEDE ou EDED									
12,79	-0,9	Sofia Santos		02/06/94	s14	ADRAP		Machico	01-07-2007
12,68	0,6	Glória Fernandes		01/05/11	s14	AJS		Ribeira Brava	30-06-2024
12,44	-0,2	Catarina F. Vieira		17/12/06	s14	ADRAP		Ribeira Brava	06-04-2019
12,37	0,3	Núria Neves		10/12/10	s14	AJS		Ribeira Brava	03-06-2023
12,26	0,4	Kimberly Nunes		08/06/10	s14	AJS		Ribeira Brava	18-06-2023
11,89	0,9	Ana Beatriz Pires		11/04/06	s14	ADRAP		Ribeira Brava	06-04-2019
11,83	0,2	Viviana Silva		25/07/11	s14	GDE		Ribeira Brava	30-06-2024
11,79	-1,9	Catarina Sá		29/05/03	s14	ACDSJ		Ribeira Brava	20-03-2016
11,79	1,9	Nanci Jesus		18/11/10	s14	AJS		Ribeira Brava	18-06-2023
11,78	0,3	Eduarda Silva		12/03/10	s14	AJS		Ribeira Brava	06-05-2023

Lançamento do Peso - 2 kg

prova do programa nacional									
2 kg									
12,49		Catarina Ferreira		15/04/82	s14	CAM	12,90 c/engenho + leve	Funchal	22-04-1995
11,11		Paula Freitas		29/06/80	s14	CAM		Funchal	30-05-1993
11,10		Ana Beatriz Gomes		26/11/00	s14	CSM		Funchal	11-05-2013
10,86		Inês Abreu		06/01/03	s14	AJS		Funchal	17-12-2016
10,48		Telma Freitas		30/11/07	s14	AJS		Funchal	18-07-2020
10,33		Anthonella Hernandez		17/03/10	s14	ADRAP		Funchal	06-05-2023
10,32		Glória Fernandes		01/05/11	s14	AJS		Funchal	15-06-2024
10,31		Sofia Ferreira		01/08/02	s14	AJS		Funchal	12-12-2015
10,04		Milene Jesus		01/06/99	s14	ACDSJ		Funchal	15-12-2012
10,04		Clara Teixeira		07/04/10	s14	AJS		Funchal	09-12-2023



Lista das Melhores de Sempre

FEMININOS

Sub 14 (Infantis)

até 31-jul-2024

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
-------	-------	--------	-----	------	---------	-------	-----	-------	------

Lançamento do Disco - 600g

600 g						prova do programa nacional			
30,12		Clara Teixeira	07/04/10	s14	AJS			Ribeira Brava	15-04-2023
29,72		Milene Jesus	01/06/99	s14	ACDSJ			Ribeira Brava	05-05-2012
27,07		Anthonella Hernandez	17/03/10	s14	ADRAP			Ribeira Brava	17-12-2023
25,74		Luísa Pinto	27/05/06	s14	AJS			Funchal	14-12-2019
25,42		Carolina Quintal	01/01/10	s14	AJS			Ribeira Brava	18-06-2023
24,89		Inês Abreu	06/01/03	s14	AJS			Funchal	17-12-2016
24,51		Miliza Cabral	13/01/97	s14	ADRAP			Funchal	22-05-2010
22,55		Natacha Esp. Santo	19/05/02	s14	ADRAP			Ribeira Brava	21-06-2015
22,15		Mariana F. Rodrigues	07/09/94	s14	AJS			Machico	19-05-2007
21,64		Jéssica C. Gouveia	03/08/99	s14	Indiv			Ribeira Brava	17-06-2012

Lançamento do Martelo - 2 kg

2 kg						prova do programa nacional			
45,16		Milene Jesus	01/06/99	s14	ACDSJ			Funchal	15-12-2012
44,71		Clara Teixeira	07/04/10	s14	AJS			Funchal	09-12-2023
43,40		Linda Mendes	17/01/00	s14	ACDSJ			Ribeira Brava	12-07-2013
41,64		Carolina Quintal	01/01/10	s14	AJS			Funchal	09-12-2023
32,61		Taísa Silva	15/07/04	s14	CSM			Funchal	16-12-2017
31,49		Anísia Freitas	31/08/04	s14	CSM			Funchal	16-12-2017
29,83		Telma Freitas	30/11/07	s14	AJS			Funchal	01-02-2020
28,43		Nicole Silva	05/02/04	s14	AJS			Funchal	10-07-2017
27,62		Andreia Vicente	08/09/03	s14	AJS			Funchal	23-04-2016
25,71		Laura Freitas	05/05/00	s14	CSM			Funchal	17-04-2013

Lançamento do Dardo - 400 g

400 g						prova do programa nacional			
29,89		Anthonella Hernandez	17/03/10	s14	ADRAP			Ribeira Brava	16-12-2023
28,85		Raquel Ferreira	12/09/01	s14	ACDSJ			Ribeira Brava	29-06-2014
24,66		Daniela Gonçalves	04/03/99	s14	ACDSJ			Ribeira Brava	13-05-2012
24,15		Laura Góis	21/05/97	s14	GDE			Machico	23-05-2010
23,48		Ana Beatriz Gomes	26/11/00	s14	CSM			Ribeira Brava	11-05-2013
22,88		Jéssica Soares	20/03/96	s14	AJS			Machico	24-05-2009
22,71		Sara Nóbrega	07/07/98	s14	GDE			Machico	19-06-2011
22,59		Milene Jesus	01/06/99	s14	ACDSJ			Ribeira Brava	14-01-2012
22,20		Sílvia Correia	18/06/97	s14	GDE			Ribeira Brava	27-11-2010
22,06		Francisca Pestana	29/06/04	s14	GDE			Ribeira Brava	24-06-2017



Lista das Melhores de Sempre

FEMININOS

Sub 14 (Infantis)

até 31-jul-2024

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
Triatlo Simples									
60m + Comprimento + Peso 2 (1999 a 2001 e a partir de 2024)									
1 467 p	pc	Glória Fernandes		01/05/11	s14	AJS		Pombal - pc	09-03-2024
		8,66 . 8,16 . 4,39							
1 292 p	pc	Joana Frias		07/03/88	s14	CAM		Braga - pc	27-01-2001
		9,01 . 7,82 . 4,14							
1 126 p	-2,3	Vitória Silva		09/01/11	s14	CSM		R.Brava / Funchal	24-02-2024
		9,14 . 6,58 . 3,91							
1 124 p	1,0	Tânia Caires		03/12/87	s14	UDST		Funchal	08-01-2000
		9,31 . 7,40 . 3,85							
1 049 p	-2,3	Sofia L. Henriques		21/01/12	s14	AJS		R.Brava / Funchal	24-02-2024
		9,17 . 6,10 . 3,73							
983 p	-2,3	Sarah Rodrigues		19/04/11	s14	CSM		R.Brava / Funchal	24-02-2024
		9,54 . 6,08 . 3,84							
977 p	-2,5	Diana Sousa		15/03/11	s14	AJS		R.Brava / Funchal	24-02-2024
		9,37 . 5,87 . 3,69							
920 p	-1,2	Vitória Molina		01/06/11	s14	AJS		R.Brava / Funchal	24-02-2024
		9,50 . 6,07 . 3,50							
919 p	-1,4	Viviana Silva		25/07/11	s14	GDE		R.Brava / Funchal	24-02-2024
		9,80 . 5,94 . 3,85							
860 p	1,2	Natacha Gonçalves		22/05/88	s14	CSM		Funchal	08-01-2000
		9,46 . 5,15 . 3,44							

Pentatlo

Nacional: 60m + Comprimento / 60m barr.76 + Peso 3 + 1000m ou Regional: 60m + Comprimento / 50 barr.65 + Peso 2 + 1000m									
2 603 p	0,1	Glória Fernandes		01/05/11	s14	AJS	Nac (60b)	Pombal	28-04-2024
		8,48 . 9,33 / 10,72 . 4,45 . 3 56,22							
2 384 p	1,6	Catarina F. Vieira		17/12/06	s14	ADRAP	Reg	R.Brava / Funchal	28-04-2019
		8,50 . 6,78 / 8,69 . 4,90 . 4 20,12							
2 299 p	-0,9	Ema Camacho		21/05/00	s14	CSM	Reg	Ribeira Brava	15-04-2012
		8,75 . 7,90 / 9,56 . 3,96 . 3 38,64							
2 246 p	1,9	Catarina Fernandes		11/05/05	s14	AJS	Reg	R.Brava / Funchal	29-04-2018
		8,92 . 6,76 / 8,64 . 4,13 . 3 56,83							
2 228 p	-1,2	Sílvia Correia		18/06/97	s14	GDE	Reg	Machico	11-04-2010
		8,84 . 8,05 / 9,13 . 3,86 . 3 52,06							
2 209 p	-0,6	Kimberly Nunes		08/06/10	s14	AJS	Reg	R.Brava / Funchal	02-04-2023
		8,96 . 7,90 / 8,87 . 4,53 . 4 18,37							
2 201 p	-0,7	Núria Neves		10/12/10	s14	AJS	Reg	R.Brava / Funchal	02-04-2023
		8,91 . 6,30 / 9,49 . 4,21 . 3 41,17							
2 147 p	-0,7	Eduarda Silva		12/03/10	s14	AJS	Reg	R.Brava / Funchal	02-04-2023
		9,49 . 7,04 / 9,09 . 4,14 . 3 43,05							
2 135 p	1,8	Vitória Silva		09/01/11	s14	CSM	Reg	R.Brava / Funchal	07-04-2024
		8,62 . 5,94 / 8,92 . 4,03 . 4 04,63							
2 084 p	-0,6	Cláudia Fernandes		27/03/97	s14	AJS	Reg	Machico	11-04-2010
		9,41 . 8,28 / 9,73 . 3,88 . 3 41,42							



Lista das Melhores de Sempre

FEMININOS

Sub 14 (Infantis)

até 31-jul-2024

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
4 x 60 m									
prova do programa nacional									
33,93		ACD Jardim da Serra			s14	AJS		Ribeira Brava	07-05-2023
		Nanci Jesus 10, Núria Neves 10, Glória Fernandes 11, Kimberly Nunes 10							
33,94		ACD de São João			s14	ACDSJ		Ribeira Brava	17-06-2012
		Renata Rocha 99, Linda Mendes 00, Daniela Gonçalves 99, Tatiana Silva 00							
33,98		ACD de São João			s14	ACDSJ		Ribeira Brava	20-05-2012
		Renata Rocha 99, Linda Mendes 00, Daniela Gonçalves 99, Joana C. Gonçalves 99							
34,18		ACD Jardim da Serra			s14	AJS		Ribeira Brava	22-04-2023
		Eduarda Silva 10, Núria Neves 10, Glória Fernandes 11, Kimberly Nunes 10							
34,24		ACD Jardim da Serra			s14	AJS		Ribeira Brava	21-04-2024
		Vitória Molina 11, Sofia L. Henriques 12, Glória Fernandes 11, Diana Sousa 11							
34,36		Seleção da Madeira			s14	SM		Lisboa (N)	25-05-1990
		Carla André 77, Filipa Fernandes 78, Mónica Cró 77, Lisete Mondim 77							
34,77		ACD Jardim da Serra			s14	AJS		Ribeira Brava	18-05-2019
		Carlota Gomes 06, Esmeralda Freitas 06, Daniela Freitas 06, Marta Barros 06							
34,88		C. S. Marítimo			s14	CSM		Ribeira Brava	03-06-2012
		Angélica Freitas 99, Ana Gomes 00, Júlia Baptista 99, Ema Camacho 00							
35,01		ACD de São João			s14	ACDSJ		Ribeira Brava	03-06-2012
		Renata Rocha 99, Linda Mendes 00, Joana C. Gonçalves 99, Tatiana Silva 00							
35,17		Seleção da Madeira			s14	SM		Funchal	08-06-2005
		Vanessa Jesus 93, Dorisa Aguiar 92, Mónica Jardim 92, Adriana Jardim 92							
Marcas Manuais:									
35"0		Seleção da Madeira			s14	SM		Lisboa (N)	10-05-1987
		Tânia Câmara 74, Sandra Mendes 74, Alícia Fernandes 74, Olga Rodrigues 74							
Outros Clubes:									
35,82		G. D. Estreito			s14	GDE		Machico	16-05-2015
		Nídia Freitas 03, Sara Câmara 02, Ana Ferreira 02, Milena Lucena 02							
35"9		ADR Água de Pena			s14	ADRAP		Machico	28-04-2007
		Sofia Santos 94, Sara Moura 94, Daniella Olivier 94, Renata Jardim 94							
37,01		C. A. Madeira			s14	CAM		Funchal	29-06-2005
		Stacey Castro 93, Diana Gonçalves 92, Mónica Jardim 93, Adriana Jardim 93							



Lista das Melhores de Sempre

FEMININOS

Sub 14 (Infantis)

até 31-jul-2024

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
-------	-------	--------	-----	------	---------	-------	-----	-------	------

Outras Provas

(provas para sub-14 que não constam dos programas regionais e nacionais em vigor)

3 000 m Marcha

em pista	prova de programas nacionais anteriores (até 2023)							
18 29,62	Marta Faria	08/07/04	s14	ACDSJ		Ribeira Brava	04-06-2016	
18 54,33	Camila Jesus	22/09/01	s14	ACDSJ		Ribeira Brava	29-06-2014	
20 09,32	Iara Silva	13/07/99	s14	CSM		Ribeira Brava	02-06-2012	
20 20,06	Rute Soares	04/06/99	s14	AJS		Ribeira Brava	02-06-2012	
20 37,8	Milene Jesus	01/06/99	s14	ACDSJ		Machico	18-06-2011	
20 39,8	Patrícia Ornelas	17/09/99	s14	CSM		Machico	18-06-2011	
21 48,47	Miliza Cabral	13/01/97	s14	ADRAP		Machico	13-03-2010	
21 49,58	Nicole Gomes	07/03/10	s14	AJS		Ribeira Brava	17-06-2023	
22 01,37	Adriana Freitas	10/04/10	s14	CSM		Ribeira Brava	18-06-2022	
22 01,6	Mariana F. Rodrigues	07/09/94	s14	AJS		Machico	20-05-2007	

Arremesso de Bola

163 g	prova de programas nacionais anteriores (até 2006)							
44,70	Paula Freitas	29/06/80	s14	CAM		Lisboa (N)	09-05-1993	
43,64	Cátia Silva	15/01/84	s14	CAM		Funchal	19-04-1997	
43,51	Marisela Silva	21/05/85	s14	GDE		Funchal	07-03-1998	
43,26	Sónia Gonçalves	10/01/76	s14	CDRB		Lisboa (N)	08-05-1988	
41,54	Márcia Rodrigues	20/01/78	s14	CAM		Lisboa (N)	06-05-1990	
41,05	Carina Andrade	25/01/86	s14	GDE		Funchal	17-07-1999	
40,05	Rita Afonseca	06/01/93	s14	UDST		Machico	27-05-2006	
38,92	Paula Correia	1983	s14	ACDSJ		Funchal	23-03-1996	
37,53	Elisabete Gomes	11/05/93	s14	UDST		Almada	10-06-2005	
37,16	Cátia Cristina	1988	s14	CSM		Rio Maior	09-06-2001	



Lista das Melhores de Sempre

FEMININOS

Sub 14 (Infantis)

até 31-jul-2024

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
Triatlo Técnico									
Nac: Peso 2 + 60mB.76 + Comprimento ou Reg: Peso 2 + 50mB.65 + Comprimento prova de programas nacionais anteriores (2007 a 2023)									
1 426 p	0,4	Ema Camacho		21/05/00	s14	CSM	Reg	Ribeira Brava	26-01-2013
									9,24 . 8,75 . 4,29
1 292 p	-1,2	Catarina Fernandes		11/05/05	s14	AJS	Reg	R.Brava / Funchal	24-02-2018
									7,90 . 8,82 . 4,15
1 201 p	pc	Sofia Santos		02/06/94	s14	ADRAP	Nac (60b)	Alpiarça - pc	03-02-2007
									7,94 . 11,40 . 4,11
1 146 p	0,7	Ana Beatriz Gomes		26/11/00	s14	CSM	Reg	Ribeira Brava	26-01-2013
									9,54 . 9,97 . 3,96
1 117 p	0,3	Alexandra Silva		11/09/01	s14	CSM	Reg	Ribeira Brava	25-01-2014
									8,00 . 9,76 . 4,12
1 113 p	-1,8	Milena Lucena		03/09/02	s14	GDE	Reg	Machico	21-02-2015
									7,71 . 9,91 . 4,28
1 084 p	pc	Lúcia Serrão		08/01/91	s14	AJS	Nac (60b)	Braga - pc	31-01-2004
									8,24 . 11,64 . 3,66
1 081 p	1,1	Linda Mendes		17/01/00	s14	ACDSJ	Reg	Ribeira Brava	26-01-2013
									8,09 . 9,52 . 3,75
1 076 p	-0,4	Eduarda Silva		12/03/10	s14	AJS	Reg	R.Brava / Funchal	17-12-2022
									6,70 . 9,45 . 4,07
1 073 p	-0,2	Laura S. Henriques		14/04/06	s14	GDE	Reg	R.Brava / Funchal	09-02-2019
									7,87 . 9"8 . 4,16

Tetratlo

A: 60m + Peso 2 / Comprimento + 1.000m (até 2001) OU B: 60m barr.76 + Peso 2 / Altura + 1.000m (2002 a 2006) prova de programas nacionais anteriores									
2 022 p		Anabela Correia		03/02/84	s14	CAM	A	Lisboa (U)	13-04-1997
									8,49 . 7,25 / 4,05 . 3 28,8
1 985 p		M ^a José Camacho		1976	s14	CSM	A	Funchal	25-06-1989
									9,08 . 7,83 / 4,17 . 3 23,08
1 974 p		Lúcia Serrão		08/01/91	s14	AJS	B	Melgaço	25-04-2004
									11,78 . 8,80 / 1,32 . 3 25,58
1 932 p		Joana Frias		07/03/88	s14	CAM	A	Funchal	01-04-2001
									8,82 . 7,51 / 4,20 . 3 34,37
1 890 p		Eduarda Ribeiro		20/01/85	s14	CSM	A	Rio Maior	19-04-1998
									9,15 . 6,97 / 3,87 . 3 18,44
1 885 p		Natacha Gonçalves		22/05/88	s14	CSM	A	Funchal	01-04-2001
									9,04 . 6,44 / 4,06 . 3 22,67
1 701 p		Tânia Caires		03/12/87	s14	UDST	A	Funchal	02-04-2000
									9,26 . 7,97 / 3,58 . 3 35,36
1 630 p		Carmo Viveiros		01/01/77	s14	CSM	A	Funchal	11-06-1989
									8"5 . 8,30 / 4,08 . 4 19,7
1 599 p		Sara Gonçalves		1988	s14	CSM	A	Funchal	02-04-2000
									9,18 . 5,72 / 3,51 . 3 31,62
1 597 p		Marina Abreu		1987	s14	AJS	A	Funchal	02-04-2000
									9,06 . 5,99 / 3,44 . 3 35,35