

RANKINGS 2025

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 2/fevereiro

60 m

Recordes Regionais: Abs - 7,52 / pc - 7,52 Sub23 - 7,52 / pc - 7,52 sub20 - 7,52 / pc - 7,52 sub18 - 7,52 / pc - 7,52 sub16 - 8,05 / pc - 8,43 sub14 - 8,35 / pc - 8,66

Ranking até: Sen: 8,50 sub20: 8,75 sub18: 8,75 sub16: 9,00 sub14: 9,50

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
7,55	pc	Rita Barbosa		17/06/05	s23	AJS	T Braga dos Anjos	1ª	Braga - pc	1/fev		rp	7,57pc / 7,59pc	
7,74	pc	Mariana Tavares		23/11/04	s23	CSM	Meet Moniz Pereira	3ª e	Pombal pc	26/jan		rp	7,77pc / 7,79pc	
7,76	pc	Mariana Marques		03/04/03	s23	ADRAP	Prova Extra	1ª s	Braga - pc	11/jan		rp /		
7,77	pc	Patrícia Alminhas		04/02/00	Sen	GDE	Meet Moniz Pereira	6ª e	Pombal pc	26/jan		7,70 pc/23		
8,23	-1,7	Cristina Neves		01/01/07	s20	CSM	CR Abs Inv	1ª	Ribeira Brava	11/jan		8,15 /24	8,39 / 8,48	
8,41	-1,7	Débora Martins		11/11/08	s18	CSM	CR Abs Inv	2ª	Ribeira Brava	11/jan		8,25 /24	8,63 / 8,82	
8,43	pc	Matilde Marujo		27/02/10	s16	GDE	CN Sub-18 pc	7ª e	Pombal pc	1/fev	35ª - RR s16 pc	8,15 /24	8,63	
8,44	-1,7	Sara Fernandes		28/02/07	s20	AJS	CR Abs Inv	3ª	Ribeira Brava	11/jan		8,42 /24	8,66 / 8,75	
8,49	-1,7	Francisca Cortinhas		07/09/07	s20	CSM	CR Abs Inv	4ª	Ribeira Brava	11/jan		8,43 /22	8,52 / 8,67	
8,53	-2,2	Glória Fernandes		01/05/11	s16	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	25/jan		8,35 /24	8,64 / 8,70	
8,63	-2,2	Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	25/jan		8,46 /24	8,65	
8,76	-4,0	Carlota Gomes		03/02/06	s20	AJS	CR Inv s18s20	4ª	Ribeira Brava	4/jan		8,52 /24		
9,32	-3,1	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s14	CSM	Prova Extra	3ª s	Ribeira Brava	11/jan		9,20 /24	9,41	
9,56	-3,0	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	Prova Extra	4ª s	Ribeira Brava	4/jan		9,21 /24		
9,57	-4,2	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	Prova Extra	1ª s	Ribeira Brava	4/jan		rp /		

Marcas em pista coberta:

7,55	pc	Rita Barbosa		17/06/05	s23	AJS	T Braga dos Anjos	1ª	Braga - pc	1/fev				
7,74	pc	Mariana Tavares		23/11/04	s23	CSM	Meet Moniz Pereira	3ª e	Pombal pc	26/jan				
7,76	pc	Mariana Marques		03/04/03	s23	ADRAP	Prova Extra	1ª s	Braga - pc	11/jan				
7,77	pc	Patrícia Alminhas		04/02/00	Sen	GDE	Meet Moniz Pereira	6ª e	Pombal pc	26/jan				
8,43	pc	Matilde Marujo		27/02/10	s16	GDE	CN Sub-18 pc	7ª e	Pombal pc	1/fev	35ª - RR s16 pc			

150 m

Recordes Regionais: sub14 - 20,26

Ranking até: 24,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
22,03	-0,9	Sofia L. Henriques		21/01/12	s14	AJS	CR Inv s14s16	1ª	Ribeira Brava	1/fev		rp /		
22,91	-0,9	Ema Pacheco		04/04/13	s14	CAFH	CR Inv s14s16	2ª	Ribeira Brava	1/fev		rp /		
22,91	-0,9	Mariana Faria		26/07/13	s14	AJS	CR Inv s14s16	3ª	Ribeira Brava	1/fev		rp		

RANKINGS 2025

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 2/fevereiro

200 m

Recordes Regionais: Abs - 24,19 / pc - 24,45 Sub23 - 24,19 / pc - 24,45 sub20 - 24,19 / pc - 24,75 sub18 - 24,75 / pc - 25,55 sub16 - 25,85

Ranking até: Sen: 28,50 sub20: 29,00 sub18: 30,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
25,91	0,9	Cristina Neves		01/01/07	s20	CSM	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	2/fev		25,67 /24	26,41	
26,26	pc	Mariana Marques		03/04/03	s23	ADRAP	Prova Extra	1ª s	Braga - pc	12/jan		rp /		
28,12	1,4	Carlota Gomes		03/02/06	s20	AJS	CR Abs Inv	2ª	Ribeira Brava	12/jan		27,44 /23		
28,54	1,4	Filipa Ferreira		03/05/04	s23	GDE	CR Abs Inv	3ª	Ribeira Brava	12/jan		27,28 /23		
28,59	1,4	Carolina Pita		23/12/07	s20	GDE	CR Abs Inv	4ª	Ribeira Brava	12/jan		28,42 /24		

Marcas com Vento Favorável Irregular:

26,00	2,1	Cristina Neves		01/01/07	s20	CSM	CR Inv s18s20	1ª	Ribeira Brava	5/jan				
27,94	2,1	Carlota Gomes		03/02/06	s20	AJS	CR Inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	5/jan				
28,11	2,1	Francisca Cortinhas		07/09/07	s20	CSM	CR Inv s18s20	3ª	Ribeira Brava	5/jan				
28,32	2,1	Carolina Pita		23/12/07	s20	GDE	CR Inv s18s20	4ª	Ribeira Brava	5/jan				

300 m

Recordes Regionais: Abs - 39,19 / pc - 39,19 Sub23 - 39,19 / pc - 39,19 sub20 - 40,46 / pc - 41,36 sub18 - 40,46 / pc - 41,36 sub16 - 42,02

Ranking até: Sen: 46,00 sub20: 47,00 sub18: 48,00 sub16: 49,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
42,68	pc	Débora Martins		11/11/08	s18	CSM	CN Sub-18 pc	2ª s	Pombal pc	1/fev	11ª	rp	43,02 / 43,22	
42,99	pc	Constança Alves		16/03/08	s18	AJS	CN Sub-18 pc	4ª s	Pombal pc	1/fev	14ª	42,02 /23		
45,69		Núria Neves		10/12/10	s16	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	25/jan		45,66 /24	46,69	
47,47		Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	25/jan		45,77 /24	48,45	

RANKINGS 2025

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 2/fevereiro

400 m

Recordes Regionais: Abs - 54,47 / pc - 55,36 Sub23 - 54,47 / pc - 55,51 sub20 - 55,39 / pc - 57,16 sub18 - 55,39 / pc - 57,16

Ranking até: Sen: 65,00 sub20: 66,00 sub18: 67,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
55,76	pc Bárbara Medeiros		04/09/01	Sen	AJS	T Braga dos Anjos	2ª	Braga - pc	1/fev		rp	56,08pc / 56,81pc
57,62	Cristina Neves		01/01/07	s20	CSM	CR Abs Inv	1ª	Ribeira Brava	11/jan		56,37 /24	57,65 / 57,85
61,03	Constança Alves		16/03/08	s18	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	25/jan		59,22 /24	
61,42	Débora Martins		11/11/08	s18	CSM	CR Abs Inv	2ª	Ribeira Brava	11/jan		60,14 /24	
62,07	Carlota Gomes		03/02/06	s20	AJS	CR Abs Inv	3ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	62,81 / 64,46
63,15	Francisca Cortinhas		07/09/07	s20	CSM	CR Inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	4/jan		61,41 /24	64,57
64,82	Ana Vieira		13/01/05	s23	CSM	CR Abs Inv	4ª	Ribeira Brava	11/jan		63,91 /23	

800 m

Recordes Regionais: Abs - 2 00,54 / pc - 2 01,11 Sub23 - 2 02,52 / pc - 2 05,21 sub20 - 2 12,35 / pc - 2 16,76 sub18 - 2 13,90 / pc - 2 20,59 sub16 - 2 16,39

Ranking até: Sen: 2 30,0 sub20: 2 35,0 sub18: 2 40,0 sub16: 2 45,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2 13,35	Sara Inácio		27/09/95	Sen	AJS	Prova Extra	1ª	Odemira	25/jan		2 11,95 /24	
2 21,72	pc Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	CN PComb pc	1ª	Braga - pc	26/jan		rp	
2 22,55	Joana Soares		08/09/93	Sen	AJS	CR Abs Inv	1ª	Ribeira Brava	12/jan		2 11,62 /19	
2 24,21	pc Catarina Matos		17/10/09	s18	GDE	CN Sub-18 pc	1ª s	Pombal pc	2/fev	14ª	rp	2 26,45 / 2 29,01
2 35,42	Ana Santos		15/06/07	s20	GDE	CR Abs Inv	3ª	Ribeira Brava	12/jan		2 32,45 /24	
2 36,72	Carlota Matos		25/12/11	s16	GDE	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	12/jan		2 33,89 /24	
2 41,59	Núria Neves		10/12/10	s16	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	12/jan		rp	

RANKINGS 2025

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 2/fevereiro

1.500 m

Recordes Regionais: Abs - 4 09,46 / pc - 4 13,58 Sub23 - 4 13,56 / pc - 4 21,51 sub20 - 4 29,34 / pc - 4 45,63 sub18 - 4 41,09 / pc - 4 47,89 sub16 - 4 41,5 / pc - 5 04,07

Ranking até: Sen: 5 15,0 sub20: 5 30,0 sub18: 5 30,0 sub16: 5 45,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
4 28,41	pc Rita N Figueiredo		22/07/03	s23	GDE	Meet Pombal	1ª	Pombal pc	12/jan		4 24,74 /21	4 31,16i
4 39,46	Solange Nunes		16/05/06	s20	GDE	CR Abs Inv	1ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	
4 39,64	Joana Soares		08/09/93	Sen	AJS	CR Abs Inv	2ª	Ribeira Brava	11/jan		4 20,70 /20	
4 47,76	Sara Baptista		23/05/95	Sen	CSM	Prova Extra	2ª	Lisboa (CAR)	1/fev		4 36,22 /23	
5 03,23	pc Catarina Matos		17/10/09	s18	GDE	CN Sub-18 pc	6ª s	Pombal pc	1/fev	16ª	rp	5 06,06 / 5 12,72
5 05,17	pc Margarida França		14/08/09	s18	GDE	CN Sub-18 pc	2ª s	Pombal pc	1/fev	19ª	rp	5 12,47 / 5 27,44
5 12,24	Edna Rodrigues		17/04/87	V 35	GDE	CR Veteranos inv	1ª	Ribeira Brava	25/jan		4 55,47 /20	
5 13,56	Adília Fernandes		11/07/89	V 35	AJS	CR Abs Inv	5ª	Ribeira Brava	11/jan		4 44,66 /18	
5 30,12	Ana Santos		15/06/07	s20	GDE	CR Inv s18s20	3ª	Ribeira Brava	4/jan		5 24,75 /24	

3.000 m

Recordes Regionais: Abs - 9 15,0 / pc - 9 16,76 Sub23 - 9 15,0 / pc - 9 23,64 sub20 - 9 53,62 / pc - 10 11,06 sub18 - 10 06,74 / pc - 10 20,45

Ranking até: Sen: 11 30,0 sub20: 12 00,0 sub18: 12 30,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
9 34,78	Solange Nunes		16/05/06	s20	GDE	CR Abs Inv	1ª	Ribeira Brava	12/jan		rp	
9 35,08	Joana Soares		08/09/93	Sen	AJS	CR Abs Inv	2ª	Ribeira Brava	12/jan		9 15,05 /20	
9 38,10	pc Rita N Figueiredo		22/07/03	s23	GDE	I Noite Atlética	1ª	Braga - pc	22/jan		rp	
10 00,25	Sara Baptista		23/05/95	Sen	CSM	Prova Extra	2ª	Lisboa (CAR)	2/fev		rp	10 01,08
10 43,97	pc Margarida França		14/08/09	s18	GDE	CN Sub-18 pc	5ª	Pombal pc	2/fev		rp /	11 06,05 / 11 44,18
10 58,20	Edna Rodrigues		17/04/87	V 35	GDE	CR Veteranos inv	1ª	Ribeira Brava	26/jan		10 41,82 /20	
11 02,74	Adília Fernandes		11/07/89	V 35	AJS	CR Abs Inv	3ª	Ribeira Brava	12/jan		10 46,28 /20	11 46,14
12 02,62	Ana Santos		15/06/07	s20	GDE	CR Inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	5/jan		11 58,65 /24	

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 2/fevereiro

50 m barreiras

5b / 0,65m - 11, 7m

Recordes Regionais: sub14 - 8,64

Ranking até: 10,50

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
10,30	-0,5	Maria Inês Gomes		18/05/12	s14	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	5/jan		rp /		
10,53	-0,5	Madalena Bernardo		13/03/12	s14	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	5/jan		rp /		

60 m barreiras - Iniciadas

Regional: 6b / 0,76m - 12, 7,5m / Nacional: 6b / 0,76m - 12, 8m

Recordes Regionais: sub16 - 9,50 / pc - 9,93

Ranking até: 12,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
10,46	2,0	Kimberly Nunes		08/06/10	s16	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	12/jan		rp	10,51	
10,57	2,0	Eduarda Silva		12/03/10	s16	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	12/jan		10,49 /24		
10,72	1,6	Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	2/fev		10,52 /24		
11,89	2,0	Laura I. Gouveia		09/10/10	s16	AJS	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	12/jan		11,86 /24		

60 m barreiras - Juvenis

5b / 0,76m - 13, 8,5m

Recordes Regionais: sub18 - 8,90 / pc - 8,90

Ranking até: 11,50

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
10,12	0,0	Débora Martins		11/11/08	s18	CSM	CR Inv s18s20	1ª	Ribeira Brava	4/jan		9,94 /24	10,15pc	

Marcas em pista coberta:

10,15	pc	Débora Martins		11/11/08	s18	CSM	CN Sub-18 pc	7ª s	Pombal pc	2/fev	26ª			
-------	----	----------------	--	----------	-----	-----	--------------	------	-----------	-------	-----	--	--	--

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 2/fevereiro

60 m barreiras

5b / 0,84m - 13, 8,5m

Recordes Regionais: Abs - 8,20 / pc - 8,20 Sub23 - 8,29 / pc - 8,29 sub20 - 8,51 / pc - 8,51 sub18 - 9,36

Ranking até: Sen: 11,00 sub20: 11,50

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
8,20	pc	Catarina Karas		23/05/00	Sen	AJS	Prova Extra	2ª	Lisboa (CAR)	1/fev	RR Abs pc =	rp	8,24pc / 8,27pc	
8,26	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Prova Extra	3ª	Lisboa (CAR)	1/fev		rp	8,43pc / 8,44pc	
9,01	pc	Mariana Tavares		23/11/04	s23	CSM	Meet Moniz Pereira	2ª e	Pombal pc	26/jan		rp	9,04pc / 9,21pc	
9,09	pc	Bárbara Silva		25/02/99	Sen	AJS	CN PComb pc	6ª	Braga - pc	26/jan		8,78 pc/21		
9,16	pc	Margarida Patrício		03/01/04	s23	GDE	Meet Moniz Pereira	5ª e	Pombal pc	26/jan		8,93 pc/24	9,25	
9,74	pc	Catarina F. Vieira		17/12/06	s20	ADRAP	CN PComb pc	4ª	Braga - pc	26/jan		9,52 pc/24		
9,86	pc	Lwena Cardoso		29/07/05	s23	CSM	Meet Moniz Pereira	4ª s	Lisboa (CAR)	11/jan		9,65 pc/23		
10,06	1,6	Ana Beatriz Pereira		03/10/07	s20	ADRAP	CR Abs Inv	2ª	Ribeira Brava	12/jan		rp	10,12 / 10,40	
10,48	pc	Lara Geirinhas		04/05/05	s23	CSM	CN PComb pc	4ª	Braga - pc	26/jan		10,17 /23		
10,55	1,6	Sara Fernandes		28/02/07	s20	AJS	CR Abs Inv	3ª	Ribeira Brava	12/jan		rp	11,05 / 11,33	
10,65	1,6	Eliana Fernandes		16/11/06	s20	AJS	CR Abs Inv	4ª	Ribeira Brava	12/jan		rp	10,86pc	
10,69	1,6	Débora Martins		11/11/08	s18	CSM	CR Abs Inv	5ª	Ribeira Brava	12/jan		rp /		

Marcas em pista coberta:

8,20	pc	Catarina Karas		23/05/00	Sen	AJS	Prova Extra	2ª	Lisboa (CAR)	1/fev	RR Abs pc =			
8,26	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Prova Extra	3ª	Lisboa (CAR)	1/fev				
9,01	pc	Mariana Tavares		23/11/04	s23	CSM	Meet Moniz Pereira	2ª e	Pombal pc	26/jan				
9,09	pc	Bárbara Silva		25/02/99	Sen	AJS	CN PComb pc	6ª	Braga - pc	26/jan				
9,16	pc	Margarida Patrício		03/01/04	s23	GDE	Meet Moniz Pereira	5ª e	Pombal pc	26/jan				
9,74	pc	Catarina F. Vieira		17/12/06	s20	ADRAP	CN PComb pc	4ª	Braga - pc	26/jan				
9,86	pc	Lwena Cardoso		29/07/05	s23	CSM	Meet Moniz Pereira	4ª s	Lisboa (CAR)	11/jan				
10,48	pc	Lara Geirinhas		04/05/05	s23	CSM	CN PComb pc	4ª	Braga - pc	26/jan				
10,86	pc	Eliana Fernandes		16/11/06	s20	AJS	CN PComb pc	6ª	Braga - pc	26/jan				

RANKINGS 2025

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 2/fevereiro

3.000 m marcha

em pista

Recordes Regionais: Abs - 12 37,89 / pc - 12 47,71 Sub23 - 13 04,54 / pc - 13 04,54 sub20 - 13 10,32 / pc - 13 39,33 sub18 - 13 36,4 / pc - 15 32,32 sub16 - 16 28,8 sub14 - 1

Ranking até: Sen: 18 00,0 sub20: 19 00,0 sub18: 20 00,0 sub16: 22 00,0 sub14: 24 00,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
13 46,64	Adriana Viveiros		12/03/02	Sen	ADRAP	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	4/jan		13 04,54 pc/24	
16 15,39	Andreia Freitas		02/04/83	V 40	AJS	CR Abs Inv	1ª	Ribeira Brava	11/jan		14 17,74 /09	16 59,94
20 05,45	Clarisse Catanho		13/05/08	s18	ADRAP	CR Abs Inv	2ª	Ribeira Brava	11/jan		rp /	

5.000 m marcha

em pista

Recordes Regionais: Abs - 21 59,16 Sub23 - 22 52,00 sub20 - 23 44,93 sub18 - 24 19,16 sub16 - 26 26,07

Ranking até: Sen: 30 00,0 sub20: 32 00,0 sub18: 33 00,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
24'32	Adriana Viveiros		12/03/02	Sen	ADRAP	Prova Extra	2ª	Lagoa	12/jan	TP		

Marcas em estrada:

10.000 m marcha

em pista

Recordes Regionais: Abs - 43 59,27 Sub23 - 48 35,82 sub20 - 48 35,82 sub18 - 50 25,54

Ranking até: Sen: 1:07.00 sub20: 1:09.00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
50'25	Adriana Viveiros		12/03/02	Sen	ADRAP	Prova Extra	2ª	Lagoa	12/jan	TP	50'17 /20	

Marcas em estrada:

15 km marcha

Estrada

Recordes Regionais: Abs - 1 08'24"8 Sub23 - 1 13'23

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 16'47	Adriana Viveiros		12/03/02	Sen	ADRAP	Prova Extra	2ª	Lagoa	12/jan		1 13'23 /23	

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 2/fevereiro

Altura

Recordes Regionais: Abs - 1,81 / pc - 1,74 Sub23 - 1,81 / pc - 1,74 sub20 - 1,81 / pc - 1,74 sub18 - 1,71 / pc - 1,71 sub16 - 1,60 / pc - 1,48 sub14 - 1,52 / pc - 1,43

Ranking até: Sen: 1,40 sub20: 1,40 sub18: 1,35 sub16: 1,30 sub14: 1,20

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1,65	pc Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	CN PComb pc	1ª	Braga - pc	26/jan		rp	
1,61	pc Cláudia Rodrigues		11/11/89	V 35	ADRAP	Prova Extra	3ª	Braga - pc	11/jan		1,77 /12	
1,60	pc Milena Lucena		03/09/02	Sen	GDE	Meet Moniz Pereira	5ª	Pombal pc	26/jan		1,69 pc/22	1,56
1,56	Margarida Patrício		03/01/04	s23	GDE	CR Abs Inv	2ª	Ribeira Brava	12/jan		1,56 /24	
1,50	pc Eliana Fernandes		16/11/06	s20	AJS	CN PComb pc	2ª	Braga - pc	26/jan		1,61 /23	1,50 / 1,46
1,50	pc Lara Geirinhas		04/05/05	s23	CSM	CN PComb pc	2ª	Braga - pc	26/jan		1,63 /24	
1,50	pc Bárbara Silva		25/02/99	Sen	AJS	CN PComb pc	7ª	Braga - pc	26/jan		1,66 pc/17	
1,47	Viviana Silva		25/07/11	s16	GDE	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	12/jan		rp	1,44
1,47	Alexandra Silva		11/09/01	Sen	CSM	CR Abs Inv	3ª	Ribeira Brava	12/jan		1,54 /21	
1,44	Matilde Freitas		16/01/08	s18	ADRAP	CR Abs Inv	4ª	Ribeira Brava	12/jan		1,46 /24	
1,41	pc Catarina F. Vieira		17/12/06	s20	ADRAP	CN PComb pc	4ª	Braga - pc	26/jan		1,52 pc/24	
1,40	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	12/jan		rp	
1,36	Kimberly Nunes		08/06/10	s16	AJS	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	12/jan		1,43 /24	1,36
1,36	Eduarda Silva		12/03/10	s16	AJS	Prova Extra	4ª	Ribeira Brava	12/jan		1,48 /24	
1,32	Nanci Jesus		18/11/10	s16	AJS	Prova Extra	5ª	Ribeira Brava	12/jan		rp	

Marcas em pista coberta:

1,65	pc Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	CN PComb pc	1ª	Braga - pc	26/jan			
1,61	pc Cláudia Rodrigues		11/11/89	V 35	ADRAP	Prova Extra	3ª	Braga - pc	11/jan			
1,60	pc Milena Lucena		03/09/02	Sen	GDE	Meet Moniz Pereira	5ª	Pombal pc	26/jan			
1,50	pc Eliana Fernandes		16/11/06	s20	AJS	CN PComb pc	2ª	Braga - pc	26/jan			
1,50	pc Lara Geirinhas		04/05/05	s23	CSM	CN PComb pc	2ª	Braga - pc	26/jan			
1,50	pc Bárbara Silva		25/02/99	Sen	AJS	CN PComb pc	7ª	Braga - pc	26/jan			
1,41	pc Catarina F. Vieira		17/12/06	s20	ADRAP	CN PComb pc	4ª	Braga - pc	26/jan			

RANKINGS 2025

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 2/fevereiro

Vara

Recordes Regionais: Abs - 4,03 / pc - 3,86 Sub23 - 4,03 / pc - 3,80 sub20 - 3,85 / pc - 3,75 sub18 - 3,85 / pc - 3,75 sub16 - 3,00 / pc - 2,90 sub14 - 2,00

Ranking até: Sen: 2,50 sub20: 2,50 sub18: 2,30 sub16: 2,00 sub14:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
3,30	pc Leonor Suzano		15/05/01	Sen	GDE	Meet M.Pereira	2ª	Lisboa (CAR)	11/jan		rp	3,20pc
3,25	pc Laurinda Moreira		22/07/05	s23	CSM	Prova Extra	2ª	Pombal pc	26/jan		3,30 /23	
2,90	Ana Beatriz Pereira		03/10/07	s20	ADRAP	CR Abs Inv	1ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	2,70
2,90	Carla Macedo		22/10/90	Sen	ADRAP	CR Abs Inv	2ª	Ribeira Brava	11/jan		3,25 /17	2,85
2,90	pc Matilde Freitas		16/01/08	s18	ADRAP	CN Sub-18 pc	2ª	Pombal pc	2/fev		3,05 pc/24	2,80 / 2,60
2,90	pc Eduarda Silva		12/03/10	s16	AJS	CN Sub-18 pc	3ª	Pombal pc	2/fev	RR s16 pc	rp	2,60 / 2,60
2,70	Diana Andrade		07/03/01	Sen	GDE	CR Abs Inv	4ª	Ribeira Brava	11/jan		3,10 /20	
2,60	Laura Pereira		13/05/05	s23	ADRAP	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	4/jan		2,65 /24	2,45
2,50	pc Carlota V. Fernandes		29/10/10	s16	AJS	CN Sub-18 pc	8ª	Pombal pc	2/fev		rp	2,45 / 2,30
2,30	Laura I. Gouveia		09/10/10	s16	AJS	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	2,20 pc / 2,15

Marcas em pista coberta:

3,30	pc Leonor Suzano		15/05/01	Sen	GDE	Meet M.Pereira	2ª	Lisboa (CAR)	11/jan			
3,25	pc Laurinda Moreira		22/07/05	s23	CSM	Prova Extra	2ª	Pombal pc	26/jan			
2,90	pc Matilde Freitas		16/01/08	s18	ADRAP	CN Sub-18 pc	2ª	Pombal pc	2/fev			
2,90	pc Eduarda Silva		12/03/10	s16	AJS	CN Sub-18 pc	3ª	Pombal pc	2/fev	RR s16 pc		
2,50	pc Carlota V. Fernandes		29/10/10	s16	AJS	CN Sub-18 pc	8ª	Pombal pc	2/fev			
2,20	pc Laura I. Gouveia		09/10/10	s16	AJS	CN Sub-18 pc	12ª	Pombal pc	2/fev			

RANKINGS 2025

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 2/fevereiro

Comprimento

Recordes Regionais: Abs - 6,24 / pc - 6,24 Sub23 - 6,21 / pc - 6,08 sub20 - 5,78 / pc - 5,78 sub18 - 5,69 / pc - 5,38 sub16 - 5,35 / pc - 4,82 sub14 - 4,90 / pc - 4,39

Ranking até: Sen: 4,50 sub20: 4,50 sub18: 4,50 sub16: 4,20 sub14: 3,80

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
6,04	pc	Ana Rita Silva		20/12/00	Sen	AJS	Meet Moniz Pereira	5ª	Pombal pc	26/jan		6,07 /23		
5,98	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	CN PComb pc	2ª	Braga - pc	26/jan		rp		
5,91	pc	Lucinda Gomes		16/04/95	Sen	GDE	Prova Extra	1ª	Lisboa (CAR)	2/fev		6,24 pc/20		
5,43	0,3	Milena Lucena		03/09/02	Sen	GDE	CR Abs Inv	1ª	Ribeira Brava	11/jan		5,69 /19		
5,19	pc	Catarina F. Vieira		17/12/06	s20	ADRAP	CN PComb pc	3ª	Braga - pc	26/jan		5,45 /22		
5,18	-1,5	Alexandra Silva		11/09/01	Sen	CSM	CR Abs Inv	2ª	Ribeira Brava	11/jan		5,53 /22		
4,93	0,2	Ana Beatriz Pereira		03/10/07	s20	ADRAP	CR Inv s18s20	1ª	Ribeira Brava	4/jan		rp		
4,86	0,2	Kimberly Nunes		08/06/10	s16	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	26/jan		5,10 /24	4,77	
4,78	0,1	Eliana Fernandes		16/11/06	s20	AJS	CR Abs Inv	3ª	Ribeira Brava	11/jan		5,02 /24	4,74 / 4,42pc	
4,73	pc	Lara Geirinhas		04/05/05	s23	CSM	CN PComb pc	4ª	Braga - pc	26/jan		4,77 pc/24		
4,65	0,7	Sara Fernandes		28/02/07	s20	AJS	CR Inv s18s20	3ª	Ribeira Brava	4/jan		rp	4,52 / 4,46	
4,63	1,8	Carolina Pita		23/12/07	s20	GDE	CR Inv s18s20	4ª	Ribeira Brava	4/jan		4,81 /24	4,61 / 4,53	
4,61	0,5	Ana Vieira		13/01/05	s23	CSM	CR Abs Inv	4ª	Ribeira Brava	11/jan		5,07 /23		
4,57	-1,0	Glória Fernandes		01/05/11	s16	AJS	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	2/fev		rp		
4,50	0,5	Laura Pereira		13/05/05	s23	ADRAP	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	4/jan		rp	4,39	
4,21	-1,4	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	Prova Extra	5ª	Ribeira Brava	2/fev		rp		

Triplo

Recordes Regionais: Abs - 13,33 / pc - 13,33 Sub23 - 12,98 / pc - 12,73 sub20 - 12,44 / pc - 12,33 sub18 - 11,76 / pc - 11,34 sub16 - 11,43

Ranking até: Sen: 10,00 sub20: 10,00 sub18: 9,75 sub16: 9,25

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
12,70	pc	Ana Rita Silva		20/12/00	Sen	AJS	Meet M.Pereira	1ª	Lisboa (CAR)	11/jan		13,09 pc/24		
11,43	-1,4	Milena Lucena		03/09/02	Sen	GDE	CR Abs Inv	1ª	Ribeira Brava	12/jan		12,24 /21		
10,59	-0,6	Alexandra Silva		11/09/01	Sen	CSM	CR Abs Inv	2ª	Ribeira Brava	12/jan		11,51 /24		
9,78	-1,0	Matilde Freitas		16/01/08	s18	ADRAP	CR Abs Inv	3ª	Ribeira Brava	12/jan		rp		

RANKINGS 2025

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 2/fevereiro

Quádruplo Step - infantis

EDED ou DEDE

Recordes Regionais: sub16 - 13,37 sub14 - 12,79

Ranking até: 10,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
12,42	0,5	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s14	CSM	CR Inv s14s16	1ª	Ribeira Brava	1/fev		rp		
10,45	0,3	Lara Vidinha		30/03/13	s14	AJS	CR Inv s14s16	2ª	Ribeira Brava	1/fev		rp		
10,30	0,2	Maria Inês Gomes		18/05/12	s14	AJS	CR Inv s14s16	3ª	Ribeira Brava	1/fev		rp		

Peso - 4k

4 kg

Recordes Regionais: Abs - 16,87 / pc - 16,87 Sub23 - 14,18 / pc - 13,87 sub20 - 13,79 / pc - 13,03 sub18 - 12,57

Ranking até: Sen: 8,50 sub20: 7,50

Marca		Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
14,22	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Meet M.Pereira	4ª	Lisboa (CAR)	11/jan		rp	14,07pc
11,87		Mariana Pestana		18/04/01	Sen	GDE	CR Abs Inv	1ª	Funchal	11/jan		12,30 /19	
9,80		Cristina Ferreira		22/11/79	V 45	AJS	CR Abs Inv	2ª	Funchal	11/jan		13,10 /99	9,68
9,57	pc	Lara Geirinhas		04/05/05	s23	CSM	CN PComb pc	2ª	Braga - pc	26/jan		9,73 pc/24	
9,30		Iara Tembe		01/10/07	s20	CSM	CR Abs Inv	3ª	Funchal	11/jan		10,02 /24	
8,90		Ângela Silva		31/03/00	Sen	GDE	CR Abs Inv	4ª	Funchal	11/jan		10,04 /23	
8,77	pc	Bárbara Silva		25/02/99	Sen	AJS	CN PComb pc	6ª	Braga - pc	26/jan		9,17 /24	
8,03		Eliana Fernandes		16/11/06	s20	AJS	CR Inv s18s20	1ª	Funchal	4/jan		rp	7,64pc
7,68	pc	Catarina F. Vieira		17/12/06	s20	ADRAP	CN PComb pc	6ª	Braga - pc	26/jan		rp	

Peso - 3k

3 kg (Iniciadas e Juvenis)

Recordes Regionais: sub18 - 14,37 / pc - 12,24 sub16 - 12,58 / pc - 9,26 sub14 - 9,01

Ranking até: 8,00

Marca		Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
11,32		Sara Perestrelo		22/02/08	s18	ADRAP	Prova Extra	1ª	Funchal	1/fev		rp	
10,26		Anthonella Hernandez		17/03/10	s16	ADRAP	CR Inv s14s16	1ª	Funchal	1/fev		rp	
8,83		Kimberly Nunes		08/06/10	s16	AJS	CR Inv s14s16	2ª	Funchal	1/fev		rp	
7,98		Petra Faria		27/03/08	s18	CSM	CR Inv s18s20	1ª	Funchal	4/jan		rp	

RANKINGS 2025

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 2/fevereiro

Peso - 2k

2 kg (Infantis)

Recordes Regionais: sub14 - 12,49 / pc - 8,24

Ranking até: 7,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
8,57	Maria Inês Gomes		18/05/12	s14	AJS	CR Inv s14s16	1ª	Funchal	1/fev		rp	
8,01	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s14	CSM	Prova Extra	1ª	Funchal	4/jan		rp	7,60 / 7,55
7,72	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	Prova Extra	2ª	Funchal	4/jan		rp	

Disco - 1k

1 kg

Recordes Regionais: Abs - 47,28 Sub23 - 46,85 sub20 - 46,85 sub18 - 37,57 sub16 - 30,81

Ranking até: Sen: 29,00 sub20: 25,00 sub18: 23,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
33,57	Iara Tembe		01/10/07	s20	CSM	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	12/jan		37,57 /24	
29,73	Francisca Pestana		29/06/04	s23	GDE	CR Lanç Longos	1ª	Ribeira Brava	2/fev		33,27 /21	
27,46	Clara Teixeira		07/04/10	s16	AJS	CR Lanç Longos	1ª	Ribeira Brava	2/fev		27,64 /24	
27,03	Anthonella Hernandez		17/03/10	s16	ADRAP	CR Lanç Longos	2ª	Ribeira Brava	2/fev		rp	
23,28	Sara Perestrelo		22/02/08	s18	ADRAP	CR Lanç Longos	3ª	Ribeira Brava	2/fev		rp	
23,02	Carolina Quintal		01/01/10	s16	AJS	CR Lanç Longos	4ª	Ribeira Brava	2/fev		rp	

Martelo - 4k

4 kg

Recordes Regionais: Abs - 65,25 Sub23 - 65,25 sub20 - 61,07 sub18 - 49,67

Ranking até: Sen: 35,00 sub20: 30,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
50,37	Ângela Silva		31/03/00	Sen	GDE	CR Lanç Longos	1ª	Funchal	1/fev		55,45 /23	
47,58	Ana Isabel Fernandes		09/08/05	s23	AJS	CR Lanç Longos	2ª	Funchal	1/fev		48,77 /24	45,54

Martelo - 3k

3 kg (Iniciadas e Juvenis)

Recordes Regionais: sub18 - 61,80 sub16 - 50,30 sub14 - 38,13

Ranking até: 30,0026,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
50,90	Clara Teixeira		07/04/10	s16	AJS	Prova Extra	1ª	Funchal	25/jan	RR s16	rp	50,59 / 45,95
43,74	Carolina Quintal		01/01/10	s16	AJS	Prova Extra	2ª	Funchal	11/jan		44,07 /24	42,19 / 40,89

RANKINGS 2025

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 2/fevereiro

Martelo - 2k

2 kg (Infantis)

Recordes Regionais: sub14 - 45,16

Ranking até: 18,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
22,60	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s14	CSM	Prova Extra	1ª	Funchal	11/jan		rp	21,47

Dardo - 600g

600 g

Recordes Regionais: Abs - 52,96 Sub23 - 52,96 sub20 - 46,52 sub18 - 42,76 sub16 - 37,67

Ranking até: Sen: 30,00 sub20: 25,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
41,69	Cristina Ferreira		22/11/79	V 45	AJS	CR Lanç Longos	1ª	Ribeira Brava	1/fev		52,52 /03	34,74
37,24	Marta Faria		08/07/04	s23	GDE	CR Lanç Longos	2ª	Ribeira Brava	1/fev		44,66 /22	

Dardo - 500g

500 g (Iniciadas e Juvenis)

Recordes Regionais: sub18 - 44,08 sub16 - 37,67 sub14 - 28,49

Ranking até: sub18: 20,00 sub16: 16,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
28,94	Anthonella Hernandez		17/03/10	s16	ADRAP	CR Lanç Longos	1ª	Ribeira Brava	1/fev		29,68 /24	25,37
21,28	Clara Cravid António	STP	15/05/11	s16	ADRAP	CR Lanç Longos	2ª	Ribeira Brava	1/fev		23,00 /24	
20,23	Kimberly Nunes		08/06/10	s16	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	
20,04	Leonor Martins		29/07/11	s16	AAM-M	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	4/jan		rp	

Dardo - 400g

400 g (Infantis)

Recordes Regionais: sub14 - 29,89

Ranking até: 15,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
16,90	Maria Inês Gomes		18/05/12	s14	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	4/jan		rp	16,10
15,32	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s14	CSM	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 2/fevereiro

Pentatlo

60m barr.(84cm), Altura, Peso (4k), Comprimento, 800m

Recordes Regionais: Abs - / pc - 4269 p Sub23 - / pc - 3561 p sub20 - / pc - 3561 p

Ranking até: Sen: sub20:

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
4 269 p	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	CN PComb pc	1ª	Braga - pc	26/jan	RR Abs pc	rp		
	Parciais:	8,43 . 1,65 . 14,07 . 5,98 . 2 21,72												
2 817 p	pc	Lara Geirinhas		04/05/05	s23	CSM	CN PComb pc	3ª	Braga - pc	26/jan		2973 p pc/24		
	Parciais:	10,48 . 1,50 . 9,57 . 4,73 . 2 39,13												
2 757 p	pc	Catarina F. Vieira		17/12/06	s20	ADRAP	CN PComb pc	5ª	Braga - pc	26/jan		3009 p pc/24		
	Parciais:	9,74 . 1,41 . 7,68 . 5,19 . 2 48,28												
2 436 p	pc	Eliana Fernandes		16/11/06	s20	AJS	CN PComb pc	6ª	Braga - pc	26/jan		2546 p /24		
	Parciais:	10,86 . 1,50 . 7,64 . 4,42 . 2 49,26												

4 x 60 m

Infantis

Recordes Regionais: sub14 - 33,93

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
38,73	Jardim da Serra		01/01/12	s14	AJS	CR Inv s14s16	1ª	Ribeira Brava	1/fev		33,93 /23	
	Constituição:	Lara Vidinha 13, Sofia L. Henriques 12, Madalena Bernardo 12, Mariana Faria 13										

4 x 400 m

Recordes Regionais: Abs - 3 43,36 / pc - 3 48,44 Sub23 - 3 45,96 / pc - 3 51,60 sub20 - 3 53,14 / pc - 4 02,99 sub18 - 3 56,80 / pc - 4 03,04

Ranking até: Sen: sub20:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
4 07,39	Marítimo - sub23		01/01/05	s23	CSM	CR Abs Inv	1ª	Ribeira Brava	12/jan		rp	
	Constituição:	Ana Vieira 05, Débora Martins 08, Francisca Cortinhas 07, Cristina Neves 07										
4 26,02	Estreito - sub20		01/01/06	s20	GDE	CR Abs Inv	2ª	Ribeira Brava	12/jan		4 02,99 pc/20	
	Constituição:	Catarina Matos 09, Margarida França 09, Ana Santos 07, Solange Nunes 06										
4 31,88	Jardim da Serra		01/01/99	Sen	AJS	CR Abs Inv	3ª	Ribeira Brava	12/jan		3 56,79 /21	
	Constituição:	Sara Fernandes 07, Adília Fernandes 89, Filipa Jesus 03, Carlota Gomes 06										

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 2/fevereiro

Estafeta Sueca (Medley)

(100m, 200m, 300m, 400m)

Recordes Regionais: Abs - 2 19,31 Sub23 - 2 23,55 sub20 - 2 23,55 sub18 - 2 23,91 sub16 - 2 39,96

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2 25,56	Marítimo - sub20		01/01/07	s20	CSM	CR Inv s18s20	1ª	Ribeira Brava	5/jan		2 23,77	/24
Constituição: Petra Faria 08, Francisca Cortinhas 07, Débora Martins 08, Cristina Neves 07												
2 40,10	Jardim da Serra - sub20		01/01/06	s20	AJS	CR Inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	5/jan		2 34,32	/23
Constituição: Eliana Fernandes 06, Luna Andrade 07, Carlota Gomes 06, Sara Fernandes 07												
2 40,74	Estreito - sub20		01/01/07	s20	GDE	CR Inv s18s20	3ª	Ribeira Brava	5/jan		2 22,46	/19
Constituição: Carolina Pita 07, Ana Santos 07, Margarida França 09, Catarina Matos 09												