

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/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 - 8,00 / pc - 8,43 sub14 - 8,35 / pc - 8,66														
Ranking até: Sen: 8,80 sub20: 8,90 sub18: 9,00 sub16: 9,20 sub14: 9,90														
Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
7,78	pc	Patrícia Rodrigues		24/02/99	Sen	GDE	Meet MP SCP	4ª e	Pombal	25/jan		7,53 pc/24	7,79pc / 7,82pc	
7,85	pc	Carla Gama		24/11/90	V 35	ADRAP	Meet MP SCP	6ª e	Pombal	25/jan		7,48 pc/24		
7,94	pc	Sofia Castanhas		09/09/00	Sen	ADRAP	Meet Pombal pc	2ª	Braga	8/fev		7,77 pc/24	7,97pc / 8,07pc	
8,08	pc	Ana Rita Silva		20/12/00	Sen	AJS	Meet Pombal pc	3ª e	Braga	8/fev		rp	8,20pc	
8,12	-0,9	Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	CR Abs inv	2ª e	Ribeira Brava	31/jan		rp	8,13 / 8,14	
8,25	1,6	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	CR Inv s14/s16	1ª s	Ribeira Brava	24/jan		rp	8,37 / 8,54	
8,31	pc	Inês Vieira		07/02/03	Sen	CSM	I Noite Atlética pc	1ª s	Braga	28/jan		rp /		
8,32	-1,4	Constança Alves		16/03/08	s20	AJS	CR inv s18s20	1ª	Ribeira Brava	10/jan		rp		
8,38	-1,6	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	31/jan		rp /		8,37 (2,5)
8,48	pc	Ana Teixeira		25/06/01	Sen	ADRAP	Meet Pombal pc	4ª e	Braga	8/fev		rp /	8,53pc	
8,52	-1,4	Sara Fernandes		28/02/07	s20	AJS	CR inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	10/jan		8,42 /24	8,52 / 8,53	
8,52	-1,6	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	31/jan		8,48 /25	8,63 / 8,70	8,31 (2,4)
8,61	0,1	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	Prova Extra	1ª	Câmara de Lobos	3/jan		8,60 /25		
8,66	-2,0	Inês Andrade		15/10/05	s23	CSM	CR Abs inv	3ª	Ribeira Brava	31/jan		rp /	8,67	
8,70	0,1	Matilde Freitas		16/01/08	s20	ADRAP	Prova Extra	2ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
8,70	-2,0	Laura Perez		08/05/07	s20	AJS	CR Abs inv	4ª	Ribeira Brava	31/jan		8,50 /24	8,75	
8,73	0,4	Ana Beatriz Pereira		03/10/07	s20	ADRAP	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	24/jan		8,66 /24		
8,75	-1,4	Catarina Matos		17/10/09	s18	GDE	CR inv s18s20	3ª	Ribeira Brava	10/jan		8,31 /24		
8,78	1,2	Mariana Faria		26/07/13	s14	AJS	CR Inv s14/s16	1ª e	Ribeira Brava	24/jan		rp		
8,79	-2,0	Cediane Silva	CPV	10/07/08	s20	ADRAP	CR Abs inv	5ª	Ribeira Brava	31/jan		rp	8,90	
8,82	1,6	Diana Sousa		15/03/11	s16	AJS	CR Inv s14/s16	3ª e	Ribeira Brava	24/jan		rp		8,77 (2,4)
8,84	-0,9	Alice Vieira		22/09/08	s20	ADRAP	CR Abs inv	5ª e	Ribeira Brava	31/jan		rp /	9,08	
8,88	-1,6	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Prova Extra	5ª	Ribeira Brava	31/jan		8,81 /25		
8,96	0,5	Leonor Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR Inv s14/s16	1ª e	Ribeira Brava	24/jan		rp	9,13	8,75 (2,5)
8,98	pc	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	Triatlo Técnico Nac	1ª s	Braga	31/jan		rp	9,06 / 9,20	8,90 (3,4)
9,01	1,6	Oriana Ornelas		22/07/12	s16	GDE	CR Inv s14/s16	4ª e	Ribeira Brava	24/jan		rp /	9,11	
9,07	0,6	Inês Batista		14/05/14	s14	ADNPS	Triatlo Técnico	2ª s	Câmara de Lobos	3/jan		rp		8,79 (2,5)
9,09	0,5	Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	CR Inv s14/s16	2ª e	Ribeira Brava	24/jan		rp	9,47	
9,16	-1,6	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	Prova Extra	6ª	Ribeira Brava	31/jan		rp		
9,22	1,2	Cristiana Camacho		21/07/14	s14	AAM-M	CR Inv s14/s16	2ª e	Ribeira Brava	24/jan		rp	9,55	

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

9,42	-1,5	Alice Jardim	14/06/13	s14	CEE-M	Triatlo Técnico	1ª s	Câmara de Lobos	3/jan	rp /		
9,44	-1,5	Fabiana Camacho	21/07/14	s14	AAM-M	Triatlo Técnico	1ª s	Câmara de Lobos	3/jan	9,36 /25		9,29 (3,4)
9,44	1,2	Mariana Pereira	20/06/13	s14	GDE	CR Inv s14/s16	3ª e	Ribeira Brava	24/jan	rp /	9,51 / 9,71	
9,58	0,5	Maria Teixeira	19/03/14	s14	ADRAP	CR Inv s14/s16	3ª e	Ribeira Brava	24/jan	rp		
9,85	1,2	Yasmin Ferreira	12/04/14	s14	GDE	CR Inv s14/s16	4ª e	Ribeira Brava	24/jan	rp /		
9,88	-1,1	Laura Luís	04/03/14	s14	CSM	Prova Extra	4ª s	Ribeira Brava	10/jan	rp /		
9,90	-1,5	Beatriz Freitas	26/05/14	s14	AJS	Triatlo Técnico	2ª s	Câmara de Lobos	3/jan	9,75 /25		9,40 (4,3)
9,90	1,2	Margarida Teixeira	01/04/14	s14	AJS	CR Inv s14/s16	5ª e	Ribeira Brava	24/jan	rp /		

Marcas em pista coberta:

7,78	pc	Patrícia Rodrigues	24/02/99	Sen	GDE	Meet MP SCP	4ª e	Pombal	25/jan			
7,85	pc	Carla Gama	24/11/90	V 35	ADRAP	Meet MP SCP	6ª e	Pombal	25/jan			
8,07	pc	Sofia Castanhas	09/09/00	Sen	ADRAP	Meet MP SCP	8ª e	Pombal	25/jan			
8,20	pc	Ana Rita Silva	20/12/00	Sen	AJS	Meet MP Lx	1ª s	Lisboa (CAR)	10/jan			
8,31	pc	Inês Vieira	07/02/03	Sen	CSM	I Noite Atlética pc	1ª s	Braga	28/jan			
8,53	pc	Ana Teixeira	25/06/01	Sen	ADRAP	Prova Extra	1ª s	Braga	18/jan			
8,98	pc	Carolina S. Pereira	01/01/13	s14	AJS	Triatlo Técnico Nac	1ª s	Braga	31/jan			

Marcas com Vento Favorável Irregular:

8,00	2,4	Glória Fernandes	01/05/11	s16	AJS	CR Inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	24/jan			
8,37	2,5	Ana Maria Silva	08/01/13	s14	GDE	CR Inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	24/jan			
8,62	2,8	Vitória Silva	09/01/11	s16	CSM	CR Inv s14/s16	1ª e	Ribeira Brava	24/jan			
8,72	4,3	Inês Batista	14/05/14	s14	ADNPS	CR Inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	24/jan			
8,75	2,5	Leonor Batista	14/05/14	s14	ADNPS	CR Inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	24/jan			
8,90	3,4	Carolina S. Pereira	01/01/13	s14	AJS	CR Inv s14/s16	1ª e	Ribeira Brava	24/jan			
9,03	4,3	Francisca Camacho	28/01/14	s14	AJS	CR Inv s14/s16	3ª e	Ribeira Brava	24/jan			
9,03	2,8	Isabel Fernandes	11/07/11	s16	AAM-M	CR Inv s14/s16	4ª e	Ribeira Brava	24/jan			
9,29	3,4	Fabiana Camacho	21/07/14	s14	AAM-M	CR Inv s14/s16	2ª e	Ribeira Brava	24/jan			
9,40	4,3	Beatriz Freitas	26/05/14	s14	AJS	CR Inv s14/s16	4ª e	Ribeira Brava	24/jan			
9,42	3,4	Madalena Silva	03/02/13	s14	ADRAP	CR Inv s14/s16	3ª e	Ribeira Brava	24/jan			
9,61	4,3	Beatrice Rodrigues	27/11/13	s14	AJS	CR Inv s14/s16	5ª e	Ribeira Brava	24/jan			

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

200 m

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: 29,00		sub20: 29,50		sub18: 30,00				
Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
25,92	1,3	Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	8/fev		rp	26,47 / 26,64	
26,29	-1,7	Constança Alves		16/03/08	s20	AJS	CR Abs inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev		25,69 /25	26,40	
27,19	1,0	Carlota Gomes		03/02/06	s23	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	27,30	
27,47	-1,7	Matilde Marujo		27/02/10	s18	GDE	CR Abs inv	4ª	Ribeira Brava	1/fev		26,38 /25		
27,76	pc	Inês Vieira		07/02/03	Sen	CSM	Prova Extra	3ª s	Pombal	25/jan		27,22 /25		
28,29	1,0	Sara Fernandes		28/02/07	s20	AJS	CR inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	11/jan		28,13 /25		
28,56	1,3	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	11/jan		rp /		
28,61	1,0	Evie Weber	NED	13/04/10	s18	GDE	CR inv s18s20	3ª	Ribeira Brava	11/jan		28,29 /25	29,47	
31,02	1,3	Isabel Fernandes		11/07/11	s16	AAM-M	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	11/jan		rp /		
31,23	1,3	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	11/jan		rp /		
31,75	1,3	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	Prova Extra	4ª	Ribeira Brava	11/jan		rp /		
31,90	1,3	Leonor Martins		29/07/11	s16	AAM-M	Prova Extra	5ª	Ribeira Brava	11/jan		rp /		

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 - 41,62													
Ranking até: Sen: 46,00 sub20: 47,00 sub18: 48,00 sub16: 50,00													
Marca		Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
40,87		Constança Alves		16/03/08	s20	AJS	Prova Extra	1ª	Câmara de Lobos	3/jan		40,78 /25	
41,72		Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	Prova Extra	2ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	
42,65		Carlota Gomes		03/02/06	s23	AJS	Prova Extra	3ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	
43,22	pc	Matilde Marujo		27/02/10	s18	GDE	CN s18 pc	16ª	Braga	7/fev		41,62 /25	
45,18		Evie Weber	NED	13/04/10	s18	GDE	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	24/jan		rp /	45,44
46,14		Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	24/jan		rp	47,05
46,22		Núria Neves		10/12/10	s18	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	24/jan		44,74 /25	
46,32		Catarina Matos		17/10/09	s18	GDE	CR inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	10/jan		44,47 /24	
48,60		Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	24/jan		rp /	
49,22		Diana Sousa		15/03/11	s16	AJS	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	24/jan		rp /	

Marcas em pista coberta:

43,22 pc Matilde Marujo 27/02/10 s18 GDE CN s18 pc 16ª Braga 7/fev

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

400 m

Recordes Regionais: Abs - 54,47 / pc - 55,36 Sub23 - 54,47 / pc - 55,51 sub20 - 55,28 / pc - 56,49 sub18 - 55,39 / pc - 57,16

Ranking até: Sen: 66,00 sub20: 68,00 sub18: 70,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
56,84	Constança Alves		16/03/08	s20	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	24/jan		55,77 /25	57,27 / 57,86
57,20	pc Bárbara Medeiros		04/09/01	Sen	AJS	Meet MP SCP	3ª s	Pombal	25/jan		55,18 /25	
58,91	Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	24/jan		rp	59,09
60,09	Carlota Gomes		03/02/06	s23	AJS	CR Abs inv	3ª	Ribeira Brava	31/jan		rp	60,28 / 60,86
60,17	pc Diana A. Sousa		05/05/05	s23	CSM	Meet MP SCP	5ª s	Pombal	25/jan		rp /	
66,83	Evie Weber	NED	13/04/10	s18	GDE	CR Abs inv	4ª	Ribeira Brava	31/jan		rp /	
69,35	Sara Fernandes		28/02/07	s20	AJS	CR inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	10/jan		66,38 /24	

600 m

Recordes Regionais: sub14 - 1 45,23

Ranking até: 2 15,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 58,09	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	25/jan		rp /	
2 04,70	Benedita Figueiredo		31/03/13	s14	ADRAP	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	25/jan		1 58,02 /25	
2 11,69	Alice Jardim		14/06/13	s14	CEE-M	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	25/jan		rp /	
2 13,19	Cristiana Camacho		21/07/14	s14	AAM-M	CR inv s14/s16	4ª	Ribeira Brava	25/jan		2 08,86 /25	
2 14,99	Beatriz Freitas		26/05/14	s14	AJS	CR inv s14/s16	5ª	Ribeira Brava	25/jan		rp	

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

800 m

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 14,35			sub18 - 2 13,90 / pc - 2 20,59			sub16 - 2 16,39
			Ranking até: Sen: 2 45,0			sub20: 2 45,0			sub18: 2 50,0			sub16: 3 00,0
Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2 08,26	pc Maria Avelino		12/12/05	s23	AJS	Meet Pombal pc	2ª	Braga	8/fev		rp	
2 13,87	Diana A. Sousa		05/05/05	s23	CSM	Meet MP Lx	2ª	Lisboa (CAR)	10/jan		rp	2 21,88
2 21,15	Solange Nunes		16/05/06	s23	GDE	CR Abs inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev		rp	
2 24,72	pc Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Pentatlo - Extra	2ª	Pombal	3/jan		2 14,38	/25
2 27,83	Ana Monteiro		24/10/98	Sen	GDE	Prova Extra	3ª	Lisboa (CAR)	4/jan		rp	
2 32,42	Catarina Matos		17/10/09	s18	GDE	CR inv s18s20	1ª	Ribeira Brava	11/jan		2 24,21	pc/25
2 34,47	Núria Neves		10/12/10	s18	AJS	CR inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	11/jan		2 33,38	/25 2 34,82 / 2 35,30
2 35,18	Filipa Jesus		18/03/03	Sen	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	8/fev		rp	/
2 36,31	Ana Vieira		13/01/05	s23	CSM	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	8/fev		2 35,81	/24 2 40,36
2 37,44	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	8/fev		rp	
2 37,65	Carlota Matos		25/12/11	s16	GDE	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	25/jan		2 29,37	/25
2 46,98	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	25/jan		rp	/
2 47,95	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	25/jan		2 47,87	/25
2 49,57	Lucia McIntyre		21/09/11	s16	CEE-M	CR inv s14/s16	4ª	Ribeira Brava	25/jan		rp	/
2 57,20	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	8/fev		rp	/

1.500 m

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 37,11			sub18 - 4 41,09 / pc - 4 47,89			sub16 - 4 41,5 / pc - 5 04,07
			Ranking até: Sen: 5 45,0			sub20: 5 45,0			sub18: 6 00,0			sub16: 6 30,0
Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
4 37,12	Solange Nunes		16/05/06	s23	GDE	CR Abs inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan		4 37,11	pc/25
4 47,86	Carolina Hrytsevych		10/05/05	s23	ADRAP	Prova extra	4ª	VRSA	17/jan		4 45,91	/25
4 59,07	pc Margarida França		14/08/09	s18	GDE	CN s18 pc	10ª	Braga	7/fev		rp	5 10,70 / 5 10,85
5 18,16	Filipa Jesus		18/03/03	Sen	AJS	CR Abs inv	3ª	Ribeira Brava	31/jan		rp	
5 20,44	Núria Neves		10/12/10	s18	AJS	CR inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	10/jan		rp	
5 23,61	Adília Fernandes		11/07/89	V 35	AJS	CR Abs inv	4ª	Ribeira Brava	31/jan		4 44,66	/18
5 35,27	Ana Vieira		13/01/05	s23	CSM	CR Abs inv	5ª	Ribeira Brava	31/jan		rp	/
5 37,98	Bárbara Correia		12/11/83	V 40	CAFH	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan		5 29,77	/19
5 40,51	Carlota Matos		25/12/11	s16	GDE	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	24/jan		5 21,46	/25
5 43,62	Dana Honzáková	CZE	05/02/90	V 35	ADRAP	CR Vet inv	2ª	Ribeira Brava	31/jan		rp	/

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

6 28,70	Madalena Bernardo	13/03/12	s16	AJS	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	24/jan	6 26,65	/25
6 31,56	Maria Antónia Neves	11/01/11	s16	CSM	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	24/jan	5 51,68	/20
Marcas em pista coberta:										
4 59,07	pc Margarida França	14/08/09	s18	GDE	CN s18 pc	10ª	Braga	7/fev		

3.000 m

Recordes Regionais: Abs - 9 15,0 / pc - 9 16,76 Sub23 - 9 15,0 / pc - 9 23,64 sub20 - 9 34,78 / pc - 9 55,77 sub18 - 10 06,74 / pc - 10 20,45												
Ranking até: Sen: 13 00,0 sub20: 13 30,0 sub18: 13 30,0												
Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
9 38,14	Solange Nunes		16/05/06	s23	GDE	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	8/fev		9 34,78 /25	11 09,43
10 35,36	Carolina Hrytsevych		10/05/05	s23	ADRAP	Prova Extra	2ª	Odemira	31/jan		rp /	
10 58,22	pc Margarida França		14/08/09	s18	GDE	CN s18 pc	8ª	Braga	7/fev		10 43,97 pc/25	11 09,97 / 11 12,46
11 18,82	Adília Fernandes		11/07/89	V 35	AJS	CR Abs inv	3ª	Ribeira Brava	1/fev		10 46,28 /20	
11 40,72	Filipa Jesus		18/03/03	Sen	AJS	CR Abs inv	4ª	Ribeira Brava	1/fev		rp	
11 42,62	Catarina Dinis		21/12/87	V 35	CAFH	CR Abs inv	5ª	Ribeira Brava	1/fev		rp	
12 04,01	Bárbara Correia		12/11/83	V 40	CAFH	CR Abs inv	6ª	Ribeira Brava	1/fev		11 39,73 /18	
12 29,94	Vanessa Furtado		08/01/89	V 35	ADRAP	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	11/jan		rp /	12 32,87
12 49,24	Ekaterina Zubareva		01/12/82	V 40	ADRAP	CR Vet inv	2ª	Ribeira Brava	1/fev		rp /	
12 57,65	Clarisse Catanho		13/05/08	s20	ADRAP	CR inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	13 01,99

Marcas em pista coberta:

10 58,22	pc Margarida França	14/08/09	s18	GDE	CN s18 pc	8ª	Braga	7/fev		
----------	---------------------	----------	-----	-----	-----------	----	-------	-------	--	--

10.000 m

Recordes Regionais: Abs - 33 21,98 Sub23 - 34 38,37 sub20 - 40 21,98												
Ranking até: 48 00,0												
Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
10km Estrada - marcas realizadas em percursos certificados:												
32'16"	Mariana Vargem		30/01/01	Sen	LCM-M	CN Estrada	2ª	Figueira da Foz	16/jan	MMR Abs		
35'08"	Solange Nunes		16/05/06	s23	GDE	CN Estrada s23	3ª	Figueira da Foz	16/jan	MMR s23		
35'33"	Diana Fernandes		11/09/04	s23	GDE	CN Estrada s23	5ª	Figueira da Foz	16/jan			
35'52"	Sara Baptista		23/05/95	Sen	CSM	CN Estrada	24ª	Figueira da Foz	16/jan			
37'02"	Alice Oliveira		07/12/00	Sen	ADRAP	CN Estrada	37ª	Figueira da Foz	16/jan			
38'07"	Inês Cruz		25/08/97	Sen	GDE	CN Estrada	52ª	Figueira da Foz	16/jan			

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

38'29"	Ana Monteiro	24/10/98	Sen	GDE	CN Estrada	60ª	Figueira da Foz	16/jan
38'32"	Leonor Rodrigues	05/01/08	s20	GDE	CN Estrada s20	5ª	Figueira da Foz	16/jan
39'14"	Edna Rodrigues	17/04/87	V 35	GDE	CN Estrada	72ª	Figueira da Foz	16/jan

Meia Maratona

21.092,5 m

Recordes Regionais: Abs - 1:12'46" Sub23 - 1:13'26"

Ranking até: 1:40.00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 36'41	Yuzi Abreu		07/05/82	V 40	CFA-M	MM Funchal	6ª	Funchal	17/jan	chip: 1 36'34	1 34'57 /25	
1 36'59	Carina Teles		15/03/92	Sen	MCDON	MM Funchal	7ª	Funchal	17/jan	chip: 1 36'57	rp /	
1 37'30	Luísa Marujo		09/03/92	Sen	ADCSAS	MM Funchal	9ª	Funchal	17/jan	chip: 1 37'15	rp /	
1 38'54	Graciela Olival		31/10/84	V 40	CAFH	MM Funchal	12ª	Funchal	17/jan	chip: 1 38'50	rp	
1 39,19	Elsa Afonso		10/12/81	V 40	IND-M	MM Funchal	14ª	Funchal	17/jan	chip: 1 39'04	rp /	
1 39'43	Sandra Goulart		29/05/79	V 45	MCDON	MM Funchal	15ª	Funchal	17/jan	chip: 1 39'30	1 35,19 /16	
1 39'48	Vanessa Furtado		08/01/89	V 35	ADRAP	MM Funchal	16ª	Funchal	17/jan	chip: 1 39'45	rp /	

Notas:

- São considerados para este ranking da Meia-Maratona apenas os resultados realizados na Região e outros que nos sejam enviados com o devido comprovativo em pdf.
- Devido ao desnível superior ao regulamentar entre a partida e a meta, os resultados da Meia Maratona da Calheta "Alberto Paulo" não são considerados para efeitos de recorde.

Maratona

42.195 m

Recordes Regionais: Abs - 2:28'00"

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
3 51'02	Susana Alegria		30/01/79	V 45	CDCPM	C. Portugal	1ª	Funchal	17/jan	chip: 3 50'47	3 48'33 /25	
4 05'50	Lina Jardim		27/11/79	V 45	ADAM-M	C. Portugal	3ª	Funchal	17/jan	chip: 4 05'47	3 56'39 /25	
4 28'04	Marlene Correia		31/08/79	V 45	AAM-M	C. Portugal	4ª	Funchal	17/jan	chip: 4 28'01	rp /	

Notas:

- São considerados para este ranking da Maratona apenas os resultados realizados na Região e outros que nos sejam enviados com o devido comprovativo em pdf.

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

50 m barreiras

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

Recordes Regionais: sub14 - 8,64

Ranking até: 11,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
9,08	-2,1	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	25/jan		rp	9,11 / 9,50	
9,21	-2,1	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	25/jan		rp /	9,31 / 9,67	
9,63	-0,8	Inês Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR inv s14/s16	2ª e	Ribeira Brava	25/jan		rp /	9,74	
9,75	-1,5	Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	CR inv s14/s16	2ª e	Ribeira Brava	25/jan		9,74 / 25	9,96 / 10,22	
9,92	-1,5	Leonor Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR inv s14/s16	3ª e	Ribeira Brava	25/jan		rp /	10,09	
10,60	-0,8	Laura Luís		04/03/14	s14	CSM	CR inv s14/s16	3ª e	Ribeira Brava	25/jan		rp /	10,96	
10,88	-0,8	Isa Ferreira		03/08/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	4ª e	Ribeira Brava	25/jan		rp /	10,90	
10,91	-1,5	Fabiana Camacho		21/07/14	s14	AAM-M	CR inv s14/s16	4ª e	Ribeira Brava	25/jan		rp /	11,52	
10,94	-1,5	Mariana Pereira		20/06/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	5ª e	Ribeira Brava	25/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: 13,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
10,08	1,6	Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	8/fev		rp	10,81 / 10,82	
10,27	-0,3	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	CR inv s14/s16	1ª e	Ribeira Brava	25/jan		rp /	10,50	
10,40	-0,3	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	1/fev		rp /	10,58 / 10,72	
10,75	pc	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	Triatlo Técnico Nac	2ª s	Braga	31/jan		rp	11,11 / 11,19	
10,82	-0,3	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	1/fev		rp	11,04 / 11,17	
11,11	-0,1	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	CR inv s14/s16	2ª e	Ribeira Brava	25/jan		rp /	11,33	
12,15	-1,8	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	Triatlo Técnico	4ª s	Câmara de Lobos	3/jan		rp /		
12,77	-0,1	Isabel Freitas		07/11/11	s16	CSM	CR inv s14/s16	3ª e	Ribeira Brava	25/jan		12,68 / 24	12,87	
12,84	-0,3	Inês Pereira		16/12/11	s16	GDE	CR inv s14/s16	5ª e	Ribeira Brava	25/jan		rp /	12,97	

Marcas em pista coberta:

10,75	pc	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	Triatlo Técnico Nac	2ª s	Braga	31/jan				
-------	----	---------------	--	----------	-----	-----	---------------------	------	-------	--------	--	--	--	--

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

60 m barreiras - Juvenis										5b / 0,76m - 13, 8,5m				
--------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------------------	--	--	--	--

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

Ranking até: 12,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
10,06	0,0	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	Prova Extra	1ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp /		
10,61	0,0	Laura I. Gouveia		09/10/10	s18	AJS	Prova Extra	2ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp /	10,74	
10,66	0,0	Carlota V. Fernandes		29/10/10	s18	AJS	Prova Extra	3ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp /		

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

Recordes Regionais: Abs - 8,16 / pc - 8,16 Sub23 - 8,29 / pc - 8,29 sub20 - 8,51 / pc - 8,51 sub18 - 9,36

Ranking até: Sen: 11,50 sub20: 12,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
8,39	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Pentatlo - Extra	1ª	Pombal	3/jan		8,26 pc/25	8,42pc / 8,44pc	
8,52	pc	Catarina Queirós		23/01/98	Sen	GDE	Meet Pombal pc	4ª	Braga	8/fev		8,26 pc/17	8,58pc	
8,95	pc	Mariana Tavares		23/11/04	s23	CSM	Meet MP SCP	5ª e	Pombal	25/jan		8,87 pc/25	8,96pc	
9,35	pc	Sofia Castanhas		09/09/00	Sen	ADRAP	Meet MP SCP	1ª e	Braga	8/fev		9,08 pc/24	9,38pc / 9,48pc	
9,85	1,6	Cláudia Rodrigues		11/11/89	V 35	ADRAP	CR Abs inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev		9,02 pc/13		
11,16	1,6	Sara Fernandes		28/02/07	s20	AJS	CR Abs inv	2ª	Ribeira Brava	1/fev		10,55 /25		
11,29	1,6	Laura I. Gouveia		09/10/10	s18	AJS	CR Abs inv	3ª	Ribeira Brava	1/fev		rp /		

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: 20 00,0 sub20: 20 00,0 sub18: 21 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
15 58,60	Andreia Freitas		02/04/83	V 40	AJS	CR Abs inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan		14 17,74 /09	
16 13,06	Adriana Viveiros		12/03/02	Sen	ADRAP	CR Abs inv	2ª	Ribeira Brava	31/jan		13 04,54 pc/24	
18 54,70	Clarisse Catanho		13/05/08	s20	ADRAP	CR inv s18s20	1ª	Ribeira Brava	10/jan		rp	19 26,60
19 32,80	Sara R. Fernandes		27/10/10	s18	AJS	CR inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	10/jan		rp	19 55,25

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/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: 1,35		sub20: 1,35		sub18: 1,30		sub16: 1,20		sub14: 1,12	
Marca		Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1,67	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Heptatlo - Extra	1ª	Pombal	3/jan		1,70 /25	1,58pc
1,63	pc	Ana Leite		08/09/01	Sen	AJS	Prova Extra	2ª	Braga	18/jan		1,77 /24	1,63pc
1,59	pc	Evie Weber	NED	13/04/10	s18	GDE	CN s18 pc	5ª	Braga	7/fev		rp	1,51 / 1,47
1,57	pc	Milena Lucena		03/09/02	Sen	GDE	Meet Pombal	6ª	Braga	8/fev		1,69 pc/22	1,54pc
1,53		Cláudia Rodrigues		11/11/89	V 35	ADRAP	CR Abs inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan		1,77 /12	
1,50		Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	Triatlo Técnico	1ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	1,36pc / 1,33
1,47		Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	31/jan		rp	1,43
1,47		Alexandra Silva		11/09/01	Sen	CSM	CR Abs inv	2ª	Ribeira Brava	31/jan		1,54 /21	
1,44		Catarina Fernandes		11/05/05	s23	AJS	CR Abs inv	4ª	Ribeira Brava	31/jan		1,48 /17	1,38
1,43		Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	CR inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	10/jan		1,45 /25	
1,40		Matilde Freitas		16/01/08	s20	ADRAP	CR inv s18s20	3ª	Ribeira Brava	10/jan		1,49 /25	1,40 / 1,38
1,36		Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	31/jan		1,39 /25	1,33
1,36		Alice Vieira		22/09/08	s20	ADRAP	CR Abs inv	6ª	Ribeira Brava	31/jan		rp	
1,36		Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	8/fev		rp	1,27
1,35		Laura Pereira		13/05/05	s23	ADRAP	Prova Extra	4ª	Ribeira Brava	25/jan		1,47 /20	
1,30		Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	Triatlo Técnico	2ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	
1,26		Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Triatlo Técnico	3ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	
1,26		Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	Triatlo Técnico	4ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	1,21
1,24		Leonor Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	24/jan		rp	
1,24		Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	24/jan		rp	
1,24		Isabel Fernandes		11/07/11	s16	AAM-M	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	8/fev		rp	
1,22		Leonor Martins		29/07/11	s16	AAM-M	Triatlo Técnico	5ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	
1,20		Inês Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR inv s14/s16	4ª	Ribeira Brava	24/jan		rp	
1,20		Maria Neto		20/08/14	s14	CSM	CR inv s14/s16	5ª	Ribeira Brava	24/jan		rp	
1,16		Beatrice Rodrigues		27/11/13	s14	AJS	CR inv s14/s16	6ª	Ribeira Brava	24/jan		rp	
1,12		Mariana Faria		26/07/13	s14	AJS	CR inv s14/s16	7ª	Ribeira Brava	24/jan		1,16 /25	
1,12		Francisca Camacho		28/01/14	s14	AJS	CR inv s14/s16	8ª	Ribeira Brava	24/jan		rp	
1,12		Mariana Pereira		20/06/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	9ª	Ribeira Brava	24/jan		rp	
1,12		Fabiana Camacho		21/07/14	s14	AAM-M	CR inv s14/s16	10ª	Ribeira Brava	24/jan		rp	
1,12		Cristiana Camacho		21/07/14	s14	AAM-M	CR inv s14/s16	11ª	Ribeira Brava	24/jan		rp	
1,12		Madalena Silva		03/02/13	s14	ADRAP	CR inv s14/s16	11ª	Ribeira Brava	24/jan		rp	

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

Marcas em pista coberta:

1,67	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Heptatlo - Extra	1ª	Pombal	3/jan
1,63	pc	Ana Leite		08/09/01	Sen	AJS	Prova Extra	2ª	Braga	18/jan
1,59	pc	Evie Weber	NED	13/04/10	s18	GDE	CN s18 pc	5ª	Braga	7/fev
1,57	pc	Milena Lucena		03/09/02	Sen	GDE	Meet Pombal	6ª	Braga	8/fev
1,36	pc	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	Triatlo Técnico Nac	12ª	Braga	31/jan

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 - 3,08 / 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	
3,00	pc	Leonor Suzano		15/05/01	Sen	GDE	Meet MP Lx	4ª	Lisboa (CAR)	10/jan		3,45 /25	3,00pc	
2,90		Ana Beatriz Pereira		03/10/07	s20	ADRAP	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	25/jan		3,20 /25	2,70	
2,90		Carla Macedo		22/10/90	V 35	ADRAP	CR Absolutos Inv	1ª	Câmara de Lobos	30/jan		3,25 /17		
2,85		Matilde Freitas		16/01/08	s20	ADRAP	CR inv s18s20	1ª	Ribeira Brava	11/jan		3,05 pc/24	2,80 / 2,50	
2,80		Carlota V. Fernandes		29/10/10	s18	AJS	CR Absolutos Inv	2ª	Câmara de Lobos	30/jan		2,80 /25	2,80pc / 2,60	
2,70		Laura Pereira		13/05/05	s23	ADRAP	CR Absolutos Inv	5ª	Câmara de Lobos	30/jan		2,70 /25	2,60pc / 2,50	
2,60		Laura I. Gouveia		09/10/10	s18	AJS	CR Absolutos Inv	6ª	Câmara de Lobos	30/jan		rp	2,50 / 2,50	

Marcas em pista coberta:

3,00	pc	Leonor Suzano		15/05/01	Sen	GDE	Meet MP Lx	4ª	Lisboa (CAR)	10/jan
2,80	pc	Carlota V. Fernandes		29/10/10	s18	AJS	CN s18 pc	3ª	Braga	8/fev
2,60	pc	Laura I. Gouveia		09/10/10	s18	AJS	CN s18 pc	5ª	Braga	8/fev

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

Comprimento

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 - 5,09		sub14 - 4,90 / pc - 4,39		
		Ranking até:		Sen: 4,50		sub20: 4,50		sub18: 4,30		sub16: 4,10		sub14: 3,50		
Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
6,21	pc	Lucinda Gomes		16/04/95	Sen	GDE	Meet MP Lx	1ª	Lisboa (CAR)	10/jan		6,24 pc/20	5,86pc	
6,08	pc	Ana Rita Silva		20/12/00	Sen	AJS	Meet Pombal pc	1ª	Braga	8/fev		6,17 pc/25	6,06pc	
5,87	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Heptatlo - Extra	1ª	Pombal	3/jan		5,98 pc/25		
5,10	pc	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	CN s18 pc	10ª	Braga	7/fev		5,21 /25	4,94	
5,06	pc	Catarina F. Vieira		17/12/06	s23	ADRAP	Prova Extra	2ª	Braga	17/jan		5,45 /22		
5,00	-0,1	Cláudia Rodrigues		11/11/89	V 35	ADRAP	CR Abs inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan		5,90 /13		
4,95	-1,5	Ana Beatriz Pereira		03/10/07	s20	ADRAP	CR Abs inv	2ª	Ribeira Brava	31/jan		5,17 /25	4,69	
4,54	-0,7	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	24/jan		4,64 /25		
4,47	-1,2	Glória Fernandes		01/05/11	s16	AJS	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	24/jan		4,78 /25		
4,43	0,9	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	24/jan		4,60 /25		4,53 (2,4)
4,27	-0,8	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	CR inv s14/s16	4ª	Ribeira Brava	24/jan		rp		
4,25	0,2	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	25/jan		rp		
4,23	-0,9	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	CR inv s14/s16	5ª	Ribeira Brava	24/jan		4,52 /25		
4,19	1,3	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	25/jan		rp	4,18pc / 3,92	
4,17	0,2	Laura I. Gouveia		09/10/10	s18	AJS	CR inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	10/jan		4,35 /25		
3,83	0,8	Mariana Faria		26/07/13	s14	AJS	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	25/jan		rp		
3,81	0,6	Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	8/fev		4,14 /25	3,52 / 3,46	
3,78	1,1	Leonor Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR inv s14/s16	4ª	Ribeira Brava	25/jan		rp	3,65	
3,63	0,6	Madalena Silva		03/02/13	s14	ADRAP	CR inv s14/s16	5ª	Ribeira Brava	25/jan		rp		
3,60	0,3	Inês Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR inv s14/s16	6ª	Ribeira Brava	25/jan		rp	3,49	

Marcas com Vento Favorável Irregular:

4,53 2,4 Beatriz S. Pereira 10/05/12 s16 CSM CR inv s14/s16 2ª Ribeira Brava 24/jan

Marcas em pista coberta:

6,21	pc	Lucinda Gomes	16/04/95	Sen	GDE	Meet MP Lx	1ª	Lisboa (CAR)	10/jan
6,08	pc	Ana Rita Silva	20/12/00	Sen	AJS	Meet Pombal pc	1ª	Braga	8/fev
5,87	pc	Mariana Bento	22/11/01	Sen	AJS	Heptatlo - Extra	1ª	Pombal	3/jan
5,10	pc	Kimberly Nunes	08/06/10	s18	AJS	CN s18 pc	10ª	Braga	7/fev
5,06	pc	Catarina F. Vieira	17/12/06	s23	ADRAP	Prova Extra	2ª	Braga	17/jan
4,18	pc	Carolina S. Pereira	01/01/13	s14	AJS	Triatlo Técnico Nac	8ª	Braga	31/jan

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

Triplo

Recordes Regionais: Abs - 13,54 / 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: 9,75 sub18: 9,50 sub16: 9,00														
Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
10,11	0,1	Matilde Freitas		16/01/08	s20	ADRAP	CR inv s18s20	1ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	9,90	
10,05	1,7	Catarina Fernandes		11/05/05	s23	AJS	CR Abs inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev		10,55 /21		
9,71	1,2	Laura Pereira		13/05/05	s23	ADRAP	CR Abs inv	3ª	Ribeira Brava	1/fev		10,21 /24		
9,69	0,8	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	Prova extra	1ª	Ribeira Brava	1/fev		rp		
9,16	0,8	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Prova extra	2ª	Ribeira Brava	1/fev		rp		

Quádruplo Step - infantis

EDED ou DEDE

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

Ranking até: 9,50														
Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
9,78	0,1	Francisca Camacho		28/01/14	s14	AJS	Prova extra	1ª	Ribeira Brava	11/jan		rp		
9,76	-0,8	Beatriz Freitas		26/05/14	s14	AJS	Prova extra	2ª	Ribeira Brava	11/jan		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: 8,00 sub20: 7,00													
Marca		Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
13,44	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Meet MP Lx	2ª	Lisboa (CAR)	10/jan		14,78 pc/25	13,17pc
10,43		Sara Perestrelo		22/02/08	s20	ADRAP	CR Abs Inv	1ª	Funchal	31/jan		rp	9,86
8,61		Alexandra Silva		11/09/01	Sen	CSM	CR Abs Inv	2ª	Funchal	31/jan		9,48 /22	
8,58		Anthonella Hernandez		17/03/10	s18	ADRAP	CR Abs Inv	3ª	Funchal	31/jan		rp	
7,32		Clara Teixeira		07/04/10	s18	AJS	CR Abs Inv	5ª	Funchal	31/jan		rp	

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

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: 7,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
10,13	Anthonella Hernandez		17/03/10	s18	ADRAP	Prova Extra	1ª	Funchal	24/jan		10,54 /25	9,16
8,86	Clara Teixeira		07/04/10	s18	AJS	CR inv s18s20	2ª	Funchal	10/jan		9,72 /24	
8,53	Leonor Martins		29/07/11	s16	AAM-M	CR inv s14/s16	1ª	Funchal	24/jan		rp	8,13 / 7,53
8,29	Carolina Quintal		01/01/10	s18	AJS	CR inv s18s20	3ª	Funchal	10/jan		8,99 /25	
7,83	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	CR inv s14/s16	2ª	Funchal	24/jan		rp	6,67
7,49	Vitória Barradas		09/09/10	s18	GDE	CR inv s18s20	4ª	Funchal	10/jan		rp	
7,40	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	CR inv s14/s16	3ª	Funchal	24/jan		rp	7,06 / 6,75pc
7,37	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Triatlo Técnico	2ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	
7,37	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	CR inv s14/s16	4ª	Funchal	24/jan		rp	
7,37	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	CR inv s14/s16	5ª	Funchal	24/jan		rp	6,89

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
9,49	pc	Carolina S. Pereira	01/01/13	s14	AJS	Triatlo Técnico Nac	3ª	Braga	31/jan		9,74 /25	9,20
7,25		Margarida Teixeira	01/04/14	s14	AJS	Triatlo Técnico	2ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	
7,08		Alice Jardim	14/06/13	s14	CEE-M	Triatlo Técnico	3ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	
7,08		Leonor Batista	14/05/14	s14	ADNPS	Triatlo Técnico	4ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	
6,86		Maria Inês Silva	05/03/13	s14	AJS	Triatlo Técnico	5ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	
6,86		Yasmin Ferreira	12/04/14	s14	GDE	Triatlo Técnico	6ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	
6,57		Inês Batista	14/05/14	s14	ADNPS	Triatlo Técnico	7ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	

Marcas em pista coberta:

9,49 pc Carolina S. Pereira 01/01/13 s14 AJS Triatlo Técnico Nac 3ª Braga 31/jan

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

Disco - 1k

1 kg

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

Ranking até: Sen: 26,00 sub20: 24,00 sub18: 22,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
31,21	Carolina Quintal		01/01/10	s18	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	1/fev		rp	30,84 / 29,82
31,16	Clara Teixeira		07/04/10	s18	AJS	CR Lanç Longos	1ª	Ribeira Brava	8/fev		rp	30,00 / 29,64
28,34	Francisca Pestana		29/06/04	s23	GDE	CR Lanç Longos	1ª	Ribeira Brava	8/fev		33,27 /21	28,01
27,87	Sara Perestrelo		22/02/08	s20	ADRAP	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	11/jan		33,24 /25	27,52
27,16	Anthonella Hernandez		17/03/10	s18	ADRAP	Prova Extra	4ª	Ribeira Brava	1/fev		rp	26,91 / 26,41

Disco - 750g

750 g (Iniciadas)

Recordes Regionais: sub16 - 36,90 sub14 - 24,87

Ranking até: 16,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
21,26	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	20,42
19,73	Isabel Fernandes		11/07/11	s16	AAM-M	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	25/jan		19,83 /25	16,75
18,72	Leonor Martins		29/07/11	s16	AAM-M	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	
18,24	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	
17,03	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	25/jan		rp	

Disco - 600g

600 g (Infantis)

Recordes Regionais: sub14 - 30,12

Ranking até: 12,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
23,90	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	Prova extra	1ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	
17,33	Margarida Teixeira		01/04/14	s14	AJS	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	25/jan		rp	
16,67	Maria Inês Silva		05/03/13	s14	AJS	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	25/jan		rp	14,05
14,46	Natalia Dávila		14/01/14	s14	AJS	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	25/jan		rp	
13,31	Vera Fernandes		04/04/14	s14	AAM-M	Prova extra	3ª	Ribeira Brava	11/jan		21,80 /25	12,59
12,52	Kelly Brito		15/11/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	5ª	Ribeira Brava	25/jan		13,72 /25	

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

Martelo - 4k

4 kg

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

Ranking até: Sen: 30,00 sub20: 26,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
49,39	Ângela Silva		31/03/00	Sen	GDE	CR Lanç Longos	1ª	Funchal	7/fev		55,45 /23	
47,72	Ana Isabel Fernandes		09/08/05	s23	AJS	CR Lanç Longos	2ª	Funchal	7/fev		48,77 /24	

Martelo - 3k

3 kg (Iniciadas e Juvenis)

Recordes Regionais: sub18 - 61,80 sub16 - 55,17 sub14 - 38,13

Ranking até: sub18: 22,00 sub16: 18,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
57,50	Clara Teixeira		07/04/10	s18	AJS	CR Lanç Longos	1ª	Funchal	7/fev		rp	54,84 / 54,25
48,22	Carolina Quintal		01/01/10	s18	AJS	CR Lanç Longos	2ª	Funchal	7/fev		rp	43,80 / 39,19
41,53	Leonor Martins		29/07/11	s16	AAM-M	CR Lanç Longos	3ª	Funchal	7/fev		rp	33,36
32,16	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	Prova Extra	4ª	Funchal	31/jan		rp	31,63
25,64	Carolina Forte		17/08/12	s16	CSM	CR Lanç Longos	5ª	Funchal	7/fev		rp	
21,22	Isabel Fernandes		11/07/11	s16	AAM-M	CR Lanç Longos	6ª	Funchal	7/fev		24,32 /25	20,78

Martelo - 2k

2 kg (Infantis)

Recordes Regionais: sub14 - 45,16

Ranking até: 16,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
30,76	Vera Fernandes		04/04/14	s14	AAM-M	Prova Extra	1ª	Funchal	31/jan		31,50 /25	25,99
27,24	Maria Inês Silva		05/03/13	s14	AJS	Prova Extra	2ª	Funchal	31/jan		rp	25,46
22,93	Maria Neto		20/08/14	s14	CSM	CR inv s14/s16	3ª	Funchal	24/jan		rp	
21,08	Rosana Abreu		10/12/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	4ª	Funchal	24/jan		rp	
15,95	Natalia Dávila		14/01/14	s14	AJS	CR inv s14/s16	5ª	Funchal	24/jan		rp	
15,41	Maria Catanho		03/12/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	6ª	Funchal	24/jan		rp	

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

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
40,24	Cristina Ferreira		22/11/79	V 45	AJS	CR Lanç Longos	1ª	Ribeira Brava	7/fev		52,52 /03	
35,55	Sofia Ferreira		01/08/02	Sen	ADRAP	CR Lanç Longos	2ª	Ribeira Brava	7/fev		40,67 /25	
29,40	Anthonella Hernandez		17/03/10	s18	ADRAP	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	10/jan		rp	
26,98	Carla Macedo		22/10/90	V 35	ADRAP	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan		40,44 /08	23,64

Dardo - 500g							500 g (Iniciadas e Juvenis)					
Recordes Regionais:		sub18 - 44,08		sub16 - 37,67		sub14 - 28,49						
		Ranking até:		sub18: 18,00		sub16: 15,00						
Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
29,13	Anthonella Hernandez		17/03/10	s18	ADRAP	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	31/jan		34,48 /25	26,75
16,95	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	31/jan		rp	
16,37	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	10/jan		17,54 /25	15,85
16,23	Clara Teixeira		07/04/10	s18	AJS	CR Lanç Longos	2ª	Ribeira Brava	7/fev		16,60 /24	
15,70	Carolina Quintal		01/01/10	s18	AJS	CR Lanç Longos	3ª	Ribeira Brava	7/fev		16,30 /25	
15,09	Maria Antónia Neves		11/01/11	s16	CSM	CR Lanç Longos	4ª	Ribeira Brava	7/fev		17,20 /25	
14,98	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	31/jan		rp	

Dardo - 400g						400 g (Infantis)						
Recordes Regionais:		sub14 - 29,89										
						Ranking até: 13,00						
Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
14,49	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	10/jan		rp	

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

Triatlo Técnico - Iniciadas

Altura, 60m barr.(76cm), Peso (3k)

Recordes Regionais:

sub16 - vago

Ranking até:

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
1 437 p		Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	Triatlo Técnico Reg	1ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	1367p pc	
	Parciais:	1,50 . 11,37 (-1,8) . 7,06												
1 237 p		Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Triatlo Técnico Reg	2ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	1,26 . 11,17 (-1,8) . 7,37												
1 214 p		Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	Triatlo Técnico Reg	3ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	1,30 . 11,28 (-1,8) . 6,67												
1 060 p		Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	Triatlo Técnico Reg	4ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	1,26 . 12,15 (-1,8) . 6,89												
968 p		Leonor Martins		29/07/11	s16	AAM-M	Triatlo Técnico Reg	5ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	1,22 . 12,89 (3,2) . 7,53												
729 p		Inês Pereira		16/12/11	s16	GDE	Triatlo Técnico Reg	6ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	1,18 . 13,75 (-1,8) . 5,85												
681 p		Isabel Fernandes		11/07/11	s16	AAM-M	Triatlo Técnico Reg	7ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	1,14 . 13,56 (3,2) . 5,37												
629 p		Sofia Freitas		08/03/11	s16	GDE	Triatlo Técnico Reg	8ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	1,10 . 13,43 (2,2) . 4,87												

Marcas em pista coberta:

1 367 p	pc	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	Triatlo Técnico Nac	13ª	Braga	31/jan				
	Parciais:	1,36 . 10,75 . 6,75												

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

Triatlo Simples - Infantis							60m, Comprimento, Peso (2k)							
Recordes Regionais: sub14 - 1467 / pc - 1467							Ranking até:							
Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
1 417 p	pc	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	Triatlo Técnico Nac	7ª	Braga	31/jan		rp	1318p	
	Parciais:	8,98 . 4,18 . 9,49												
1 104 p		Leonor Batista		14/05/14	s14	ADNPS	Triatlo Técnico Reg	2ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	9"13 (0,6) . 3,65 (0,3) . 7,08												
1 054 p		Inês Batista		14/05/14	s14	ADNPS	Triatlo Técnico Reg	3ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	9"07 (0,6) . 3,49 (0,4) . 6,57												
962 p		Alice Jardim		14/06/13	s14	CEE-M	Triatlo Técnico Reg	4ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	9"42 (-1,5) . 3,29 (0,0) . 7,08												
895 p		Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	Triatlo Técnico Reg	5ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	9"47 (0,6) . 3,46 (0,6) . 5,70												
851 p		Mariana Pereira		20/06/13	s14	GDE	Triatlo Técnico Reg	6ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	9"51 (1,3) . 3,37 (-0,9) . 5,42												
809 p		Beatriz Freitas		26/05/14	s14	AJS	Triatlo Técnico Reg	7ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	9"90 (-1,5) . 3,42 (-0,4) . 5,95												
774 p		Cristiana Camacho		21/07/14	s14	AAM-M	Triatlo Técnico Reg	8ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	9"55 (0,6) . 3,41 (0,1) . 4,21												
741 p		Fabiana Camacho		21/07/14	s14	AAM-M	Triatlo Técnico Reg	9ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	9"44 (-1,5) . 2,89 (-1,4) . 4,77												
727 p		Maria Inês Silva		05/03/13	s14	AJS	Triatlo Técnico Reg	10ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	10"40 (-1,5) . 3,20 (-2,5) . 6,86												

Pentatlo							60m barr.(84cm), Altura, Peso (4k), Comprimento, 800m							
Recordes Regionais:		Abs - / pc - 4291 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
4 169 p	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Prova Extra	1ª	Pombal	3/jan		4291 p pc/25		
Parciais:		8,39 . 1,67 . 13,17 . 5,87 . 2 24,72												

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/fevereiro

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 10,45	Jardim da Serra - sub23		01/01/06	s23	AJS	CR Abs inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev		4 03,37 /11	
Constituição: Laura Perez 07, Carlota Gomes 06, Constança Alves 08, Sara Fernandes 07												
4 30,40	Marítimo		01/01/01	Sen	CSM	CR Abs inv	2ª	Ribeira Brava	1/fev		4 00,05 /12	
Constituição: Ana Vieira 05, Débora Martins 08, Alexandra Silva 01, Inês Andrade 05												
4 52,69	Água de Pena - sub23		01/01/05	s23	ADRAP	CR Abs inv	3ª	Ribeira Brava	1/fev		4 29,73 /24	
Constituição: Matilde Freitas 08, Ana Beatriz Pereira 07, Cediane Silva 08, Laura Pereira 05												

4 x 200 m

Recordes Regionais: Abs - / pc - 1 45,05 Sub23 - / pc - 1 45,05 sub20 - / pc - 1 50,75 sub18 - 1 54,20 / pc - sub16 - 1 54,20

Ranking até:												
Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 52,95	Estreito - sub18		01/01/09	s18	GDE	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	11/jan		1 50,75 pc/18	
Constituição: Eva C. Ferreira 11, Evie Weber 10, Matilde Marujo 10, Catarina Matos 09												
1 54,79	Jardim da Serra - sub20		01/01/07	s20	AJS	CR inv s18s20	1ª	Ribeira Brava	11/jan		rp /	
Constituição: Margarida Cruz 10, Núria Neves 10, Sara Fernandes 07, Constança Alves 08												
2 16,42	Ass. Alegria Madeira - s18		01/01/09	s18	AAM-M	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	11/jan		2 09,05 /25	
Constituição: Isabel Fernandes 11, Margarida Camacho 11, Joana Pontes 09, Leonor Martins 11												