

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**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: 9,50									
Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF								
7,57	pc	Catarina Karas		23/05/00	Sen	AJS	CN 1ª div pc	5ª	Braga	14/fev		7,57 pc/24										
7,70	pc	Carla Gama		24/11/90	V 35	ADRAP	CN Veteranos pc	1ª	Lisboa (CAR)	7/mar		7,48 pc/24	7,72pc / 7,76pc									
7,76	pc	Patrícia Rodrigues		24/02/99	Sen	GDE	Velocitti	5ª e	Pombal	25/jan		7,53 pc/24	7,78pc / 7,79pc									
7,94	pc	Sofia Castanhas		09/09/00	Sen	ADRAP	Meet Pombal pc	2ª	Braga	8/fev		7,77 pc/24	7,97pc / 7,97pc									
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									
8,29	pc	Inês Vieira		07/02/03	Sen	CSM	II Noite Atlética pc	5ª s	Braga	11/fev		rp /	8,31pc									
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)								
8,47	pc	Ana Teixeira		25/06/01	Sen	ADRAP	II Noite Atlética	7ª s	Braga	11/fev		rp /	8,48pc / 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		8,57 (2,5)								
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	8,48 (2,8)								
8,98	pc	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	Triatlo Técnico Nac	1ª s	Braga	31/jan		rp	9,06 / 9,06	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	9,01 (2,5)								
9,16	-1,6	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	Prova Extra	6ª	Ribeira Brava	31/jan		rp										

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

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	
9,30	0,9	Maria Teixeira	19/03/14	s14	ADRAP	OJ	2ª e	Câmara de Lobos	9/mai	rp	9,58	
9,42	-1,5	Alice Jardim	14/06/13	s14	CEE-M	Triatlo Técnico	1ª s	Câmara de Lobos	3/jan	rp /		9,06 (4,4)
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	9,31 (2,5)
9,50	0,8	Beatriz Freitas	26/05/14	s14	AJS	Atl Completo	1ª s	Ribeira Brava	7/mar	rp	9,90	9,40 (4,3)

Outras Veteranas:

9,77	-2,4	Vanessa Serrão	14/09/83	V 40	ADAM-M	CR Vet Inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan			
------	------	----------------	----------	------	--------	------------	----	---------------	--------	--	--	--

Marcas em pista coberta:

7,57	pc	Catarina Karas	23/05/00	Sen	AJS	CN 1ª div pc	5ª	Braga	14/fev			
7,72	pc	Carla Gama	24/11/90	V 35	ADRAP	C Portugal pc	10ª	Braga	28/fev			
7,76	pc	Patrícia Rodrigues	24/02/99	Sen	GDE	Velocitti	5ª e	Pombal	25/jan			
7,94	pc	Sofia Castanhas	09/09/00	Sen	ADRAP	Meet Pombal pc	2ª	Braga	8/fev			
8,08	pc	Ana Rita Silva	20/12/00	Sen	AJS	Meet Pombal pc	3ª e	Braga	8/fev			
8,29	pc	Inês Vieira	07/02/03	Sen	CSM	II Noite Atlética pc	5ª s	Braga	11/fev			
8,47	pc	Ana Teixeira	25/06/01	Sen	ADRAP	II Noite Atlética	7ª s	Braga	11/fev			
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			
8,48	2,1	Diana Camacho	22/01/13	s14	GDE	Atl Completo Nac	7ª	Ponta Delgada	25/abr			
8,48	2,8	Leonor Batista	14/05/14	s14	ADNPS	OJ	1ª e	Câmara de Lobos	9/mai			
8,57	2,5	Mariana Faria	26/07/13	s14	AJS	Atl Completo	2ª s	Ribeira Brava	7/mar			
8,61	2,1	Bianca Santos	20/03/13	s14	AJS	OJ	1ª e	Câmara de Lobos	9/mai			
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			
8,89	2,5	Francisca Camacho	28/01/14	s14	AJS	OJ	5ª	Câmara de Lobos	9/mai			
8,90	3,4	Carolina S. Pereira	01/01/13	s14	AJS	CR Inv s14/s16	1ª e	Ribeira Brava	24/jan			
9,01	2,5	Juliana Abreu	02/07/13	s14	AAM-M	Atl Completo	3ª s	Ribeira Brava	7/mar			
9,03	2,8	Isabel Fernandes	11/07/11	s16	AAM-M	CR Inv s14/s16	4ª e	Ribeira Brava	24/jan			
9,06	4,4	Alice Jardim	14/06/13	s14	CEE-M	OJ	2ª e	Câmara de Lobos	9/mai			
9,08	2,1	Mariana Pereira	20/06/13	s14	GDE	OJ	3ª e	Câmara de Lobos	9/mai			
9,15	2,8	Stephanie Jardim	19/09/13	s14	CEE-M	OJ	2ª e	Câmara de Lobos	9/mai			
9,20	2,5	Madalena Silva	03/02/13	s14	ADRAP	Atl Completo	5ª s	Ribeira Brava	7/mar			

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

9,21	2,8	Yasmin Ferreira	12/04/14	s14	GDE	OJ	3ª e	Câmara de Lobos	9/mai
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
9,48	2,5	Luana Sousa	18/09/13	s14	CEE-M	OJ	2ª e	Câmara de Lobos	9/mai
9,49	2,5	Laura Luís	04/03/14	s14	CSM	OJ	3ª e	Câmara de Lobos	9/mai

**80 m**

Recordes Regionais: sub16 - 10,41 sub14 - 10,85

Ranking até: 12,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
10,47	1,5	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	Atl Completo	1ª	Ribeira Brava	8/mar		rp	10,76 / 10,79	10,41 (8,2)
10,65	-2,8	Glória Fernandes		01/05/11	s16	AJS	CR s16	1ª	Ribeira Brava	2/mai		10,49 /25	11,34 / 11,34	10,20 (8,2)
10,71	1,0	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	OJ	1ª e	Câmara de Lobos	9/mai		rp /	10,90 / 10,96	10,58 (8,2)
10,90	-2,7	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	CR s16	1ª e	Ribeira Brava	2/mai		rp /	10,94	
10,98	1,5	Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	Atl Completo	3ª	Ribeira Brava	8/mar		10,85 /25	11,28 / 11,51	10,67 (8,2)
11,11	1,2	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	OJ	1ª e	Câmara de Lobos	9/mai		rp	11,32 / 11,45	11,03 (8,2)
11,42	1,2	Diana Sousa		15/03/11	s16	AJS	OJ	2ª e	Câmara de Lobos	9/mai		rp	11,58 / 11,64	
11,49	1,5	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	Atl Completo	5ª	Ribeira Brava	8/mar		rp		
11,59	1,5	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	Atl Completo	1ª s	Ribeira Brava	8/mar		rp /	12,19	
11,62	1,5	Oriana Ornelas		22/07/12	s16	GDE	Atl Completo	2ª s	Ribeira Brava	8/mar		rp /	11,64 / 12,19	
11,66	-2,0	Clara Pereira		26/11/12	s16	GDE	CR s16	2ª e	Ribeira Brava	2/mai		rp /	11,85	10,87 (8,2)
11,70	1,3	Sofia Freitas		08/03/11	s16	GDE	OJ	2ª e	Câmara de Lobos	9/mai		rp /		
11,77	0,4	Francisca Gonçalves		16/05/12	s16	CEE-M	OJ	2ª e	Câmara de Lobos	9/mai		rp /	12,15	
11,87	-2,7	Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	CR s16	4ª e	Ribeira Brava	2/mai		rp /		
11,95	-3,4	Juliana Rosário		25/02/12	s16	GDE	CR s16	2ª e	Ribeira Brava	2/mai		rp /		
11,95	-3,4	Bianca Santos		20/03/13	s14	AJS	CR s16	3ª e	Ribeira Brava	2/mai		rp /		

Marcas com Vento Favorável Irregular:

10,20	8,2	Glória Fernandes		01/05/11	s16	AJS	OJ	1ª	Câmara de Lobos	9/mai				
10,41	8,2	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	OJ	2ª	Câmara de Lobos	9/mai				
10,58	8,2	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	OJ	3ª	Câmara de Lobos	9/mai				
10,67	8,2	Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	OJ	4ª	Câmara de Lobos	9/mai				
10,87	8,2	Clara Pereira		26/11/12	s16	GDE	OJ	5ª	Câmara de Lobos	9/mai				
11,03	8,2	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	OJ	6ª	Câmara de Lobos	9/mai				
11,64	3,4	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	OJ	3ª e	Câmara de Lobos	9/mai				

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**100 m**

Recordes Regionais: Abs - 11,78 Sub23 - 11,78 sub20 - 11,80 sub18 - 11,92 sub16 - 12,69

Ranking até: Sen: 14,00 sub20: 14,00 sub18: 14,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
13,02	-2,3	Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	Prova extra	1ª	Ribeira Brava	25/abr		12,80 /25		12,49 (2,9)
14,35	-2,3	Myla Woodroffe	FRA	01/07/09	s18	CSM	OJ	1ª	Ribeira Brava	25/abr		rp /		

Marcas com Vento Favorável Irregular:

11,68	4,2	Patrícia Rodrigues		24/02/99	Sen	GDE	Meet Albufeira	1ª	Albufeira	3/mai				
12,49	2,9	Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	7/mar				
12,64	2,1	Ana Rita Silva		20/12/00	Sen	AJS	Meet Albufeira	3ª e	Albufeira	3/mai				

**150 m**

Recordes Regionais: sub14 - 20,25

Ranking até: 24,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
20,25	0,6	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	15/fev	RR s14	rp /		
21,67	-1,4	Mariana Faria		26/07/13	s14	AJS	OJ	1ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	22,10	
21,75	-1,2	Leonor Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	15/fev		rp		
22,44	-1,2	Inês Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR inv s14/s16	3ª s	Ribeira Brava	15/fev		rp		
22,51	-1,2	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	CR inv s14/s16	4ª s	Ribeira Brava	15/fev		22,13 /25		
22,80	-1,2	Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	CR inv s14/s16	5ª s	Ribeira Brava	15/fev		rp		
22,89	0,6	Alice Jardim		14/06/13	s14	CEE-M	CR inv s14/s16	2ª s	Ribeira Brava	15/fev		rp /	23,04	
23,07	-0,8	Mariana Pereira		20/06/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	1ª s	Ribeira Brava	15/fev		rp /		
23,13	-0,8	Francisca Camacho		28/01/14	s14	AJS	CR inv s14/s16	2ª s	Ribeira Brava	15/fev		rp /	23,13	
23,21	-1,7	Stephanie Jardim		19/09/13	s14	CEE-M	OJ	1ª s	Ribeira Brava	25/abr		rp /		
23,48	-1,2	Fabiana Camacho		21/07/14	s14	AAM-M	CR inv s14/s16	6ª s	Ribeira Brava	15/fev		rp		
23,63	0,6	Beatriz Freitas		26/05/14	s14	AJS	CR inv s14/s16	3ª s	Ribeira Brava	15/fev		rp /		
23,63	-1,2	Cristiana Camacho		21/07/14	s14	AAM-M	CR inv s14/s16	7ª s	Ribeira Brava	15/fev		rp		
23,66	-1,4	Yasmin Ferreira		12/04/14	s14	GDE	OJ	4ª s	Ribeira Brava	25/abr		rp /		
23,93	-1,4	Laura Luís		04/03/14	s14	CSM	OJ	5ª s	Ribeira Brava	25/abr		rp /		

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**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
25,61	0,8	Mariana Tavares		23/11/04	s23	CSM	Meet Albufeira	1ª s	Albufeira	3/mai		25,38 /24		
25,92	1,3	Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	8/fev		rp	26,23 / 26,25	
26,27	pc	Constança Alves		16/03/08	s20	AJS	CN s23 pc	12ª	Braga	1/mar		25,69 /25	26,29 / 26,36pc	
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	27,95	
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	29,03 / 29,47	
29,33	0,2	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	Atl Completo	1ª	Ribeira Brava	7/mar		rp		
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 /		

Marcas em pista coberta:

26,27    pc    Constança Alves    16/03/08    s20    AJS    CN s23 pc    12ª    Braga    1/mar

Marcas com Vento Favorável Irregular:

**29,11**    10,3    Myla Woodroffe    FRA    01/07/09    s18    CSM    OJ    1ª    Câmara de Lobos    9/mai

Outras Veteranas:

33,63	-1,6	Vanessa Serrão		14/09/83	V 40	ADAM-M	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev				
37,71	-1,6	Sandra Lima		13/03/74	V 50	ADRAP	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev				
39,97	-1,6	Carla Neves		04/09/79	V 45	CAFH	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev				
46,76	-1,6	Teresa M. Sousa		15/10/61	V 60	CAFH	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev				
48,20	-1,6	Maria José Freitas		30/12/54	V 70	ADRAP	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev				
70,57	-1,6	Maria Tavares		16/03/50	V 75	GDC-M	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev				

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**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: 52,00

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	
44,23	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	OJ	1ª	Ribeira Brava	10/mai		rp	44,73 / 46,14
44,39	Laura Perez		08/05/07	s20	AJS	Meet Liberdade	4ª s	Lisboa (I)	25/abr		43,39 /24	
45,04	Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	CR s16	2ª	Ribeira Brava	2/mai		44,21 /25	46,80
45,18	Evie Weber	NED	13/04/10	s18	GDE	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	24/jan		rp /	45,44
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	
48,25	Diana Sousa		15/03/11	s16	AJS	CR s16	3ª	Ribeira Brava	2/mai		rp /	49,22
48,60	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	24/jan		rp /	
48,97	Clara Pereira		26/11/12	s16	GDE	OJ	3ª	Ribeira Brava	10/mai		rp /	52,58
49,52	Maria Antónia Neves		11/01/11	s16	CSM	OJ	4ª	Ribeira Brava	10/mai		rp /	
49,61	Laura S. Silva		05/12/12	s16	CEE-M	OJ	1ª s	Ribeira Brava	10/mai		rp /	
50,83	Luana Freitas		14/08/12	s16	GDE	OJ	2ª s	Ribeira Brava	10/mai		rp /	
50,90	Jaqueline Pita		10/03/11	s16	ADNPS	OJ	3ª s	Ribeira Brava	10/mai		rp /	
51,65	Francisca Gonçalves		16/05/12	s16	CEE-M	OJ	5ª s	Ribeira Brava	10/mai		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 10/maio**

**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	57,02 / 57,12
57,20	pc Bárbara Medeiros		04/09/01	Sen	AJS	Meet MP SCP	3ª s	Pombal	25/jan		55,18 /25	
57,78	pc Sarah Peerik	NED	22/12/02	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	2ª	Braga	14/fev		rp	
58,47	Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	2/mai		rp	58,71pc / 58,91
58,74	Diana A. Sousa		05/05/05	s23	CSM	Prova Extra	3ª s	Lisboa (CAR)	21/fev		rp /	58,99 / 59,75pc
60,09	Carlota Gomes		03/02/06	s23	AJS	CR Abs inv	3ª	Ribeira Brava	31/jan		rp	60,28 / 60,86
61,40	pc Lwena Cardoso		29/07/05	s23	CSM	CN s23 pc	2ª s	Braga	28/fev		58,10 /23	
62,48	Carolina Hrytsevych		10/05/05	s23	ADRAP	CN Universitário	3ª s	Lisboa (CAR)	14/mar		rp /	
62,75	Laura Perez		08/05/07	s20	AJS	Meet Trabalhador	6ª s	Lisboa (I)	1/mai		59,86 /25	
65,02	Núria Neves		10/12/10	s18	AJS	OJ	1ª	Ribeira Brava	10/mai		rp /	
65,38	Ana Vieira		13/01/05	s23	CSM	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	10/mai		63,91 /23	65,94
66,78	pc Margarida França		14/08/09	s18	GDE	CN 1ª div pc	8ª	Braga	14/fev		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	

**Marcas em pista coberta:**

57,57	pc Constança Alves		16/03/08	s20	AJS	CN 1ª div pc	4ª	Braga	14/fev			
57,78	pc Sarah Peerik	NED	22/12/02	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	2ª	Braga	14/fev			
58,71	pc Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	CN s20 pc	8ª	Braga	21/fev			
59,75	pc Diana A. Sousa		05/05/05	s23	CSM	CN s23 pc	9ª	Braga	28/fev			
61,40	pc Lwena Cardoso		29/07/05	s23	CSM	CN s23 pc	2ª s	Braga	28/fev			
66,78	pc Margarida França		14/08/09	s18	GDE	CN 1ª div pc	8ª	Braga	14/fev			

**500 m**

Recordes Regionais: Abs - 1 15,40 Sub23 - 1 15,40 sub20 - 1 15,40 sub18 - 1 19,79

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 23,26	Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	7/mar		rp /	

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**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 55,86	Benedita Figueiredo		31/03/13	s14	ADRAP	OJ	1ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	2 04,63
1 58,09	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	25/jan		rp /	
2 03,80	Alice Jardim		14/06/13	s14	CEE-M	OJ	2ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp /	2 11,69
2 04,63	Ema Aguiar		07/09/15	s12	CFA-M	CR Escolares	1ª	Câmara de Lobos	18/abr		rp /	
2 07,64	Carolina Fernandes		02/01/13	s14	CEE-M	OJ	3ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp /	
2 08,98	Mara Correia		11/04/15	s12	ADNPS	CR Escolares	2ª	Câmara de Lobos	18/abr		rp /	
2 12,18	Vera Fernandes		04/04/14	s14	AAM-M	OJ	4ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp /	
2 12,87	Margarida Sá		07/05/14	s14	nf	OJ	5ª	Câmara de Lobos	9/mai	EHBG	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 13,51	Mariana Pereira		20/06/13	s14	GDE	OJ	6ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp /	
2 14,99	Beatriz Freitas		26/05/14	s14	AJS	CR inv s14/s16	5ª	Ribeira Brava	25/jan		rp	2 15,10

**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 06,42	pc Maria Avelino		12/12/05	s23	AJS	C Portugal pc	2ª	Braga	1/mar		rp	2 08,26i / 2 12,73i
2 09,15	pc Sarah Peerik	NED	22/12/02	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	1ª	Braga	15/fev		rp /	
2 13,73	pc Diana A. Sousa		05/05/05	s23	CSM	C Portugal pc	5ª	Braga	1/mar		rp	2 13,87 / 2 16,38i
2 14,27	Margarida E. Silva		02/04/00	Sen	AJS	Meet Trabalhador	1ª	Lisboa (I)	1/mai		2 08,85 /21	
2 21,15	Solange Nunes		16/05/06	s23	GDE	CR Abs inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev		rp	
2 22,52	pc Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	C Portugal pc - Pt	1ª	Braga	1/mar		2 14,38 /25	2 24,72i / 2 26,32i
2 25,67	pc Diana Fernandes		11/09/04	s23	GDE	CN 1ª div pc	7ª	Braga	15/fev		2 18,08 /21	
2 27,83	Ana Monteiro		24/10/98	Sen	GDE	Prova Extra	3ª	Lisboa (CAR)	4/jan		rp	
2 30,22	Margarida França		14/08/09	s18	GDE	OJ	1ª	Câmara de Lobos	9/mai		2 27,51 /25	2 33,00
2 30,77	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	CR s16	1ª	Ribeira Brava	3/mai	RR s14	rp	2 37,44
2 32,42	Catarina Matos		17/10/09	s18	GDE	CR inv s18s20	1ª	Ribeira Brava	11/jan		2 24,21 pc/25	
2 34,40	Carlota Matos		25/12/11	s16	GDE	OJ	1ª	Câmara de Lobos	9/mai		2 29,37 /25	2 37,65
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 /	

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

2 36,31	Ana Vieira	13/01/05	s23	CSM	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	8/fev	2 35,81	/24	2 36,82 / 2 37,30
2 44,09	Beatriz S. Pereira	10/05/12	s16	CSM	OJ	2ª	Câmara de Lobos	9/mai	rp		2 47,68 / 2 47,95
2 44,56	Eva C. Ferreira	02/11/11	s16	GDE	Atl Completo	1ª	Ribeira Brava	8/mar	rp	/	2 46,98
2 45,53	Carlota V. Fernandes	29/10/10	s18	AJS	CR P Comb	1ª	Ribeira Brava	8/mar	rp		
2 45,64	Vitória Silva	09/01/11	s16	CSM	Atl Completo	2ª	Ribeira Brava	8/mar	2 41,97	/25	2 55,01
2 46,70	Juliana Nóbrega	10/06/11	s16	GDE	OJ	3ª	Câmara de Lobos	9/mai	rp	/	
2 46,89	Benedita Figueiredo	31/03/13	s14	ADRAP	CR s16	2ª	Ribeira Brava	3/mai	rp	/	
2 49,57	Lucia Mcintyre	21/09/11	s16	CEE-M	CR inv s14/s16	4ª	Ribeira Brava	25/jan	rp	/	
2 51,82	Sofia L. Henriques	21/01/12	s16	AJS	Atl Completo	4ª	Ribeira Brava	8/mar	rp	/	2 52,06
2 52,09	Madalena Neto	22/01/11	s16	CSM	Atl Completo	5ª	Ribeira Brava	8/mar	rp	/	
2 52,43	Alice Jardim	14/06/13	s14	CEE-M	CR s16	3ª	Ribeira Brava	3/mai	rp	/	
2 55,73	Maria Antónia Neves	11/01/11	s16	CSM	OJ	5ª	Câmara de Lobos	9/mai	rp	/	
2 55,95	Madalena Bernardo	13/03/12	s16	AJS	Atl Completo	6ª	Ribeira Brava	8/mar	rp		
2 56,28	Beatriz Freitas	26/05/14	s14	AJS	CR s16	4ª	Ribeira Brava	3/mai	rp	/	
2 56,95	Diana Sousa	15/03/11	s16	AJS	CR s16	5ª	Ribeira Brava	3/mai	rp	/	
2 57,20	Ana Maria Silva	08/01/13	s14	GDE	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	8/fev	rp	/	
3 00,20	Ana Rodrigues	23/10/12	s16	AAM-M	OJ	6ª	Câmara de Lobos	9/mai	rp	/	
3 00,81	Laura Luís	04/03/14	s14	CSM	CR s16	6ª	Ribeira Brava	3/mai	rp	/	
3 00,89	Isa Ferreira	03/08/13	s14	GDE	CR s16	7ª	Ribeira Brava	3/mai	rp	/	
Outras Veteranas:											
2 55,02	Graciela Olival	31/10/84	V 40	CAFH	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev			
2 57,59	Sandra Góis	04/07/80	V 45	CAFH	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev			
Marcas em pista coberta:											
2 06,42	pc	María Avelino		12/12/05	s23	AJS	C Portugal pc	2ª	Braga	1/mar	
2 09,15	pc	Sarah Peerik	NED	22/12/02	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	1ª	Braga	15/fev	
2 13,73	pc	Diana A. Sousa		05/05/05	s23	CSM	C Portugal pc	5ª	Braga	1/mar	
2 22,52	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	C Portugal pc - Pt	1ª	Braga	1/mar	
2 25,67	pc	Diana Fernandes		11/09/04	s23	GDE	CN 1ª div pc	7ª	Braga	15/fev	

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**1.000 m**

Recordes Regionais: Abs - 2 45,57 Sub23 - 2 55,22 sub20 - 2 58,69 sub18 - 2 58,9 sub16 - 3 01,8 sub14 - 3 15,51

Ranking até: Sen: 3 30,0 sub20: 3 40,0 sub18: 3 50,0 sub16: 4 00,0 sub14: 4 10,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
3 15,51	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	14/fev	RR s14	rp	3 16,54 / 3 20,05
3 15,99	Margarida França		14/08/09	s18	GDE	Km Jovem	1ª	Ribeira Brava	28/fev		3 13,71 /25	
3 19,32	Núria Neves		10/12/10	s18	AJS	Km Jovem	2ª	Ribeira Brava	28/fev		rp	
3 21,30	Carlota Matos		25/12/11	s16	GDE	Km Jovem	1ª	Ribeira Brava	28/fev		rp	
3 36,09	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	Km Jovem	2ª	Ribeira Brava	28/fev		rp	
3 36,96	Carlota V. Fernandes		29/10/10	s18	AJS	Km Jovem	3ª	Ribeira Brava	28/fev		rp	
3 40,50	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	Km Jovem	3ª	Ribeira Brava	28/fev		rp /	
3 41,56	Inês Sousa		30/11/10	s18	CFA-M	Km Jovem	4ª	Ribeira Brava	28/fev		3 34,48 /25	
3 42,06	Iara Nunes		13/06/14	s14	CFA-M	Km Jovem	4ª	Ribeira Brava	28/fev		rp	
3 42,65	Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	Km Jovem	2ª	Ribeira Brava	28/fev		rp	
3 44,03	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	Km Jovem	3ª	Ribeira Brava	28/fev		3 33,78 /25	
3 44,12	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	Km Jovem	4ª	Ribeira Brava	28/fev		rp /	
3 44,27	Ema Aguiar		07/09/15	s12	CFA-M	Km Jovem	1ª	Ribeira Brava	28/fev		rp	
3 44,39	Alice Jardim		14/06/13	s14	CEE-M	OJ 1	1ª	Ribeira Brava	19/abr		rp /	3 54,19 / 4 00,55
3 44,61	Beatriz Freitas		26/05/14	s14	AJS	OJ 1	2ª	Ribeira Brava	19/abr		rp /	3 55,49 / 3 59,62
3 45,71	Benedita Figueiredo		31/03/13	s14	ADRAP	Km Jovem	5ª	Ribeira Brava	28/fev		3 35,65 /25	3 45,95
3 51,36	Isa Ferreira		03/08/13	s14	GDE	Atl Completo	2ª	Ribeira Brava	8/mar		rp /	3 53,64 / 3 54,57
3 54,03	Lara Coutinho		23/07/14	s14	ADNPS	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	14/fev		rp	4 03,54 / 4 14,75
3 54,30	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	Km Jovem	5ª	Ribeira Brava	28/fev		3 51,47 /25	
3 54,72	Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	Atl Completo	3ª	Ribeira Brava	8/mar		rp /	4 08,64 / 4 11,74
3 57,04	Mara Correia		11/04/15	s12	ADNPS	Km Jovem	2ª	Ribeira Brava	28/fev		rp /	
3 58,08	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	Km Jovem	6ª	Ribeira Brava	28/fev		3 49,71 /24	
3 59,33	Laura S. Silva		05/12/12	s16	CEE-M	Km Jovem	7ª	Ribeira Brava	28/fev		rp /	
3 59,35	Maria Neto		20/08/14	s14	CSM	Km Jovem	8ª	Ribeira Brava	28/fev		rp /	4 03,05
4 03,93	Helena Pereira		05/02/15	s12	AJS	Km Jovem	3ª	Ribeira Brava	28/fev		rp /	
4 05,13	Mariana Pereira		20/06/13	s14	GDE	Atl Completo	6ª	Ribeira Brava	8/mar		rp /	
4 05,34	Laura Luís		04/03/14	s14	CSM	CR inv s14/s16	6ª	Ribeira Brava	14/fev		4 01,08 /25	4 08,58
4 08,67	Carolina Pereira		30/06/16	s12	CSM	Km Jovem	4ª	Ribeira Brava	28/fev		rp /	
4 14,36	Alice Freitas		04/11/16	s12	AJS	Km Jovem	5ª	Ribeira Brava	28/fev		rp /	

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**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 23,34	pc Maria Avelino		12/12/05	s23	AJS	C Portugal pc	1ª	Braga	28/fev		4 19,63 /25	4 36,94i
4 33,71	Margarida E. Silva		02/04/00	Sen	AJS	Meet Liberdade Lx	1ª	Lisboa (I)	25/abr		4 26,00 /21	
4 37,12	Solange Nunes		16/05/06	s23	GDE	CR Abs inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan		4 37,11 pc/25	4 40,79i
4 39,78	Sara Inácio		27/09/95	Sen	AJS	Meet Albufeira	2ª	Albufeira	3/mai		4 27,36 /24	
4 40,97	Diana Fernandes		11/09/04	s23	GDE	Meet Liberdade Lx	4ª	Lisboa (I)	25/abr		4 36,17 /22	
4 47,86	Carolina Hrytsevych		10/05/05	s23	ADRAP	Prova extra	4ª	VRSA	17/jan		4 45,91 /25	4 52,76i
4 52,17	Sara Baptista		23/05/95	Sen	CSM	Meet Liberdade Lx	8ª	Lisboa (I)	25/abr		4 36,22 /23	
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 17,48	Núria Neves		10/12/10	s18	AJS	OJ 1	2ª	Ribeira Brava	19/abr		rp	5 20,44
5 18,16	Filipa Jesus		18/03/03	Sen	AJS	CR Abs inv	3ª	Ribeira Brava	31/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 26,63	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	CR s16	1ª	Ribeira Brava	2/mai		rp	
5 28,37	Carlota Matos		25/12/11	s16	GDE	OJ 1	1ª	Ribeira Brava	19/abr		5 21,46 /25	5 40,51
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 43,62	Dana Honzáková	CZE	05/02/90	V 35	ADRAP	CR Vet inv	2ª	Ribeira Brava	31/jan		rp /	
5 55,89	Juliana Nóbrega		10/06/11	s16	GDE	CR s16	2ª	Ribeira Brava	2/mai		rp /	
6 04,88	Beatriz Freitas		26/05/14	s14	AJS	CR s16	3ª	Ribeira Brava	2/mai		rp /	
6 13,15	Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	OJ 1	2ª	Ribeira Brava	19/abr		rp /	
6 15,24	Laura S. Silva		05/12/12	s16	CEE-M	OJ 1	3ª	Ribeira Brava	19/abr		rp /	
6 19,26	Maria Antónia Neves		11/01/11	s16	CSM	CR s16	4ª	Ribeira Brava	2/mai		5 51,68 /20	6 31,56
6 23,31	Alice Jardim		14/06/13	s14	CEE-M	CR s16	5ª	Ribeira Brava	2/mai		rp /	
6 28,70	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	24/jan		6 26,65 /25	

Marcas em pista coberta:

4 23,34	pc Maria Avelino		12/12/05	s23	AJS	C Portugal pc	1ª	Braga	28/fev			
4 40,79	pc Solange Nunes		16/05/06	s23	GDE	CN 1ª div pc	4ª	Braga	14/fev			
4 52,76	pc Carolina Hrytsevych		10/05/05	s23	ADRAP	CN 2ª div pc	7ª	Braga	14/fev			
4 59,07	pc Margarida França		14/08/09	s18	GDE	CN s18 pc	10ª	Braga	7/fev			

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**Milha**

1 609 m

Recordes Regionais: Abs - 4 36,78 Sub23 - 4 36,78 sub20 - 5 13,59 sub18 - 5 13,59

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
5 07,20	Solange Nunes		16/05/06	s23	GDE	CN s23 Milha E	2ª	Eiras	18/abr		rp /	

Milha em Estrada - marcas realizadas em percursos certificados:

**2.000 m**

Recordes Regionais: Abs - 6 09,59 Sub23 - 6 37,57 sub20 - 6 37,57 sub18 - 7 11,57 sub16 - 7 29,63

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
8 27,28	Sara R. Fernandes		27/10/10	s18	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	7/mar		rp /	

**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	9 53,50i / 11 09,43
9 59,05	pc Sara Inácio		27/09/95	Sen	AJS	CN 1ª div pc	6ª	Braga	15/fev		9 40,68	pc/24
9 59,61	pc Clara Barbosa		14/12/06	s23	ADRAP	CN s23 pc	4ª	Braga	1/mar		rp	
10 07,77	pc Alice Oliveira		07/12/00	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	6ª	Braga	15/fev		rp	
10 17,38	Sara Baptista		23/05/95	Sen	CSM	Prova Extra	2ª	Lisboa (CAR)	21/fev		10 00,20 /25	
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
13 21,76	Sara R. Fernandes		27/10/10	s18	AJS	OJ	1ª	Ribeira Brava	10/mai		rp /	14 10,01

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

Outras Veteranas:

13 30,27	Patrícia Camacho	26/03/74	V 50	ADAM-M	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev
13 37,29	Lina Jardim	27/11/79	V 45	ADAM-M	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev

Marcas em pista coberta:

9 53,50	pc	Solange Nunes	16/05/06	s23	GDE	CN 1ª div pc	3ª	Braga	15/fev
9 59,05	pc	Sara Inácio	27/09/95	Sen	AJS	CN 1ª div pc	6ª	Braga	15/fev
9 59,61	pc	Clara Barbosa	14/12/06	s23	ADRAP	CN s23 pc	4ª	Braga	1/mar
10 07,77	pc	Alice Oliveira	07/12/00	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	6ª	Braga	15/fev
10 58,22	pc	Margarida França	14/08/09	s18	GDE	CN s18 pc	8ª	Braga	7/fev

**5.000 m**

Recordes Regionais: Abs - 16 03,23 Sub23 - 16 56,15 sub20 - 17 16,02

Ranking até: Sen: 20 00,0 sub20: 22 00,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
5km Estrada - marcas realizadas em percursos certificados:												
16'55	Solange Nunes		16/05/06	s23	GDE	CN 5km - s23	2ª	VR Stº António	15/mar		rp /	
18'06	Carolina Hrytsevych		10/05/05	s23	ADRAP	CN 5km - s23	8ª	VR Stº António	15/mar		rp /	
19'14	Margarida França		14/08/09	s18	GDE	CN 5km - s18	6ª	VR Stº António	15/mar		rp /	

**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
35 42,10	Joana Soares		08/09/93	Sen	AJS	CR 10.000m	1ª	Ribeira Brava	28/fev		35 04,56 /25	
36 26,16	Clara Barbosa		14/12/06	s23	ADRAP	CN 10.000m	4ª	Lisboa (I)	1/mai		? /?	
41 20,48	Laureen Teixeira		30/06/95	Sen	CEE-M	CR 10.000m	2ª	Ribeira Brava	28/fev		rp /	
42 24,87	Bárbara Correia		12/11/83	V 40	CAFH	CR 10.000m	3ª	Ribeira Brava	28/fev		41 09,14 /17	
42 40,88	Carina Teles		15/03/92	Sen	MCDON	CR 10.000m	4ª	Ribeira Brava	28/fev		rp	
43 26,17	Jéssica Gouveia		19/07/86	V 35	GDE	CR 10.000m	5ª	Ribeira Brava	28/fev		42 18,54 /25	
43 36,51	Catarina Dinis		21/12/87	V 35	CAFH	CR 10.000m	6ª	Ribeira Brava	28/fev		42 10,79 /23	
43 49,36	Dana Honzákóvá	CZE	05/02/90	V 35	ADRAP	CR 10.000m	7ª	Ribeira Brava	28/fev		rp /	
44 27,84	Graciela Olival		31/10/84	V 40	CAFH	CR 10.000m	8ª	Ribeira Brava	28/fev		rp	
46 07,52	Ekaterina Zubareva		01/12/82	V 40	ADRAP	CR 10.000m	9ª	Ribeira Brava	28/fev		rp /	

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

46 12,13	Andreia Freitas	02/04/83	V 40	AJS	CR 10.000m	10ª	Ribeira Brava	28/fev	rp	
46 58,11	Ana Gouveia	17/05/80	V 45	CAFH	CR 10.000m	11ª	Ribeira Brava	28/fev	rp	/
47 00,45	Nilza Ornelas	28/03/91	Sen	CAFH	CR 10.000m	12ª	Ribeira Brava	28/fev	43 32,56	/24
47 07,16	Patrícia Camacho	26/03/74	V 50	ADAM-M	CR 10.000m	13ª	Ribeira Brava	28/fev	rp	
47 41,12	Lisandra Caires	14/04/87	V 35	ADAM-M	CR 10.000m	14ª	Ribeira Brava	28/jan	44 29,31	/17
47 54,94	Rosa Rodrigues	05/11/76	V 45	CDI-M	CR 10.000m	15ª	Ribeira Brava	28/fev	45 54,53	/20

Outras atletas veteranas:

63 52,05	Maria Silva	26/03/58	V 65	CCDTHF	CR 10.000m	22ª	Ribeira Brava	28/fev	46 54,76	/15
----------	-------------	----------	------	--------	------------	-----	---------------	--------	----------	-----

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	
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: 1:45.00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 26'33	Edna Rodrigues		17/04/87	V 35	GDE	CR MM	1ª	Porto Santo	14/mar		rp	
1 31'55	Jéssica Gouveia		19/07/86	V 35	GDE	CR MM	2ª	Porto Santo	14/mar		rp	
1 35'18	Carina Teles		15/03/92	Sen	MCDON	CR MM	3ª	Porto Santo	14/mar		rp /	1 36'59
1 36'29	Graciela Olival		31/10/84	V 40	CAFH	CR MM	4ª	Porto Santo	14/mar	chip: 1 38'50	rp	1 38'54
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 37'30	Luísa Marujo		09/03/92	Sen	ADCSAS	MM Funchal	9ª	Funchal	17/jan	chip: 1 37'15	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 39'31	Sandra Goulart		29/05/79	V 45	MCDON	Maratona Sevilha	4115ª	Sevilha /ESP	15/fev	T.Passagem	1 35'19 /16	1 39'43
1 39'48	Vanessa Furtado		08/01/89	V 35	ADRAP	MM Funchal	16ª	Funchal	17/jan	chip: 1 39'45	rp /	
1 40'53	Sofia Calafatinho		25/11/81	V 40	MCDON	MM Funchal	17ª	Funchal	17/jan	chip: 1 40'40	1 40'41 /23	1 44'33TP
1 41'19	Carolina Catanho		06/07/93	Sen	CDI-M	CR MM	5ª	Porto Santo	14/mar	chip: 1 41'16	rp /	1 44'29

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

1 42'44	Patrícia Camacho	26/03/74	V 50	ADAM-M	MM Funchal	23ª	Funchal	17/jan	chip: 1 42'41	rp	
1 43'22	Cátia Jardim	16/01/81	V 45	CDI-M	MM Funchal	26ª	Funchal	17/jan	chip: 1 43'11	1 42'04	/24
1 44'10	Ana Gouveia	17/05/80	V 45	CAFH	MM Funchal	27ª	Funchal	17/jan	chip: 1 44'02	rp	
1 44'47	Joana Meneses	20/08/96	Sen	ADCSAS	MM Funchal	29ª	Funchal	17/jan	chip: 1 44'30	rp	/
1 44'57	Rosa Rodrigues	05/11/76	V 45	CDI-M	CR MM	6ª	Porto Santo	14/mar	chip: 1 44'49	1 40'16	/19

**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 20'08	Sandra Goulart		29/05/79	V 45	MCDON	Maratona Sevilha	28ª	Sevilha /ESP	15/fev	chip: 3 17'50	rp	
3 36'37	Sofia Calafatinho		25/11/81	V 40	MCDON	Maratona Sevilha	112ª	Sevilha /ESP	15/fev	chip: 3 34'19	rp	
3 41'33	Rosa Rodrigues		05/11/76	V 45	CDI-M	Maratona Sevilha	91ª	Sevilha /ESP	15/fev	chip: 3 40'01	rp	/
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 14'39	Carla Fernandes		26/10/72	V 50	ADG	Maratona Sevilha	128ª	Sevilha /ESP	15/fev	chip: 4 12'22	rp	/
4 20'23	Catarina Luís		19/04/77	V 45	LCM-M	Maratona Sevilha	262ª	Sevilha /ESP	15/fev	chip: 4 18'04	rp	/
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 10/maio**

**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	8,93 (2,5)
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	9,72 (2,5)
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 /		

Marcas com Vento Favorável Irregular:

<b>8,93</b>	2,5	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	Atl Completo	1ª	Ribeira Brava	8/mar				
<b>9,04</b>	2,5	Mariana Faria		26/07/13	s14	AJS	Atl Completo	2ª	Ribeira Brava	8/mar				
<b>9,72</b>	2,5	Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	Atl Completo	3ª	Ribeira Brava	8/mar				
<b>9,82</b>	2,5	Madalena Silva		03/02/13	s14	ADRAP	Atl Completo	4ª	Ribeira Brava	8/mar				
<b>10,21</b>	2,5	Francisca Camacho		28/01/14	s14	AJS	Atl Completo	5ª	Ribeira Brava	8/mar				
<b>10,61</b>	2,5	Isa Ferreira		03/08/13	s14	GDE	Atl Completo	6ª	Ribeira Brava	8/mar				
<b>10,69</b>	2,5	Mariana Pereira		20/06/13	s14	GDE	Atl Completo	7ª	Ribeira Brava	8/mar				

**60 m barreiras - Infantis**

6b / 0,76m - 12, 7m

Recordes Regionais: sub14 - 10,33 / pc - 11,40

Ranking até: 13,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
11,48	-1,0	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	OJ	1ª	Ribeira Brava	26/abr		11,22 /25	11,49	
11,67	-1,0	Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	OJ	2ª	Ribeira Brava	26/abr		rp /	11,73	
11,96	-0,5	Bianca Santos		20/03/13	s14	AJS	OJ	2ª e	Ribeira Brava	26/abr		rp /	12,13	
11,98	-1,0	Inês Batista		14/05/14	s14	ADNPS	OJ	3ª	Ribeira Brava	26/abr		rp /	13,00	
12,12	-1,0	Maria Neto		20/08/14	s14	CSM	OJ	4ª	Ribeira Brava	26/abr		rp /		
12,32	-1,0	Stephanie Jardim		19/09/13	s14	CEE-M	OJ	6ª	Ribeira Brava	26/abr		rp /	12,42	

Marcas com Vento Favorável Irregular:

<b>11,35</b>	2,8	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	Atl Completo Nac	13ª	Ponta Delgada	26/abr				
--------------	-----	---------------	--	----------	-----	-----	------------------	-----	---------------	--------	--	--	--	--

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**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

**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 /		

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**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
8,24	pc	Catarina Karas		23/05/00	Sen	AJS	CN 1ª div pc	2ª	Braga	15/fev		8,16 pc/25		
8,28	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Tallinna Kergejõustikuhall	Pt	Tallin /EST	1/fev		8,26 pc/25	8,28pc / 8,29pc	
8,52	pc	Catarina Queirós		23/01/98	Sen	GDE	Meet Pombal pc	4ª	Braga	8/fev		8,26 pc/17	8,54pc / 8,57pc	
8,93	pc	Mariana Tavares		23/11/04	s23	CSM	Velocitti	2ª e	Lisboa (CAR)	11/fev		8,87 pc/25	8,95pc / 8,96pc	
9,24	pc	Sofia Castanhas		09/09/00	Sen	ADRAP	C Portugal pc	7ª e	Braga	1/mar		9,08 pc/24	9,28pc / 9,29pc	
9,70	pc	Lwena Cardoso		29/07/05	s23	CSM	Velocitti	3ª e	Lisboa (CAR)	11/fev		9,65 pc/23	9,84pc	
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 /		

Marcas em pista coberta:

8,24	pc	Catarina Karas		23/05/00	Sen	AJS	CN 1ª div pc	2ª	Braga	15/fev				
8,28	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Tallinna Kergejõustikuhall	Pt	Tallin /EST	1/fev				
8,52	pc	Catarina Queirós		23/01/98	Sen	GDE	Meet Pombal pc	4ª	Braga	8/fev				
8,93	pc	Mariana Tavares		23/11/04	s23	CSM	Velocitti	2ª e	Lisboa (CAR)	11/fev				
9,24	pc	Sofia Castanhas		09/09/00	Sen	ADRAP	C Portugal pc	7ª e	Braga	1/mar				
9,70	pc	Lwena Cardoso		29/07/05	s23	CSM	Velocitti	3ª e	Lisboa (CAR)	11/fev				

**80 m barreiras - Iniciadas**

8b / 0,76m - 12, 8m

Recordes Regionais: sub16 - 12,24 sub14 - 14,08

Ranking até: 17,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
13,40	-0,6	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	CR s16	1ª	Ribeira Brava	3/mai		rp /	14,70	12,62 (2,2)
13,75	0,4	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	OJ	1ª e	Ribeira Brava	10/mai		rp	13,76 / 14,35	
13,81	-1,5	Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	OJ	1ª	Ribeira Brava	10/mai		13,14 /25	14,10 / 14,18	
13,84	0,4	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	OJ	2ª e	Ribeira Brava	10/mai		rp	14,06 / 14,32	
13,93	0,9	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	OJ	1ª e	Ribeira Brava	10/mai		rp /	14,25	
14,31	1,9	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	Atl Completo	1ª s	Ribeira Brava	7/mar		rp /	15,08	
15,56	-0,5	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	26/abr		rp /		14,96 (2,1)
15,85	1,4	Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	CR s16	3ª e	Ribeira Brava	3/mai		rp /	16,17	
16,43	1,4	Juliana Rosário		25/02/12	s16	GDE	CR s16	4ª e	Ribeira Brava	3/mai		rp /	16,66 / 17,21	

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

16,44	-0,6	Stephanie Jardim	19/09/13	s14	CEE-M	CR s16	5ª	Ribeira Brava	3/mai	rp /	16,68
16,50	-0,6	Maria Neto	20/08/14	s14	CSM	CR s16	6ª	Ribeira Brava	3/mai	rp /	16,72
16,58	-1,5	Oriana Ornelas	22/07/12	s16	GDE	OJ	5ª	Ribeira Brava	10/mai	rp /	16,94
16,62	-1,5	Jaqueline Pita	10/03/11	s16	ADNPS	OJ	6ª	Ribeira Brava	10/mai	rp /	16,74 / 17,24
16,68	1,9	Luana Freitas	14/08/12	s16	GDE	Atl Completo	2ª s	Ribeira Brava	7/mar	rp /	17,29
17,07	-0,6	Carolina Fernandes	02/01/13	s14	CEE-M	CR s16	8ª	Ribeira Brava	3/mai	rp /	17,55
17,09	0,4	Isabel Fernandes	11/07/11	s16	AAM-M	OJ	3ª e	Ribeira Brava	10/mai	16,71 /25	17,23 / 17,38

Marcas com Vento Favorável Irregular:

12,62	2,2	Sofia L. Henriques	21/01/12	s16	AJS	Atl Completo Nac	6ª	Ponta Delgada	25/abr		
14,96	2,1	Beatriz S. Pereira	10/05/12	s16	CSM	Atl Completo	4ª s	Ribeira Brava	7/mar		
14,99	2,1	Eva C. Ferreira	02/11/11	s16	GDE	Atl Completo	5ª s	Ribeira Brava	7/mar		

**100 m barreiras - Juvenis**

10b / 0,76m - 13, 8,5m

Recordes Regionais: sub18 - 14,63 sub16 - 15,92

Ranking até: 20,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
18,35	-1,3	Laura I. Gouveia		09/10/10	s18	AJS	OJ	1ª	Ribeira Brava	10/mai		rp		

Marcas com Vento Favorável Irregular:

16,91	3,2	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	Atl Completo	1ª	Ribeira Brava	7/mar				
18,22	3,2	Carlota V. Fernandes		29/10/10	s18	AJS	Atl Completo	2ª	Ribeira Brava	7/mar				

**100 m barreiras**

10b / 0,84m - 13, 8,5m

Recordes Regionais: Abs - 13,41 Sub23 - 13,45 sub20 - 14,07 sub18 - 14,79

Ranking até: Sen: 20,00 sub20: 20,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
13,93	-0,4	Catarina Queirós		23/01/98	Sen	GDE	Meet Trabalhador	3ª	Lisboa (I)	1/mai		13,41 /21		
15,14	1,5	Mariana Tavares		23/11/04	s23	CSM	Meet Albufeira	2ª	Albufeira	3/mai		14,09 /25		14,75 (3,2)

Marcas com Vento Favorável Irregular:

14,75	3,2	Mariana Tavares		23/11/04	s23	CSM	Meet Albufeira	2ª	Albufeira	3/mai				
-------	-----	-----------------	--	----------	-----	-----	----------------	----	-----------	-------	--	--	--	--

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**300 m barreiras - Iniciadas**

7b / 0,76m - 50,35m

Recordes Regionais: sub18 - 43,75 sub16 - 47,29

Ranking até: 59,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
48,55	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	CR s16	1ª	Ribeira Brava	3/mai		rp /	48,94 / 49,80
52,22	Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	CR s16	2ª	Ribeira Brava	3/mai		49,86 /25	52,67
52,49	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	CR s16	3ª	Ribeira Brava	3/mai		rp /	54,41
52,96	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	OJ	3ª	Ribeira Brava	25/abr		rp /	53,42
55,45	Maria Antónia Neves		11/01/11	s16	CSM	OJ	4ª	Ribeira Brava	25/abr		rp /	56,20
56,19	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	CR s16	1ª s	Ribeira Brava	3/mai		rp /	
57,68	Leonor Martins		29/07/11	s16	AAM-M	CR inv s14/s16	1ª s	Ribeira Brava	15/fev		rp /	
58,23	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	CR inv s14/s16	4ª s	Ribeira Brava	15/fev		rp /	

**400 m barreiras**

10b / 0,76m - 45,35m

Recordes Regionais: Abs - 59,47 Sub23 - 59,47 sub20 - 59,88 sub18 - 60,58

Ranking até: Sen: 71,00 sub20: 73,00 sub18: 75,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
67,27	Carlota Gomes		03/02/06	s23	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	3/mai		66,02 /25	

**1.500 m obstáculos**

0,76m / 4 obstáculos sobre a linha final da transmissão dos 4x100m (sem vala; total 13 obstáculos) - Iniciadas

Recordes Regionais: sub16 - 5 16,65

Ranking até: 7 30,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
5 45,80	Carlota Matos		25/12/11	s16	GDE	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	14/fev		5 26,39 /25	5 49,64
6 20,39	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	CR s16	1ª	Ribeira Brava	3/mai		rp /	6 27,06
6 40,43	Laura S. Silva		05/12/12	s16	CEE-M	OJ	3ª	Ribeira Brava	26/abr		rp /	6 59,37
6 40,66	Maria Antónia Neves		11/01/11	s16	CSM	OJ	4ª	Ribeira Brava	26/abr		rp /	
6 41,62	Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	14/fev		rp /	
6 54,65	Maísa Cardoso		30/03/11	s16	GDE	CR s16	2ª	Ribeira Brava	3/mai		rp /	7 05,84
7 06,06	Isabel Fernandes		11/07/11	s16	AAM-M	CR inv s14/s16	4ª	Ribeira Brava	14/fev		7 02,19 /25	7 11,54
7 12,44	Isabel Santa Clara		20/07/11	s16	CSM	CR s16	3ª	Ribeira Brava	3/mai		rp /	7 23,39

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**2.000 m obstáculos**

0,76m

Recordes Regionais: sub18 - 7 24,98

Ranking até: 9 10,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
8 16,54	Núria Neves		10/12/10	s18	AJS	OJ	1ª	Ribeira Brava	26/abr		rp /	

**1.000 m marcha**

em pista (Infantis)

Recordes Regionais: sub14 - (vago)

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
6 42,41	Nuria Nóbrega		13/08/14	s14	AAM-M	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	15/fev		rp /	
7 02,58	María Neto		20/08/14	s14	CSM	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	15/fev		rp /	
7 06,81	Kelly Brito		15/11/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	15/fev		rp /	
7 45,50	Yara Micaela		27/06/14	s14	AAM-M	CR inv s14/s16	4ª	Ribeira Brava	15/fev		rp /	
8 00,49	Sofia Henriques		15/05/14	s14	AJS	CR inv s14/s16	5ª	Ribeira Brava	15/fev		rp /	
8 36,28	Eliane Sousa		24/06/14	s14	AJS	CR inv s14/s16	6ª	Ribeira Brava	15/fev		rp /	
8 49,39	Carlota Silva		14/11/14	s14	AJS	CR inv s14/s16	7ª	Ribeira Brava	15/fev		rp /	

**2.000 m marcha**

em pista (Infantis)

Recordes Regionais: sub14 - 12 46,91

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
14 50,02	Nuria Nóbrega		13/08/14	s14	AAM-M	OJ	1ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	15 20,82
15 38,72	Margarida Teixeira		01/04/14	s14	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	11/abr		rp /	
15 38,79	Sofia Henriques		15/05/14	s14	AJS	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	11/abr		rp /	16 11,20
17 31,29	Carlota Silva		14/11/14	s14	AJS	Prova Extra	4ª	Ribeira Brava	11/abr		rp /	

Marcas realizadas em Estrada:

13'30	Nuria Nóbrega		13/08/14	s14	AAM-M	T Marchador Jovem	6ª	Porto de Mós	22/mar		rp /	
-------	---------------	--	----------	-----	-------	-------------------	----	--------------	--------	--	------	--

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**3.000 m marcha**

em pista

Recordes Regionais: Abs - 12 37,89 / pc - 12 40,73 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
12 40,73	pc Vitória Oliveira		30/08/92	Sen	AJS	C Portugal pc	1ª	Braga	28/fev	RR Abs pc	rp /	12 44,15i
13 39,24	pc Ana Monteiro		24/10/98	Sen	GDE	C Portugal pc	2ª	Braga	28/fev		13 09,67 pc/24	13 40,50i
14 43,25	pc Adriana Viveiros		12/03/02	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	3ª	Braga	14/fev		13 04,54 pc/24	14 49,33i/16 13,06
15 58,60	Andreia Freitas		02/04/83	V 40	AJS	CR Abs inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan		14 17,74 /09	
18 13,90	Sara R. Fernandes		27/10/10	s18	AJS	OJ	1ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	19 11,72 /19 32,80
18 54,70	Clarisse Catanho		13/05/08	s20	ADRAP	CR inv s18s20	1ª	Ribeira Brava	10/jan		rp	19 26,60
20 24,47	Isabel Santa Clara		20/07/11	s16	CSM	OJ	1ª	Ribeira Brava	25/abr		rp /	22 32,70

Marcas em pista coberta:

12 40,73	pc Vitória Oliveira		30/08/92	Sen	AJS	C Portugal pc	1ª	Braga	28/fev	RR Abs pc		
13 39,24	pc Ana Monteiro		24/10/98	Sen	GDE	C Portugal pc	2ª	Braga	28/fev			
14 43,25	pc Adriana Viveiros		12/03/02	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	3ª	Braga	14/fev			

**4.000 m marcha**

em pista (Iniciadas)

Recordes Regionais: sub16 - 22 47,63

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
28 27,99	Isabel Santa Clara		20/07/11	s16	CSM	CR s16	1ª	Ribeira Brava	2/mai		rp /	
35 44,90	Luana Freitas		14/08/12	s16	GDE	CR s16	2ª	Ribeira Brava	2/mai		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: 32 00,0 sub20: 33 00,0 sub18: 35 00,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
27 31,47	Andreia Freitas		02/04/83	V 40	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	25/abr		24 44,89 /09	

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**Meia Maratona - marcha**

pista / estrada

Recordes Regionais: Abs - vago

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 40'40	Vitória Oliveira		30/08/92	Sen	AJS	CNMx MMaratona	1ª	Porto de Mós	22/mar		rp /	

**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
1,69	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Tallinna Kergejõustikuhall	Pt	Tallin /EST	1/fev		1,70 /25	1,67pc / 1,64
1,64	pc	Ana Leite		08/09/01	Sen	AJS	CN 1ª div pc	3ª	Braga	14/fev		1,77 /24	1,64pc / 1,63pc
1,61	pc	Milena Lucena		03/09/02	Sen	GDE	C Portugal pc	5ª	Braga	28/fev		1,69 pc/22	1,58pc / 1,58pc
1,60	pc	Cláudia Rodrigues		11/11/89	V 35	ADRAP	CN 2ª div pc	2ª	Braga	14/fev		1,77 /12	1,53
1,59	pc	Evie Weber	NED	13/04/10	s18	GDE	CN s18 pc	5ª	Braga	7/fev		rp	1,56 / 1,51
1,56		Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	1,51 / 1,47
1,55	pc	Lara Geirinhas		04/05/05	s23	CSM	CN s23 pc	5ª	Braga	28/fev		1,63 /24	1,55pc
1,50		Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	Triatlo Técnico	1ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	1,47 / 1,45
1,47		Alexandra Silva		11/09/01	Sen	CSM	CR Abs inv	2ª	Ribeira Brava	31/jan		1,54 /21	
1,47		Matilde Freitas		16/01/08	s20	ADRAP	P Combinadas	1ª	Ribeira Brava	7/mar		1,49 /25	1,40 / 1,40
1,45		Viviana Silva		25/07/11	s16	GDE	CR s16	2ª	Ribeira Brava	3/mai		1,47 /25	1,42 / 1,40
1,44		Catarina Fernandes		11/05/05	s23	AJS	CR Abs inv	4ª	Ribeira Brava	31/jan		1,48 /17	1,40 / 1,38
1,43		Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	CR inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	10/jan		1,45 /25	1,38
1,41		Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	Atl Completo	2ª	Ribeira Brava	7/mar		rp	1,36 /1,34
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	1,36 / 1,31
1,36		Maria Neto		20/08/14	s14	CSM	CR s16	4ª	Ribeira Brava	3/mai		rp	1,28 / 1,20
1,35		Laura Pereira		13/05/05	s23	ADRAP	Prova Extra	4ª	Ribeira Brava	25/jan		1,47 /20	
1,32		Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	Prova Extra	6ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	1,29 / 1,26
1,32		Leonor Martins		29/07/11	s16	AAM-M	CR s16	6ª	Ribeira Brava	3/mai		rp	1,22
1,30		Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	Triatlo Técnico	2ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	1,26
1,28		Inês Batista		14/05/14	s14	ADNPS	OJ 1	2ª	Ribeira Brava	19/abr		rp	1,20
1,28		Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Prova Extra	7ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	1,26 / 1,26
1,28		Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	CR s16	7ª	Ribeira Brava	3/mai		rp	

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

1,26	Isabel Fernandes	11/07/11	s16	AAM-M	OJ	3ª	Câmara de Lobos	9/mai	rp	1,24 / 1,20
1,26	Maria Antónia Neves	11/01/11	s16	CSM	OJ	4ª	Câmara de Lobos	9/mai	rp	
1,24	Leonor Batista	14/05/14	s14	ADNPS	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	24/jan	rp	1,24
1,24	Juliana Abreu	02/07/13	s14	AAM-M	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	24/jan	rp	1,24
1,24	Bianca Santos	20/03/13	s14	AJS	CR s16	8ª	Ribeira Brava	3/mai	rp	1,16
1,22	Catarina Conceição	20/11/11	s16	ADNPS	OJ	5ª	Câmara de Lobos	9/mai	rp	
1,20	Vitória Silva	09/01/11	s16	CSM	Atl Completo	6ª	Ribeira Brava	7/mar	1,20 /24	
1,20	Mariana Faria	26/07/13	s14	AJS	OJ 1	6ª	Ribeira Brava	19/abr	rp	1,12
1,20	Francisca Camacho	28/01/14	s14	AJS	OJ 1	7ª	Ribeira Brava	19/abr	rp	1,15 / 1,12
1,16	Beatrice Rodrigues	27/11/13	s14	AJS	CR inv s14/s16	6ª	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
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	

**Marcas em pista coberta:**

1,69	pc	Mariana Bento	22/11/01	Sen	AJS	Tallinna Kergejõustikuhall	Pt	Tallin /EST	1/fev
1,64	pc	Ana Leite	08/09/01	Sen	AJS	CN 1ª div pc	3ª	Braga	14/fev
1,61	pc	Milena Lucena	03/09/02	Sen	GDE	C Portugal pc	5ª	Braga	28/fev
1,60	pc	Cláudia Rodrigues	11/11/89	V 35	ADRAP	CN 2ª div pc	2ª	Braga	14/fev
1,59	pc	Evie Weber	NED 13/04/10	s18	GDE	CN s18 pc	5ª	Braga	7/fev
1,55	pc	Lara Geirinhas	04/05/05	s23	CSM	CN s23 pc	5ª	Braga	28/fev
1,36	pc	Madalena Neto	22/01/11	s16	CSM	Triatlo Técnico Nac	12ª	Braga	31/jan

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**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
3,10	pc Laurinda Moreira		22/07/05	s23	CSM	CN s23 pc	6ª	Braga	1/mar		3,39 /25	3,05pc / 2,95pc
3,00	pc Leonor Suzano		15/05/01	Sen	GDE	Meet MP Lx	4ª	Lisboa (CAR)	10/jan		3,45 /25	3,00pc / 3,00pc
3,00	pc Matilde Freitas		16/01/08	s20	ADRAP	CN s20 pc	4ª	Braga	22/fev		3,05 pc/24	3,00pc / 2,85
3,00	pc Ana Beatriz Pereira		03/10/07	s20	ADRAP	CN s23 pc	8ª	Braga	1/mar		3,20 /25	2,90 / 2,80pc
2,90	Carla Macedo		22/10/90	V 35	ADRAP	CR Absolutos Inv	1ª	Câmara de Lobos	30/jan		3,25 /17	2,90 / 2,80pc
2,80	Carlota V. Fernandes		29/10/10	s18	AJS	CR Absolutos Inv	2ª	Câmara de Lobos	30/jan		2,80 /25	2,80pc / 2,80pc
2,70	Laura Pereira		13/05/05	s23	ADRAP	CR Absolutos Inv	5ª	Câmara de Lobos	30/jan		2,70 /25	2,60 / 2,55pc
2,70	Laura I. Gouveia		09/10/10	s18	AJS	OJ	2ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	2,60pc / 2,60
2,40	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	14/fev		rp	2,20
2,40	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	CR s16	1ª	Ribeira Brava	2/mai		rp	2,15

**Marcas em pista coberta:**

3,10	pc Laurinda Moreira		22/07/05	s23	CSM	CN s23 pc	6ª	Braga	1/mar			
3,00	pc Leonor Suzano		15/05/01	Sen	GDE	Meet MP Lx	4ª	Lisboa (CAR)	10/jan			
3,00	pc Matilde Freitas		16/01/08	s20	ADRAP	CN s20 pc	4ª	Braga	22/fev			
3,00	pc Ana Beatriz Pereira		03/10/07	s20	ADRAP	CN s23 pc	8ª	Braga	1/mar			
2,80	pc Carlota V. Fernandes		29/10/10	s18	AJS	CN s18 pc	3ª	Braga	8/fev			
2,80	pc Carla Macedo		22/10/90	V 35	ADRAP	CN 2ª div pc	5ª	Braga	14/fev			
2,60	pc Laura I. Gouveia		09/10/10	s18	AJS	CN s18 pc	5ª	Braga	8/fev			
2,55	pc Laura Pereira		13/05/05	s23	ADRAP	CN s23 pc	11ª	Braga	1/mar			

**Vara em distância**

Recordes Regionais: sub14 - 5,08

Ranking até: 3,50

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
5,02	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	15/fev		rp	4,29
4,26	Madalena Silva		03/02/13	s14	ADRAP	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	15/fev		rp	
4,18	Laura Luís		04/03/14	s14	CSM	OJ	2ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	3,88
4,10	Maria Neto		20/08/14	s14	CSM	OJ	3ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	4,00
3,95	Francisca Camacho		28/01/14	s14	AJS	OJ	4ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	3,51
3,80	Beatriz Freitas		26/05/14	s14	AJS	OJ	5ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

3,65	Juliana Abreu	02/07/13	s14	AAM-M	CR inv s14/s16	5ª	Ribeira Brava	15/fev	rp
3,65	Margarida Teixeira	01/04/14	s14	AJS	OJ	6ª	Ribeira Brava	25/abr	rp
3,46	Leonor Batista	14/05/14	s14	ADNPS	CR inv s14/s16	7ª	Ribeira Brava	15/fev	rp
3,41	Mariana Pereira	20/06/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	8ª	Ribeira Brava	15/fev	rp

**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: 3,60

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	6,21 / 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 / 5,99	
6,04	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Troféu Ibérico PC	1ª	Zaragoza /ESP	29/mar		rp	6,00pc / 5,90pc	
5,57	pc	Patrícia Rodrigues		24/02/99	Sen	GDE	CN 1ª div pc	5ª	Braga	14/fev		rp	5,44pc / 5,35pc	
5,19	pc	Catarina F. Vieira		17/12/06	s23	ADRAP	CN 2ª div pc	7ª	Braga	14/fev		5,45 /22	5,06pc	
5,14	pc	Ana Beatriz Pereira		03/10/07	s20	ADRAP	CN Univ pc	1ª s	Lisboa (CAR)	14/mar		5,17 /25	4,95 / 4,69	
5,11	1,9	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	Atl Completo Nac	3ª	Ponta Delgada	26/abr		rp	5,09 / 4,92	
5,10	pc	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	CN s18 pc	10ª	Braga	7/fev		5,21 /25	4,94 / 4,68	
5,00	-0,1	Cláudia Rodrigues		11/11/89	V 35	ADRAP	CR Abs inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan		5,90 /13		
4,79	-2,0	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Atl Completo	2ª	Ribeira Brava	8/mar		rp	4,79 / 4,67	
4,76	pc	Lara Geirinhas		04/05/05	s23	CSM	CN Univ pc	5ª	Lisboa (CAR)	14/mar		4,87 /25		
4,76	1,2	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	Atl Completo Nac	1ª	Ponta Delgada	26/abr		rp	4,72 / 4,46	4,87 (2,1)
4,75	0,3	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	CR s16	2ª	Ribeira Brava	2/mai		rp	4,60 / 4,27	
4,59	-0,2	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	OJ 1	4ª	Ribeira Brava	19/abr		4,60 /25	4,52 / 4,43	
4,49	0,2	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	CR s16	4ª	Ribeira Brava	2/mai		4,52 /25	4,44 / 4,23	
4,47	-1,2	Glória Fernandes		01/05/11	s16	AJS	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	24/jan		4,78 /25		
4,34	0,9	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	OJ 1	6ª	Ribeira Brava	19/abr		rp	4,32	
4,32	0,1	Laura I. Gouveia		09/10/10	s18	AJS	Prova Extra	2ª	Câmara de Lobos	9/mai		4,35 /25	4,17 / 4,02	
4,28	0,5	Leonor Batista		14/05/14	s14	ADNPS	OJ	1ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	3,78 / 3,65	
4,20	0,2	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	CR s16	6ª	Ribeira Brava	2/mai		rp	4,19 / 4,18pc	
4,18	0,1	Francisca Camacho		28/01/14	s14	AJS	OJ	2ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	4,17 / 3,51	
4,15	0,3	Isabel Fernandes		11/07/11	s16	AAM-M	CR s16	8ª	Ribeira Brava	2/mai		4,22 /25		
3,91	0,2	Mariana Faria		26/07/13	s14	AJS	OJ	3ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	3,83 / 3,66	
3,88	1,1	Inês Batista		14/05/14	s14	ADNPS	OJ	4ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	3,60 / 3,49	
3,82	0,3	Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	CR s16	11ª	Ribeira Brava	2/mai		4,14 /25	3,81 / 3,76	

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

3,73	0,8	Maria Neto	20/08/14	s14	CSM	Atl Completo	3ª	Ribeira Brava	8/mar	rp	3,50 / 3,43
3,69	0,5	Laura Luís	04/03/14	s14	CSM	OJ	6ª	Ribeira Brava	26/abr	rp	3,69
3,68	-0,4	Madalena Silva	03/02/13	s14	ADRAP	Atl Completo	4ª	Ribeira Brava	8/mar	rp	3,63
3,68	1,6	Bianca Santos	20/03/13	s14	AJS	OJ	7ª	Ribeira Brava	26/abr	rp	3,63
3,68	0,3	Kelly Nóbrega	09/08/14	s14	GDE	CR s16	13ª	Ribeira Brava	2/mai	rp	
3,67	0,0	Carolina Fernandes	02/01/13	s14	CEE-M	CR s16	14ª	Ribeira Brava	2/mai	rp	
Outras Veteranas:											
3,58	0,3	Vanessa Serrão	14/09/83	V 40	ADAM-M	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan		
Marcas com Vento Favorável Irregular:											
4,87	2,1	Diana Camacho	22/01/13	s14	GDE	Atl Completo Nac	1ª	Ponta Delgada	26/abr		
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		
6,00	pc	Mariana Bento	22/11/01	Sen	AJS	Tallinna Kergejõustikuhall	Pt	Tallin /EST	1/fev		
5,57	pc	Patrícia Rodrigues	24/02/99	Sen	GDE	CN 1ª div pc	5ª	Braga	14/fev		
5,19	pc	Catarina F. Vieira	17/12/06	s23	ADRAP	CN 2ª div pc	7ª	Braga	14/fev		
5,14	pc	Ana Beatriz Pereira	03/10/07	s20	ADRAP	CN Univ pc	1ª s	Lisboa (CAR)	14/mar		
5,10	pc	Kimberly Nunes	08/06/10	s18	AJS	CN s18 pc	10ª	Braga	7/fev		
4,76	pc	Lara Geirinhas	04/05/05	s23	CSM	CN Univ pc	5ª	Lisboa (CAR)	14/mar		
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 10/maio**

**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
12,83	pc	Lucinda Gomes		16/04/95	Sen	GDE	C Portugal pc	1ª	Braga	1/mar		13,54 /25		
12,59	0,0	Ana Rita Silva		20/12/00	Sen	AJS	Meet Trabalhador	3ª	Lisboa (I)	1/mai		13,12 pc/25		
11,70	pc	Milena Lucena		03/09/02	Sen	GDE	CN Univ pc	2ª	Lisboa (CAR)	15/mar		12,24 /21	11,53pc / 11,49pc	
11,08	-0,7	Anastácia Gula		15/12/05	s23	ADRAP	Meet Trabalhador	8ª	Lisboa (I)	1/mai		11,51 pc/25		
10,88	pc	Ana Leite		08/09/01	Sen	AJS	CN 1ª div pc	7ª	Braga	15/fev		12,10 /23		
10,67	pc	Ana Beatriz Pereira		03/10/07	s20	ADRAP	CN 2ª div pc	7ª	Braga	14/fev		rp		
10,49	0,8	Catarina Fernandes		11/05/05	s23	AJS	Prova extra	2ª	Ribeira Brava	10/mai		10,55 /21	10,34 / 10,05	
10,34	1,9	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	OJ	1ª	Ribeira Brava	10/mai		rp	9,91	
10,11	0,1	Matilde Freitas		16/01/08	s20	ADRAP	CR inv s18s20	1ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	9,90 / 9,54	
10,10	0,2	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	15/fev		rp		
10,10	0,1	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	OJ	2ª	Ribeira Brava	10/mai		rp	10,08 / 9,70	
10,04	pc	Lwena Cardoso		29/07/05	s23	CSM	CN s23 pc	9ª	Braga	1/mar		11,00 /25		
9,79	0,4	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	15/fev		9,83 /25	9,70 / 9,60	
9,71	1,2	Laura Pereira		13/05/05	s23	ADRAP	CR Abs inv	3ª	Ribeira Brava	1/fev		10,21 /24		
9,68	0,5	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	CR s16	3ª	Ribeira Brava	3/mai		rp	9,58 / 9,57	
8,97	0,0	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	CR inv s14/s16	5ª	Ribeira Brava	15/fev		rp		

**Marcas em pista coberta:**

12,83	pc	Lucinda Gomes		16/04/95	Sen	GDE	C Portugal pc	1ª	Braga	1/mar				
11,70	pc	Milena Lucena		03/09/02	Sen	GDE	CN Univ pc	2ª	Lisboa (CAR)	15/mar				
10,88	pc	Ana Leite		08/09/01	Sen	AJS	CN 1ª div pc	7ª	Braga	15/fev				
10,67	pc	Ana Beatriz Pereira		03/10/07	s20	ADRAP	CN 2ª div pc	7ª	Braga	14/fev				
10,04	pc	Lwena Cardoso		29/07/05	s23	CSM	CN s23 pc	9ª	Braga	1/mar				

**Marcas com Vento Favorável Irregular:**

<b>10,50</b>	<b>2,7</b>	Catarina Fernandes		11/05/05	s23	AJS	Prova extra	2ª	Ribeira Brava	10/mai				
--------------	------------	--------------------	--	----------	-----	-----	-------------	----	---------------	--------	--	--	--	--

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**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
11,95	-0,2	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	OJ	1ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp		
11,03	0,2	Mariana Faria		26/07/13	s14	AJS	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	14/fev		rp	10,57	
10,79	0,2	Leonor Batista		14/05/14	s14	ADNPS	OJ	2ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	10,55	
10,78	-3,2	Francisca Camacho		28/01/14	s14	AJS	OJ	3ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	9,78 / 9,69	
10,68	-0,4	Maria Neto		20/08/14	s14	CSM	OJ	4ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	10,12	
10,64	0,2	Madalena Silva		03/02/13	s14	ADRAP	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	14/fev		rp		
10,62	0,3	Kelly Nóbrega		09/08/14	s14	GDE	OJ	5ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp		
10,49	0,2	Mariana Pereira		20/06/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	4ª	Ribeira Brava	14/fev		rp		
10,23	-1,7	Laura Luís		04/03/14	s14	CSM	OJ	7ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	9,77	
10,16	-0,3	Maria Teixeira		19/03/14	s14	ADRAP	OJ	8ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	9,60	
10,05	-0,9	Maria B. Fernandes		18/06/13	s14	ADRAP	OJ	9ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp		
10,04	0,1	Maria Inês Silva		05/03/13	s14	AJS	CR inv s14/s16	6ª	Ribeira Brava	14/fev		rp	9,77	
9,98	-1,0	Inês Batista		14/05/14	s14	ADNPS	OJ	10ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	9,83	
9,93	0,1	Margarida Teixeira		01/04/14	s14	AJS	CR inv s14/s16	7ª	Ribeira Brava	14/fev		rp	9,60	
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: 7,50 sub20: 7,00

Marca		Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
13,95	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	CN 1ª div pc	2ª	Braga	14/fev		14,78 pc/25	13,60pc / 13,44pc
11,44		Sara Perestrela		22/02/08	s20	ADRAP	Prova extra	1ª	Funchal	25/abr		rp	11,30pc / 11,27pc
10,24		Milene Jesus		01/06/99	Sen	CSM	Prova extra	2ª	Funchal	25/abr		rp	10,15 / 9,08
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	
7,75	pc	Margarida Patrício		03/01/04	s23	GDE	CN 1ª div pc	8ª	Braga	14/fev		9,28 pc/25	
7,53		Carla Macedo		22/10/90	V 35	ADRAP	CR Abs Inv	4ª	Funchal	31/jan		7,87 /22	
7,32		Clara Teixeira		07/04/10	s18	AJS	CR Abs Inv	5ª	Funchal	31/jan		rp	

Marcas em pista coberta:

13,95	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	CN 1ª div pc	2ª	Braga	14/fev			
-------	----	---------------	--	----------	-----	-----	--------------	----	-------	--------	--	--	--

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

11,30	pc	Sara Perestrelo	22/02/08	s20	ADRAP	CN 2ª div pc	2ª	Braga	14/fev
7,75	pc	Margarida Patrício	03/01/04	s23	GDE	CN 1ª div pc	8ª	Braga	14/fev

**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
10,92	Anthonella Hernandez		17/03/10	s18	ADRAP	Prova Extra	1ª	Funchal	2/mai		rp	10,13 / 9,16
9,58	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	Atl Completo	1ª	Câmara de Lobos	7/mar		rp	
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	8,45 / 8,33
8,37	Glória Fernandes		01/05/11	s16	AJS	OJ	2ª	Câmara de Lobos	9/mai		9,18 /25	
8,29	Carolina Quintal		01/01/10	s18	AJS	CR inv s18s20	3ª	Funchal	10/jan		8,99 /25	
8,22	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	Atl Completo Nac	8ª	Ponta Delgada	26/abr		rp	7,96 / 7,31
8,22	Oriana Cantillo		14/03/12	s16	GDE	CR s16	2ª	Funchal	2/mai		rp	7,75 / 7,41
7,84	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	CR s16	3ª	Funchal	2/mai		rp	
7,83	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	CR inv s14/s16	2ª	Funchal	24/jan		rp	6,67 / 6,65
7,77	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	OJ	4ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	7,37
7,67	Carolina Forte		17/08/12	s16	CSM	CR s16	4ª	Funchal	2/mai		rp	
7,56	Alice M. Jardim		27/10/13	s14	CEE-M	CR s16	5ª	Funchal	2/mai		rp	
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 / 6,76
7,37	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Triatlo Técnico	2ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	
7,37	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	CR inv s14/s16	5ª	Funchal	24/jan		rp	6,96 / 6,89
7,36	Rosana Abreu		10/12/13	s14	GDE	CR s16	6ª	Funchal	2/mai		rp	
7,34	Ana P. Silva		29/06/11	s16	ADNPS	OJ	6ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	
7,63	Laura I. Gouveia		09/10/10	s18	AJS	OJ	1ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	7,30
7,23	Bianca Teixeira		01/01/11	s16	nf	OJ	7ª	Câmara de Lobos	9/mai	ESV	rp	
7,22	Sara França		01/01/10	s18	nf	OJ	2ª	Câmara de Lobos	9/mai	ESV	rp	7,20
7,02	Carlota V. Fernandes		29/10/10	s18	AJS	Atl Completo	3ª	Câmara de Lobos	7/mar		rp	
7,00	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	Atl Completo	2ª	Câmara de Lobos	7/mar		rp	

Atletas Veteranos:

6,52	Lenka Mendonça	CZE	31/12/72	V 50	CAFH	CR Veteranos Inv	1ª	Funchal	31/jan			
------	----------------	-----	----------	------	------	------------------	----	---------	--------	--	--	--

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

Marcas em pista coberta:

6,75 pc Madalena Neto 22/01/11 s16 CSM Triatlo Técnico Nac 13ª Braga 31/jan

**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
10,18	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	OJ	1ª	Funchal	25/abr		rp	9,51 / 9,49pc
8,92	Alice M. Jardim		27/10/13	s14	CEE-M	OJ	2ª	Funchal	25/abr		rp	
8,60	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	OJ	3ª	Funchal	25/abr		rp	7,68
8,47	Rosana Abreu		10/12/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	2ª	Funchal	14/fev		rp	8,43
8,33	Inês Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR Escolares	1ª	Câmara de Lobos	14/mar		rp	6,57
8,06	Leonor Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR Escolares	2ª	Câmara de Lobos	14/mar		rp	7,08
8,05	Madalena Silva		03/02/13	s14	ADRAP	Atl Completo	1ª	Câmara de Lobos	7/mar		rp	
8,00	Maria Inês Silva		05/03/13	s14	AJS	Atl Completo	2ª	Câmara de Lobos	7/mar		rp	7,53 / 6,92
7,71	Valéria Silva		01/01/13	s14	nf	CR Escolares	3ª	Câmara de Lobos	14/mar	ESTREITO	rp	
7,63	Maria Teixeira		19/03/14	s14	ADRAP	OJ	5ª	Funchal	25/abr		rp	7,24
7,60	Carolina Fernandes		02/01/13	s14	CEE-M	CR Escolares	4ª	Câmara de Lobos	14/mar		rp	
7,25	Margarida Teixeira		01/04/14	s14	AJS	Triatlo Técnico	2ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	6,61
7,16	Mariana Faria		26/07/13	s14	AJS	OJ	6ª	Funchal	25/abr		rp	6,87
7,08	Alice Jardim		14/06/13	s14	CEE-M	Triatlo Técnico	3ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	
7,04	Oriangel Cantillo		01/01/14	s14	GDE	CR Escolares	5ª	Câmara de Lobos	14/mar	ESV	rp	
7,00	Natalia Dávila		14/01/14	s14	AJS	CR inv s14/s16	5ª	Funchal	14/fev		rp	

Marcas em pista coberta:

9,49 pc Carolina S. Pereira 01/01/13 s14 AJS Triatlo Técnico Nac 3ª Braga 31/jan RR s14pc

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**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
32,24	Clara Teixeira		07/04/10	s18	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	14/fev		rp	31,16 / 30,03
31,21	Carolina Quintal		01/01/10	s18	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	1/fev		rp	30,84 / 30,24
30,16	Sara Perestrelo		22/02/08	s20	ADRAP	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	3/mai		33,24 /25	27,87 / 27,52
29,12	Anthonella Hernandez		17/03/10	s18	ADRAP	OJ	3ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	28,60 / 28,07
28,34	Francisca Pestana		29/06/04	s23	GDE	CR Lanç Longos	1ª	Ribeira Brava	8/fev		33,27 /21	28,01
Outras Veteranas:												
20,81	Carla Macedo		22/10/90	V 35	ADRAP	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev			
16,03	Lenka Mendonça	CZE	31/12/72	V 50	CAFH	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev			
13,27	Diva Sousa		15/02/69	V 55	ADAM-M	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev			

**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
23,27	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	CR s16	1ª	Ribeira Brava	3/mai		rp	
22,61	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	OJ	1ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	22,52 / 21,26
21,51	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	CR s16	3ª	Ribeira Brava	3/mai		rp	
21,48	Carolina Forte		17/08/12	s16	CSM	OJ	2ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	21.11
20,79	Margarida Teixeira		01/04/14	s14	AJS	CR s16	5ª	Ribeira Brava	3/mai		rp	
20,26	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	OJ	3ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	
19,73	Isabel Fernandes		11/07/11	s16	AAM-M	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	25/jan		19,83 /25	19,47 / 16,75
19,61	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	OJ	4ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	18,24
19,07	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	OJ	5ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	17,03
18,72	Leonor Martins		29/07/11	s16	AAM-M	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	
17,03	Alice M. Jardim		27/10/13	s14	CEE-M	CR s16	7ª	Ribeira Brava	3/mai		rp	
15,95	Ana Francisca Sousa		27/12/11	s16	GDE	CR s16	8ª	Ribeira Brava	3/mai		rp	

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**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	23,27* / 18,69
23,35	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	OJ	1ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	21,51*
22,11	Margarida Teixeira		01/04/14	s14	AJS	OJ	2ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	20,79* / 17,33
17,03	Alice M. Jardim		27/10/13	s14	CEE-M	CR s16	7ª	Ribeira Brava	3/mai	750g	rp	
16,67	Maria Inês Silva		05/03/13	s14	AJS	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	25/jan		rp	14,05 / 13,49*
15,24	Mariana Faria		26/07/13	s14	AJS	OJ	4ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	
14,51	Rosana Abreu		10/12/13	s14	GDE	CR s16	10ª	Ribeira Brava	3/mai	750g	rp	
14,46	Natalia Dávila		14/01/14	s14	AJS	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	25/jan		rp	
14,18	Mariana Rodrigues		08/05/14	s14	CSM	OJ	5ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	
14,13	Vera Fernandes		04/04/14	s14	AAM-M	CR s16	12ª	Ribeira Brava	3/mai	750g	21,80 /25	13,31 / 12,59
13,30	Maria Teixeira		19/03/14	s14	ADRAP	OJ	6ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	11,93
13,20	Francisca Camacho		28/01/14	s14	AJS	CR s16	14ª	Ribeira Brava	3/mai	750g	rp	
12,83	Madalena Silva		03/02/13	s14	ADRAP	CR s16	16ª	Ribeira Brava	3/mai	750g	rp	
12,52	Kelly Brito		15/11/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	5ª	Ribeira Brava	25/jan		13,72 /25	

**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	
47,79	Ana Isabel Fernandes		09/08/05	s23	AJS	Prova extra	1ª	Funchal	25/abr		48,77 /24	47,72 / 42,66
46,68	Milene Jesus		01/06/99	Sen	CSM	Prova extra	2ª	Funchal	25/abr		51,73 /17	45,65
46,39	Clara Teixeira		07/04/10	s18	AJS	CN LL	1ª	Lisboa (CAR)	21/fev		rp	
39,48	Carolina Quintal		01/01/10	s18	AJS	CN LL	4ª	Lisboa (CAR)	21/fev		rp	

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**Martelo - 3k**

3 kg (Iniciadas e Juvenis)

Recordes Regionais: sub18 - 63,46 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
63,46	Clara Teixeira		07/04/10	s18	AJS	Prova extra	1ª	Funchal	2/mai	RR s18	rp	62,11 / 57,50
52,02	Carolina Quintal		01/01/10	s18	AJS	Prova Extra	2ª	Funchal	14/fev		rp	48,22 / 47,16
47,71	Leonor Martins		29/07/11	s16	AAM-M	OJ	1ª	Funchal	25/abr		rp	46,51 / 46,12
34,41	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	CR s16	2ª	Funchal	2/mai		rp	34,23 / 33,32
34,41	Vera Fernandes		04/04/14	s14	AAM-M	CR s16	3ª	Funchal	2/mai		rp	
31,16	Carolina Forte		17/08/12	s16	CSM	OJ	3ª	Funchal	25/abr		rp	31,11 / 28,87
29,39	Isabel Fernandes		11/07/11	s16	AAM-M	OJ	4ª	Funchal	25/abr		rp	24,99 / 21,22
23,33	Maria Inês Silva		05/03/13	s14	AJS	CR s16	5ª	Funchal	2/mai		rp	
17,90	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	CR inv s14/s16	5ª	Funchal	14/fev		rp	
17,83	Margarida Teixeira		01/04/14	s14	AJS	CR s16	6ª	Funchal	2/mai		rp	

**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
34,41	Vera Fernandes		04/04/14	s14	AAM-M	CR s16	3ª	Funchal	2/mai	3kg	rp	33,63 / 30,76
29,88	Maria Inês Silva		05/03/13	s14	AJS	OJ	2ª	Funchal	25/abr		rp	27,24 / 25,46
25,18	Rosana Abreu		10/12/13	s14	GDE	OJ	4ª	Funchal	25/abr		rp	21,08
22,93	Maria Neto		20/08/14	s14	CSM	CR inv s14/s16	3ª	Funchal	24/jan		rp	
21,21	Mariana Rodrigues		08/05/14	s14	CSM	OJ	4ª	Funchal	25/abr		rp	
17,83	Margarida Teixeira		01/04/14	s14	AJS	CR s16	6ª	Funchal	2/mai	3kg	rp	
16,60	Isa Ferreira		03/08/13	s14	GDE	OJ	5ª	Funchal	25/abr		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 10/maio**

**Dardo - 600g**

600 g

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

Ranking até: Sen: 26,00 sub20: 22,00

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	
36,59	Sofia Ferreira		01/08/02	Sen	ADRAP	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	2/mai		40,67 /25	35,67 / 35,55
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: 16,00 sub16: 15,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
33,31	Anthonella Hernandez		17/03/10	s18	ADRAP	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	2/mai		34,48 /25	30,20 / 29,77
27,25	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	CR s16	1ª	Ribeira Brava	2/mai		rp	
25,08	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	OJ	1ª	Ribeira Brava	10/mai		rp	22,48
21,47	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	10/mai		rp	19,23 / 18,04
20,12	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	CR P Comb	1ª	Ribeira Brava	8/mar		22,50 /25	
19,92	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	CR s16	2ª	Ribeira Brava	2/mai		rp	16,37 / 15,85
19,82	Isabel Fernandes		11/07/11	s16	AAM-M	OJ	2ª	Ribeira Brava	10/mai		rp	19,74 / 17,56
19,50	Alice M. Jardim		27/10/13	s14	CEE-M	CR s16	4ª	Ribeira Brava	2/mai		rp	
18,60	Carlota V. Fernandes		29/10/10	s18	AJS	CR P Comb	2ª	Ribeira Brava	8/mar		rp	
18,35	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	Atl Completo Nac	7ª	Ponta Delgada	25/abr		rp	
17,30	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	Atl Completo	4ª	Ribeira Brava	7/mar		rp	14,69
16,67	Laura I. Gouveia		09/10/10	s18	AJS	CR P Comb	3ª	Ribeira Brava	8/mar		16,90 /24	16,59
16,50	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	Atl Completo	5ª	Ribeira Brava	7/mar		rp	14,37
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	14,57
14,98	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	31/jan		rp	14,84
14,94	Diana Sousa		15/03/11	s16	AJS	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	15/fev		rp	

Outras Veteranas:

15,42	Lenka Mendonça	CZE	31/12/72	V 50	CAFH	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan			
13,87	Diva Sousa		15/02/69	V 55	ADAM-M	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan			

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

<b>Dardo - 400g</b>											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
27,25	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	CR s16	1ª	Ribeira Brava	2/mai	500g	rp	26,40
21,76	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	OJ 1	2ª	Ribeira Brava	19/abr		rp	14,49
19,50	Alice M. Jardim		27/10/13	s14	CEE-M	CR s16	4ª	Ribeira Brava	2/mai	500g	rp	16,84
16,30	Margarida Teixeira		01/04/14	s14	AJS	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	15/fev		rp	
15,09	Isa Ferreira		03/08/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	15/fev		rp	14,24*
14,40	Rosana Abreu		10/12/13	s14	GDE	OJ 1	4ª	Ribeira Brava	19/abr		rp	
12,85	Maria Inês Silva		05/03/13	s14	AJS	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	15/fev		rp	12,10 / 12,06
12,53	Madalena Silva		03/02/13	s14	ADRAP	CR inv s14/s16	4ª	Ribeira Brava	15/fev		rp	

<b>Triatlo Técnico - Iniciadas</b>											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												

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

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

**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												

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**Heptatlo**

100m barr.(84cm), Altura, Peso (4k), 200m / Comprimento, Dardo (600g), 800m

Recordes Regionais: Abs - 6020 p Sub23 - 4788 p sub20 - 4695 p

Ranking até: Sen: sub20:

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
2 017 p	-0,4	Matilde Freitas		16/01/08	s20	ADRAP	Prova Extra	1ª	C.Lobos/R.Brava	8/mar		rp		
Parciais:		0 . 1,47 . 6,80 . 29"94 (0,2) / 4,28 (-1,5) . 17,76 . 0												

**Heptatlo - Juvenis**

100m barr.(76cm), Altura, Peso (3k), 200m / Comprimento, Dardo (500g), 800m

Recordes Regionais: sub18 - 4440p

Ranking até:

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
2 839 p	0,3	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	CR P Comb	1ª	C.Lobos/R.Brava	8/mar		rp		
Parciais:		16,91 (3,2) . 1,38 . 9,58 . 29"33 (0,2) / 4,46 (-2,4) . 20,12 . 0												
2 643 p	0,5	Carlota V. Fernandes		29/10/10	s18	AJS	CR P Comb	2ª	C.Lobos/R.Brava	8/mar		rp		
Parciais:		18,22 (3,2) . 1,29 . 7,02 . 31"26 (0,2) / 3,83 (-1,7) . 18,60 . 2'45"53												
2 033 p	0,8	Laura I. Gouveia		09/10/10	s18	AJS	CR P Comb	3ª	C.Lobos/R.Brava	8/mar		rp		
Parciais:		19,30 (3,2) . 1,11 . 7,30 . 31"53 (0,2) / 4,02 (-1,1) . 16,67 . 3'25"45												

**Heptatlo - Iniciadas**

80m barr.(76cm), Dardo (500g), Altura / 80m, Comprimento, Peso (3k), 800m

Recordes Regionais: sub16 - 3683p

Ranking até:

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
3 683 p	1,6	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	Atl Completo Nac	4ª	Ponta Delgada	26/abr	RR s16	rp	3572p	
Parciais:		12,62 (2,2) . 1,34 . 18,35 / 10"76 (0,8) . 5,11 (1,9) . 8,22 . 2'52"06												
2 985 p	1,2	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	CR P Comb	2ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar		rp		
Parciais:		14,01 (2,1) . 1,41 . 16,50 / 12"09 (1,5) . 4,42 (-0,1) . 6,76 . 2'52"09												
2 903 p	1,0	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	CR P Comb	3ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar		rp		
Parciais:		14,96 (2,1) . 1,26 . 17,30 / 11"49 (1,5) . 4,52 (-0,5) . 6,65 . 2'47"68												
2 894 p	1,0	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	CR P Comb	4ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar		rp		
Parciais:		14,31 (1,9) . 1,29 . 18,04 / 11"59 (1,5) . 4,32 (-0,5) . 6,96 . 2'55"95												
2 881 p	0,5	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	CR P Comb	5ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar		rp		
Parciais:		14,14 (2,1) . 1,26 . 14,84 / 11"32 (1,5) . 4,79 (-2,0) . 6,00 . 3'02"04												
2 812 p	0,9	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	CR P Comb	6ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar		rp		
Parciais:		14,99 (2,1) . 1,08 . 22,48 / 10"96 (1,5) . 3,73 (-0,9) . 7,00 . 2'44"56												

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

2 251 p	0,2	Vitória Silva	09/01/11	s16	CSM	CR P Comb	7ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar	2914 p /25
		Parciais:	0 . 1,20 . 12,84 / 10"98 (1,5) . 4,02 (-0,9) . 6,06 . 2'45"64							
2 109 p	0,9	Isabel Fernandes	11/07/11	s16	AAM-M	CR P Comb	8ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar	rp
		Parciais:	17,23 (1,9) . 1,20 . 17,56 / 12"15 (1,5) . 3,83 (-0,7) . 6,17 . 3'07"16							

**Pentatlo - Infantis**

Pentatlo Regional: 60m, Peso (2k) / 50m barr.(65cm), Comprimento, 1000m (v.Nacional: 60mb.76)

Recordes Regionais: sub14 - 2.680p

Ranking até:

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
2 680 p	1,3	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	Atl Completo	1ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar	RR s14	rp		2800p (2,3)
		Parciais:	8"53 (2,5) . 6,59 / 8"93 (2,5) . 4,46 (-1,1) . 3'20"73											
1 933 p	0,9	Mariana Faria		26/07/13	s14	AJS	Atl Completo	2ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar		rp		
		Parciais:	8"57 (2,5) . 6,87 / 9"04 (2,5) . 3,61 (-2,4) . 4'30"44											
1 872 p	1,8	Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	Atl Completo	3ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar		rp		
		Parciais:	9"01 (2,5) . 5,99 / 9"72 (2,5) . 3,57 (0,4) . 3'54"72											
1 703 p	1,5	Madalena Silva		03/02/13	s14	ADRAP	Atl Completo	4ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar		rp		
		Parciais:	9"20 (2,5) . 8,05 / 9"82 (2,5) . 3,68 (-0,4) . 4'33"00											
1 579 p	1,3	Francisca Camacho		28/01/14	s14	AJS	Atl Completo	5ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar		rp		
		Parciais:	9"13 (2,5) . 6,88 / 10"21 (2,5) . 3,51 (-1,1) . 4'27"01											
1 541 p	1,7	Mariana Pereira		20/06/13	s14	GDE	Atl Completo	6ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar		rp		
		Parciais:	9"31 (2,5) . 5,76 / 10"69 (2,5) . 3,55 (0,1) . 4'05"13											
1 485 p	0,8	Beatriz Freitas		26/05/14	s14	AJS	Atl Completo	7ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar		rp		
		Parciais:	9"50 (0,8) . 6,60 / 11"36 (0,9) . 3,28 (0,6) . 3'55"49											
1 351 p	0,8	Maria Neto		20/08/14	s14	CSM	Atl Completo	8ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar		rp		
		Parciais:	9"93 (0,8) . 6,03 / 11"71 (0,9) . 3,73 (0,8) . 4'03"05											
1 346 p	1,1	Isa Ferreira		03/08/13	s14	GDE	Atl Completo	9ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar		rp		
		Parciais:	10"40 (0,8) . 5,37 / 10"61 (2,5) . 3,27 (0,0) . 3'51"36											
1 152 p	0,4	Vera Fernandes		04/04/14	s14	AAM-M	Atl Completo	10ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar		rp		
		Parciais:	9"76 (0,8) . 5,95 / 11"77 (0,9) . 3,28 (-0,6) . 4'23"50											

Marcas com Vento Favorável Irregular:

<b>2 800 p</b>	2,3	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	Atl Completo Nac	4ª	Ponta Delgada	26/abr	V.Nacional	rp		
		Parciais:	8"48 (2,1) . 6,77 / 11"35 (2,8) . 4,87 (2,1) . 3'16"54											
<b>1 943 p</b>	2,1	Mariana Faria		26/07/13	s14	AJS	Atl Completo	2ª	C.Lobos / R.Brava	8/mar		rp		
		Parciais:	8"57 (2,5) . 6,87 / 9"04 (2,5) . 3,66 (1,4) . 4'30"44											

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**1 900 p** 2,1 **Juliana Abreu** 02/07/13 s14 AAM-M Atl Completo 3ª C.Lobos / R.Brava 8/mar rp  
 Parciais: 9"01 (2,5) . 5,99 / 9"72 (2,5) . 3,75 (1,2) . 3'54"72

**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	
4 248 p	pc	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	C Portugal pc	2ª	Braga	1/mar		4291 p pc/25	4232p / 4169p		
		Parciais: 8,28 . 1,66 . 13,60 . 5,90 . 2 22,52													

**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
34,09	Jardim da Serra		01/01/13	s14	AJS	OJ 1	1ª	Ribeira Brava	19/abr		33,93 /23	
Constituição:		Bianca Santos 13, Mariana Faria 13, Beatriz Freitas 14, Francisca Camacho 14										
35,43	Estreito		01/01/13	s14	GDE	CR Estafetas	1ª	Ribeira Brava	11/abr		rp	
Constituição:		Mariana Pereira 13, Yasmin Ferreira 14, Ana Gonçalves 13, Diana Camacho 13										
35,71	Jardim da Serra		01/01/13	s14	AJS	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	14/fev		33,93 /23	
Constituição:		Mariana Faria 13, Carolina S. Pereira 13, Beatriz Freitas 14, Francisca Camacho 14										
35,79	Jardim da Serra		01/01/13	s14	AJS	CR Estafetas	2ª	Ribeira Brava	11/abr		33,93 /23	
Constituição:		Bianca Santos 13, Mariana Faria 13, Carolina S. Pereira 13, Francisca Camacho 14										
35,98	Ass. Alegria Madeira		01/01/13	s14	AAM-M	CR Estafetas	3ª	Ribeira Brava	11/abr		rp	36,30
Constituição:		Cristiana Camacho 14, Vera Fernandes 14, Fabiana Camacho 14, Juliana Abreu 13										
36,39	CE Estreito		01/01/13	s14	CEE-M	OJ 1	3ª	Ribeira Brava	19/abr		rp	
Constituição:		Stephanie Jardim 13, Carolina Fernandes 13, Luana Sousa 13, Alice Jardim 13										
36,40	CE Estreito		01/01/13	s14	CEE-M	CR Estafetas	4ª	Ribeira Brava	11/abr		rp	
Constituição:		Alice Jardim 13, Carolina Fernandes 13, Stephanie Jardim 13, Alice M. Jardim 13										
36,93	Estreito		01/01/13	s14	GDE	OJ 1	4ª	Ribeira Brava	19/abr		35,82 /15	
Constituição:		Yasmin Ferreira 14, Isa Ferreira 13, Ana Gonçalves 13, Mariana Pereira 13										
37,49	Jardim da Serra		01/01/13	s14	AJS	CR Estafetas	5ª	Ribeira Brava	11/abr		33,93 /23	
Constituição:		Maria Inês Silva 13, Beatriz Freitas 14, Margarida Teixeira 14, Melissa Rocha 14										
38,41	Estreito		01/01/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	14/fev		35,82 /15	
Constituição:		Mariana Pereira 13, Yasmin Ferreira 14, Isa Ferreira 13, Kelly Brito 13										

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

38,47 Marítimo 01/01/14 s14 CSM CR Estafetas 6ª Ribeira Brava 11/abr 34,88 /12  
 Constituição: Laura Luís 14, Mariana Rodrigues 14, Madalena Forte 15, Maria Neto 14

**4 x 80 m**

Iniciados

Recordes Regionais: sub16 - 40,58

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
41,76	Jardim da Serra		01/01/11	s16	AJS	OJ	1ª	Ribeira Brava	19/abr		rp	
Constituição: Diana Sousa 11, Glória Fernandes 11, Sofia L. Henriques 12, Vitória Molina 11												
43,31	Jardim da Serra		01/01/11	s16	AJS	CR inv s14/s16	1ª	Ribeira Brava	14/fev		41,79 /25	
Constituição: Vitória Molina 11, Sofia L. Henriques 11, Madalena Bernardo 12, Diana Sousa 11												
43,78	Estreito		01/01/11	s16	GDE	CR Estafetas	1ª	Ribeira Brava	11/abr		42,63 /17	
Constituição: Eva C. Ferreira 11, Juliana Rosário 12, Oriana Omelas 12, Carlota Matos 11												
44,22	Marítimo		01/01/11	s16	CSM	OJ	2ª	Ribeira Brava	19/abr		43,06 /25	
Constituição: Mª Antónia Neves 11, Beatriz S. Pereira 12, Madalena Neto 11, Vitória Silva 11												
44,58	Estreito		01/01/11	s16	GDE	OJ	3ª	Ribeira Brava	19/abr		42,63 /17	
Constituição: Eva C. Ferreira 11, Oriana Omelas 12, Juliana Rosário 12, Clara Pereira 12												
44,86	Marítimo		01/01/11	s16	CSM	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	14/fev		43,06 /25	
Constituição: Isabel Freitas 11, Carolina Forte 12, Beatriz S. Pereira 12, Vitória Silva 11												
44,92	Jardim da Serra		01/01/12	s16	AJS	CR Estafetas	1ª s	Ribeira Brava	11/abr		41,79 /25	
Constituição: Bianca Santos 13, Carolina S. Pereira 13, Maria Inês Gomes 12, Francisca Camacho 14												
45,16	Marítimo		01/01/11	s16	CSM	CR Estafetas	2ª s	Ribeira Brava	11/abr		43,06 /25	
Constituição: Carolina Forte 12, Madalena Neto 11, Beatriz S. Pereira 12, Vitória Silva 11												
46,23	Estreito		01/01/11	s16	GDE	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	14/fev		42,63 /17	
Constituição: Oriana Omelas 12, Juliana Rosário 12, Inês Pereira 11, Luana Freitas 12												
47,02	Estreito		01/01/11	s16	GDE	CR Estafetas	2ª s	Ribeira Brava	11/abr		42,63 /17	
Constituição: Inês Pereira 11, Luana Freitas 12, Clara Pereira 12, Maisa Cardoso 11												
47,06	A Alegria Madeira		01/01/11	s16	AAM-M	CR Estafetas	3ª s	Ribeira Brava	11/abr		rp	
Constituição: Isabel Fernandes 11, Cristiana Camacho 14, Juliana Abreu 13, Leonor Martins 11												
47,60	CE Estreito		01/01/12	s16	CEE-M	OJ	4ª	Ribeira Brava	19/abr		rp	
Constituição: Vitória Pereira 12, Laura S. Silva 12, Francisca Gonçalves 12, Laura Santos 12												
48,22	A Alegria Madeira		01/01/11	s16	AAM-M	CR Estafetas	3ª s	Ribeira Brava	11/abr		rp	
Constituição: Fabiana Camacho 14, Leonor A. Batista 11, Sara Mendes 12, Vera Fernandes 14												

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

48,60 CE Estreito - sub14 01/01/13 s14 CEE-M CR Estafetas 4ª s Ribeira Brava 11/abr rp /  
 Constituição: Alice Jardim 13, Carolina Fernandes 13, Stephanie Jardim 13, Alice M. Jardim 13

**4 x 100 m**

Recordes Regionais: Abs - 47,09 Sub23 - 48,50 sub20 - 49,05 sub18 - 49,72

Ranking até: Sen: 53,00 sub20: 54,00 sub18: 55,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
54,69	Jardim da Serra - sub16		01/01/11	s16	AJS	CR Estafetas	1ª	Ribeira Brava	11/abr		52,75 /06	
Constituição: Diana Sousa 11, Sofia L. Henriques 12, Maria Inês Gomes 12, Vitória Molina 11												
56,32	Estreito - sub16		01/01/11	s16	GDE	CR Estafetas	2ª	Ribeira Brava	11/abr		rp /	
Constituição: Juliana Rosário 12, Oriana Omelas 12, Viviana Silva 11, Carlota Matos 11												
56,45	Marítimo - sub16		01/01/11	s16	CSM	CR Estafetas	3ª	Ribeira Brava	11/abr		rp /	
Constituição: Carolina Forte 12, Madalena Neto 11, Beatriz S. Pereira 12, Vitória Silva 11												

**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
3 46,37	pc Jardim da Serra		01/01/99	Sen	AJS	CN 1ª div pc	2ª	Braga	15/fev	RR Abs pc	rp	
Constituição: Catarina Karas 00, Maria Avelino 05, Bárbara Medeiros 01, Mariana Bento 01												
4 00,22	pc Marítimo - sub23		01/01/05	s23	CSM	C Portugal pc	3ª	Braga	1/mar		rp	
Constituição: Lwena Cardoso 05, Mariana Tavares 04, Diana A. Sousa 05, Débora Martins 08												
4 08,79	pc Água de Pena		01/01/95	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	5ª	Braga	15/fev		3 59,52	pc/20
Constituição: Catarina F Vieira 06, Carolina Hlytsevyh 05, Ana Teixeira 01, Sarah Peerik 02												
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 14,48	pc Estreito		01/01/97	Sen	GDE	CN 1ª div pc	8ª	Braga	15/fev		3 52,50	/08
Constituição: Patrícia Rodrigues 99, Filipa Ferreira 04, Catarina Queirós 98, Solange Nunes 06												
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												

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**Equipas Veteranas:**

5 03,24	Água de Pena - Vet	22/10/90	V 35	ADRAP	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev	
Constituição:		Cláudia Rodrigues 89, Vanessa Furtado 89, Carla Macedo 90, Ekaterina Zubareva 82							
5 21,85	CAFH - Vet	21/12/87	V 35	CAFH	CR Vet inv	2ª	Ribeira Brava	1/fev	
Constituição:		Sandra Góis 80, Bárbara Correia 83, Graciela Olival 84, Catarina Dinis 87							
5 30,57	Atlético - Vet	30/11/90	V 35	ADAM-M	CR Vet inv	3ª	Ribeira Brava	1/fev	
Constituição:		Vanessa Serrão 83, Diva Sousa 69, Marlene Gomez 90, Patrícia Camacho 74							
6 31,92	CAFH - Vet	17/05/80	V 45	CAFH	CR Vet inv	4ª	Ribeira Brava	1/fev	
Constituição:		Lenka Mendonça 72, Carla Neves 79, Teresa M. Sousa 61, Ana Gouveia 80							

**Marcas em pista coberta:**

3 46,37	pc	Jardim da Serra	01/01/99	Sen	AJS	CN 1ª div pc	2ª	Braga	15/fev	RR Abs pc
Constituição:		Catarina Karas 00, Maria Avelino 05, Bárbara Medeiros 01, Mariana Bento 01								
4 00,22	pc	Marítimo - sub23	01/01/05	s23	CSM	C Portugal pc	3ª	Braga	1/mar	
Constituição:		Lwena Cardoso 05, Mariana Tavares 04, Diana A. Sousa 05, Débora Martins 08								
4 08,79	pc	Água de Pena	01/01/95	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	5ª	Braga	15/fev	
Constituição:		Catarina F Vieira 06, Carolina Hlytsevych 05, Ana Teixeira 01, Sarah Peerik 02								
4 14,48	pc	Estreito	01/01/97	Sen	GDE	CN 1ª div pc	8ª	Braga	15/fev	
Constituição:		Patrícia Rodrigues 99, Filipa Ferreira 04, Catarina Queirós 98, Solange Nunes 06								

**Estafeta Sueca (Medley)**

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

Recordes Regionais: Abs - 2 19,31    Sub23 - 2 22,46    sub20 - 2 22,46    sub18 - 2 23,91    sub16 - 2 39,96

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2 52,0	m	Jardim da Serra	01/01/93	Sen	AJS	CR Estafetas	1ª	Ribeira Brava	11/abr		2 25,89	/16
Constituição:		Catarina Femandes 05, Sara Femandes 07, Joana Soares 93, Filipa Jesus 03										

**RANKINGS 2026**

**Femininos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 10/maio**

**4 x 200 m**

Recordes Regionais: Abs - / pc - 1 45,05    Sub23 - / pc - 1 45,05    sub20 - / pc - 1 50,75    sub18 - 1 52,95 / 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	RR s18	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												

**4 x 1.500 m**

Recordes Regionais: Abs - 19 47,87    Sub23 - 21 57,49    sub20 - 21 57,49    sub18 - 23 55,64

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
21 40,38	Estreito			Sen	GDE	CR Estafetas	1ª	Ribeira Brava	11/abr		19 47,87	/18
Constituição: Leonor Rodrigues 08, Ana Santos 07, Jéssica Gouveia 86, Solange Nunes 06												
21 47,10	Jardim da Serra			Sen	AJS	CR Estafetas	2ª	Ribeira Brava	11/abr		20 56,19	/21
Constituição: Filipa Jesus 03, Núria Neves 10, Andreia Freitas 83, Joana Soares 93												
22 00,50	CE Estreito			Sen	CEE-M	CR Estafetas	3ª	Ribeira Brava	11/abr		20 56,19	/21
Constituição: Diana C. Sousa 93, Sara Rodrigues 93, Fabiana Gonçalves 86, Laureen Teixeira 95												
24 36,94	Mc Donald's			Sen	MCDON	CR Estafetas	4ª	Ribeira Brava	11/abr		20 56,19	/21
Constituição: Carina Teles 92, Micaela Oliveira 82, Sofia Calafatinho 81, Sandra Goulart 79												
27 16,78	Mc Donald's			Sen	MCDON	CR Estafetas	5ª	Ribeira Brava	11/abr		20 56,19	/21
Constituição: Belinda Rodrigues 79, Guida Campos 62, Sofia F. Silva 80, Andreia Neves 93												