

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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 /	8,42 / 8,50	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	8,82 / 9,04	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									
8,87	-1,9	Inês Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR s14	2ª	Ribeira Brava	4/jul		rp	8,91 / 9,07	8,79 (2,5)								
8,88	-1,6	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Prova Extra	5ª	Ribeira Brava	31/jan		8,81 /25										
8,89	-1,9	Leonor Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR s14	3ª	Ribeira Brava	4/jul		rp	8,96 / 8,97	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									
9,09	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 8/julho

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	
9,22	-2,8	Francisca Camacho	28/01/14	s14	AJS	CR s14	2ª e	Ribeira Brava	4/jul	rp	9,27	9,03 (4,3)
9,27	-1,9	Alice Jardim	14/06/13	s14	CEE-M	CR s14	6ª	Ribeira Brava	4/jul	rp /	9,42 / 9,51	9,06 (4,4)
9,30	0,9	Maria Teixeira	19/03/14	s14	ADRAP	OJ	2ª e	Câmara de Lobos	9/mai	rp	9,55 / 9,58	
9,38	-1,9	Fabiana Camacho	21/07/14	s14	AAM-M	CR s14	7ª	Ribeira Brava	4/jul	9,36 /25	9,43 / 9,44	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 /	9,48 / 9,51	9,31 (2,5)
9,50	0,8	Beatriz Freitas	26/05/14	s14	AJS	Atl Completo	1ª s	Ribeira Brava	7/mar	rp	9,54 / 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			

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

9,20	2,5	Madalena Silva	03/02/13	s14	ADRAP	Atl Completo	5ª s	Ribeira Brava	7/mar
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	10,65 / 10,76	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	10,51 (3,7)
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				
10,51	3,7	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	CN s16	6ª e	Seixal	6/jun				
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				

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

11,64 3,4 Maria Inês Gomes 18/05/12 s16 AJS OJ 3ª e Câmara de Lobos 9/mai

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: 14,50 sub18: 14,50

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
11,73	1,0	Patrícia Rodrigues		24/02/99	Sen	GDE	CN 1ª div	3ª	Coimbra	27/jun		11,72 /24	11,77 / 11,80	11,68 (4,2)
11,93	1,0	Catarina Karas		23/05/00	Sen	AJS	CN 1ª div	5ª	Coimbra	27/jun		rp	11,94 / 12,02	
12,16	-0,1	Elena Muller	ESP	28/08/02	Sen	CSM	CN 2ª div	1ª	Coimbra	27/jun		rp		
12,21	0,2	Mariana Tavares		23/11/04	s23	CSM	CN Universitários	4ª	Braga	23/mai		12,01 /25	12,21 / 12,24	
12,29	-0,1	Carla Gama		24/11/90	V 35	ADRAP	CN 2ª div	3ª	Coimbra	27/jun		11,96 /24	12,34 / 12,36	12,01 (3,4)
12,94	-4,1	Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	CR s20	1ª	Ribeira Brava	20/jun		12,80 /25	13,02 / 13,09	12,38 (5,3)
12,95	-0,8	Glória Fernandes		01/05/11	s16	AJS	CR s18	1ª	Ribeira Brava	13/jun		12,82 /25	14,45	
13,10	-0,8	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	CR s18	2ª	Ribeira Brava	13/jun		rp /	13,43 / 13,61	
13,14	-0,8	Inês Vieira		07/02/03	Sen	CSM	NQ	1ª e	Leça Palmeira	3/jun		12,83 /25	13,19 / 13,19	
13,31	-0,9	Ana Teixeira		25/06/01	Sen	ADRAP	I Noite Atlética	6ª	Braga	27/mai		12,99 /25	13,35	
13,76	-2,8	Alexandra Silva		11/09/01	Sen	CSM	Prova extra	1ª	Ribeira Brava	23/mai		13,13 /24		
13,87	-0,8	Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	CR s18	3ª	Ribeira Brava	13/jun		13,73 /25	13,95 / 14,26	
13,99	-4,1	Ana Beatriz Pereira		03/10/07	s20	ADRAP	CR s20	2ª	Ribeira Brava	20/jun		13,72 /24		
14,04	-4,1	Sara Fernandes		28/02/07	s20	AJS	CR s20	3ª	Ribeira Brava	20/jun		13,46 /25		
14,35	-2,3	Myla Woodroffe	FRA	01/07/09	s18	CSM	OJ	1ª	Ribeira Brava	25/abr		rp /		13,77 (5,3)

Marcas com Vento Favorável Irregular:

11,68	4,2	Patrícia Rodrigues		24/02/99	Sen	GDE	Meet Albufeira	1ª	Albufeira	3/mai				
12,01	3,4	Carla Gama		24/11/90	V 35	ADRAP	Prova Extra	1ª s	Lisboa (MP)	4/jul				
12,38	5,3	Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	CR Absolutos	1ª	Ribeira Brava	6/jun				
12,64	2,1	Ana Rita Silva		20/12/00	Sen	AJS	Meet Albufeira	3ª e	Albufeira	3/mai				
13,26	5,3	Sara Fernandes		28/02/07	s20	AJS	CR Absolutos	2ª	Ribeira Brava	6/jun				
13,28	5,3	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	CR Absolutos	3ª	Ribeira Brava	6/jun				
13,29	5,3	Catarina Matos		17/10/09	s18	GDE	CR Absolutos	4ª	Ribeira Brava	6/jun				
13,67	5,3	Cediane Silva	CPV	10/07/08	s20	ADRAP	CR Absolutos	5ª	Ribeira Brava	6/jun				
13,77	5,3	Myla Woodroffe	FRA	01/07/09	s18	CSM	CR Absolutos	6ª	Ribeira Brava	6/jun				

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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 /	20,68	
21,67	-1,4	Mariana Faria		26/07/13	s14	AJS	OJ	1ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	22,10 / 22,76	
21,75	-1,2	Leonor Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	15/fev		rp	21,99	
21,83	-2,9	Bianca Santos		20/03/13	s14	AJS	Troféu Fasquias	1ª	Ribeira Brava	23/mai		rp	22,73	
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	23,90	
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 / 23,19	
23,01	-3,9	Francisca Camacho		28/01/14	s14	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	7/jun		rp /	23,13 / 23,13	
23,07	-0,8	Mariana Pereira		20/06/13	s14	GDE	CR inv s14/s16	1ª s	Ribeira Brava	15/fev		rp /		
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	
23,66	-1,4	Yasmin Ferreira		12/04/14	s14	GDE	OJ	4ª s	Ribeira Brava	25/abr		rp /	23,66	
23,93	-1,4	Laura Luís		04/03/14	s14	CSM	OJ	5ª s	Ribeira Brava	25/abr		rp /		

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: 30,00

sub18: 30,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
25,34	1,6	Carla Gama		24/11/90	V 35	ADRAP	Prova Extra	1ª s	Lisboa (MP)	5/jul		24,77 /21	25,86	
25,61	0,8	Mariana Tavares		23/11/04	s23	CSM	Meet Albufeira	1ª s	Albufeira	3/mai		25,38 /24	26,20	
25,86	-2,5	Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	CR s20	1ª	Ribeira Brava	21/jun		rp	25,92 / 26,23	
26,19	0,3	Bárbara Medeiros		04/09/01	Sen	AJS	NQ	1ª s	Leça Palmeira	3/jun		25,08 /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	25,97 (2,3)
26,98	-2,0	Glória Fernandes		01/05/11	s16	AJS	CR s18	1ª	Ribeira Brava	14/jun		rp		
27,18	1,0	Inês Vieira		07/02/03	Sen	CSM	NQ	1ª s	Leça Palmeira	3/jun		rp	27,76pc	
27,18	-2,0	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	CR s18	2ª	Ribeira Brava	14/jun		rp /	28,56	
27,19	1,0	Carlota Gomes		03/02/06	s23	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	27,30	

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

27,47	-1,7	Matilde Marujo		27/02/10	s18	GDE	CR Abs inv	4ª	Ribeira Brava	1/fev	26,38 /25	27,83 / 27,95
27,55	-2,0	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	CR s18	3ª	Ribeira Brava	14/jun	rp /	
28,29	1,0	Sara Fernandes		28/02/07	s20	AJS	CR inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	11/jan	28,13 /25	
28,49	-2,5	Catarina Matos		17/10/09	s18	GDE	CR s20	3ª	Ribeira Brava	21/jun	27,77 /24	
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
28,67	-2,9	Laura Perez		08/05/07	s20	AJS	CR Absolutos	2ª	Ribeira Brava	7/jun	27,32 /25	
29,06	-2,0	Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	CR s18	4ª	Ribeira Brava	14/jun	28,59 /25	
29,11	-2,5	Ana Vieira		13/01/05	s23	CSM	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	21/jun	28,49 /23	
29,19	-2,5	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	CR s20	4ª	Ribeira Brava	21/jun	rp	29,33
29,94	0,2	Matilde Freitas		16/01/08	s20	ADRAP	Atl Completo	1ª	Ribeira Brava	7/mar	rp /	31,07
30,12	-1,7	Cediane Silva	CPV	10/07/08	s20	ADRAP	CR Abs inv	5ª	Ribeira Brava	1/fev	rp	
30,81	-2,5	Sara França		22/05/10	s18	GDE	CR s20	5ª	Ribeira Brava	21/jun	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:

24,56	2,2	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	T.Ibérico P.Comb.	2ª	Lisboa (U)	22/jun		
24,65	2,3	Catarina Karas		23/05/00	Sen	AJS	CN 1ª div	4ª	Coimbra	28/jun		
24,78	2,2	Elena Muller	ESP	28/08/02	Sen	CSM	CN 2ª div	2ª	Coimbra	28/jun		
24,79	2,3	Patrícia Rodrigues		24/02/99	Sen	GDE	Taça Portugal	4ª	Vagos	13/jun		
25,16	2,2	Carla Gama		24/11/90	V 35	ADRAP	CN 2ª div	3ª	Coimbra	28/jun		
25,97	2,3	Constança Alves		16/03/08	s20	AJS	Taça Portugal	7ª	Vagos	13/jun		
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 8/julho

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	
42,97	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	OJ Nac	6ª	Albufeira	31/mai		rp	44,11 / 44,23
43,22	pc Matilde Marujo		27/02/10	s18	GDE	CN s18 pc	16ª	Braga	7/fev		41,62 /25	
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 8/julho

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
54,81	Daniela Fra	ESP	29/02/00	Sen	GDE	CN 1ª div	2ª	Coimbra	27/jun		53,58 /25	
56,58	Constança Alves		16/03/08	s20	AJS	Meet Salamanca	3ª s	Salamanca /ESP	6/jun		55,77 /25	56,66 / 56,84
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	
57,84	Paula de Juan	ESP	06/08/99	Sen	ADRAP	CN 2ª div	3ª	Coimbra	27/jun		rp	
57,96	Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	CR s20	2ª	Ribeira Brava	20/jun		rp	58,16 / 58,17
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	
62,28	Laura Perez		08/05/07	s20	AJS	CN Universitários	1ª s	Braga	23/mar		59,86 /25	62,75 / 63,29
62,48	Carolina Hrytsevych		10/05/05	s23	ADRAP	CN Universitário	3ª s	Lisboa (CAR)	14/mar		rp /	
63,25	Catarina Matos		17/10/09	s18	GDE	CR s18	1ª	Ribeira Brava	13/jun		rp	
64,36	Ana Vieira		13/01/05	s23	CSM	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	13/jun		63,91 /23	65,38 / 65,53
65,02	Núria Neves		10/12/10	s18	AJS	OJ	1ª	Ribeira Brava	10/mar		rp /	
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 8/julho

600 m

Recordes Regionais:

sub14 - 1 43,76

Ranking até: 2 15,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 43,76	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	CR s14	1ª	Ribeira Brava	4/jul	RR s14	rp	1 46,96
1 55,86	Benedita Figueiredo		31/03/13	s14	ADRAP	OJ	1ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	1 58,51 / 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 00,59	Alice Jardim		14/06/13	s14	CEE-M	CR s14	2ª	Ribeira Brava	4/jul		rp /	2 03,80 / 2 11,69
2 00,72	Beatriz Freitas		26/05/14	s14	AJS	CR s14	3ª	Ribeira Brava	4/jul		rp	2 01,17 / 2 14,99
2 00,95	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	21/jun		rp	
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 13,10	Mariana Rodrigues		08/05/14	s14	CSM	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	21/jun		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 15,89
2 13,51	Mariana Pereira		20/06/13	s14	GDE	OJ	6ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp /	
2 13,58	Francisca Camacho		28/01/14	s14	AJS	Troféu Fasquias	3ª	Ribeira Brava	23/mai		rp /	

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 03,35	Maria Avelino		12/12/05	s23	AJS	Meet Maia	1ª	Maia	4/jul		rp	2 04,34 / 2 06,42i
2 07,13	Maria Artiaga	ESP	04/09/03	Sen	GDE	CN 1ª div	1ª	Coimbra	28/jun		rp /	
2 09,15	pc Sarah Peerik	NED	22/12/02	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	1ª	Braga	15/fev		? /?	2 10,22 / 2 10,90
2 13,73	pc Diana A. Sousa		05/05/05	s23	CSM	C Portugal pc	5ª	Braga	1/mar		rp	2 13,87 / 2 14,86
2 14,27	Margarida E. Silva		02/04/00	Sen	AJS	Meet Trabalhador	1ª	Lisboa (I)	1/mai		2 08,85 /21	
2 16,79	Sara Inácio		27/09/95	Sen	AJS	Meet V. Tavares	2ª	Faro	16/mai		2 11,95 /24	
2 21,15	Solange Nunes		16/05/06	s23	GDE	CR Abs inv	1ª	Ribeira Brava	1/fev		rp	2 26,36
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 23,09	Alexandra Oliveira		18/10/93	Sen	CSM	Meet F. Alves	2ª	Marinha Grande	9/mai		2 21,52 /24	
2 23,35	Margarida França		14/08/09	s18	GDE	OJ Nac	6ª	Albufeira	30/mai		rp	2 27,27 / 2 28,72

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

2 23,38		Carlota Matos	25/12/11	s16	GDE	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	21/jun	rp	2 26,27 / 2 31,27
2 25,18		Carolina Hrytsevych	10/05/05	s23	ADRAP	Meet Beja	1ª	Beja	8/jul	2 14,81 /24	
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 30,77		Diana Camacho	22/01/13	s14	GDE	CR s16	1ª	Ribeira Brava	3/mai	RR s14	2 37,44
2 32,40		Catarina Matos	17/10/09	s18	GDE	CR s18	2ª	Ribeira Brava	14/jun	2 24,21 pc/25	2 32,42 / 2 37,32
2 34,47		Núria Neves	10/12/10	s18	AJS	CR inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	11/jan	2 33,38 /25	2 34,82 / 2 35,30
2 35,18		Filipa Jesus	18/03/03	Sen	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	8/fev	rp /	2 38,42
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 38,65		Beatriz S. Pereira	10/05/12	s16	CSM	CR s18	3ª	Ribeira Brava	14/jun	rp	2 44,09 / 2 47,68
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 47,47 / 2 50,41
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 46,16		Ana Santos	15/06/07	s20	GDE	CR s20	2ª	Ribeira Brava	21/jun	2 32,45 /24	
2 46,70		Juliana Nóbrega	10/06/11	s16	GDE	OJ	3ª	Câmara de Lobos	9/mai	rp /	2 56,54
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 49,90		Maria Antónia Neves	11/01/11	s16	CSM	CR s18	4ª	Ribeira Brava	14/jun	rp /	2 55,73
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 55,95		Madalena Bernardo	13/03/12	s16	AJS	Atl Completo	6ª	Ribeira Brava	8/mar	rp	3 00,40
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 02,17
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	Maria 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		

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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

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 42,59	Benedita Figueiredo		31/03/13	s14	ADRAP	CR s14	1ª	Ribeira Brava	5/jul		3 35,65 /25	3 45,71 / 3 45,95
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 48,42 / 3 55,49
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 /	

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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 14,10	Carina S.F. Rodrigues	16/11/13	s14	AAM-M	CR s14	3ª	Ribeira Brava	5/jul	rp	/	
4 14,36	Alice Freitas	04/11/16	s12	AJS	Km Jovem	5ª	Ribeira Brava	28/fev	rp	/	

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 43,17
4 33,71	Margarida E. Silva		02/04/00	Sen	AJS	Meet Liberdade Lx	1ª	Lisboa (I)	25/abr		4 26,00 /21	4 46,14
4 35,71	Diana Fernandes		11/09/04	s23	GDE	Noite Atlética	2ª	Braga	17/jun		rp	4 40,97
4 36,20	Sara Inácio		27/09/95	Sen	AJS	Prova extra	1ª	Faro	13/jun		4 27,36 /24	4 39,78
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 42,88	Maria Artiaga	ESP	04/09/03	Sen	GDE	CN 1ª div	1ª	Coimbra	27/jun		? /?	
4 47,86	Carolina Hrytsevych		10/05/05	s23	ADRAP	Prova extra	4ª	VRSA	17/jan		4 45,91 /25	4 52,76i
4 48,84	Sara Baptista		23/05/95	Sen	CSM	CMACS	2ª	Seixal	18/jun		4 36,22 /23	4 52,17
4 56,09	Margarida França		14/08/09	s18	GDE	CR s20	1ª	Ribeira Brava	20/jun		rp	4 59,07pc / 5 04,54
4 59,30	Rita Teixeira		20/07/05	s23	CSM	CMACS	3ª	Seixal	18/jun		4 44,47 /23	
4 59,40	Sarah Peerik	NED	22/12/02	Sen	ADRAP	CN 2ª div	1ª	Coimbra	27/jun		? /?	
5 00,27	Leonor Rodrigues		05/01/08	s20	GDE	CR s20	2ª	Ribeira Brava	20/jun		rp	/
5 06,11	Carlota Matos		25/12/11	s16	GDE	CR s18	1ª	Ribeira Brava	13/jun		rp	5 28,37 / 5 40,51
5 16,19	Núria Neves		10/12/10	s18	AJS	CR s20	3ª	Ribeira Brava	20/jun		rp	5 17,48 / 5 17,69
5 18,16	Filipa Jesus		18/03/03	Sen	AJS	CR Abs inv	3ª	Ribeira Brava	31/jan		rp	5 18,29
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 31,70	Juliana Nóbrega		10/06/11	s16	GDE	OJ Nac	14ª	Albufeira	30/mai		rp /	5 55,89 / 5 56,13
5 35,27	Ana Vieira		13/01/05	s23	CSM	CR Abs inv	5ª	Ribeira Brava	31/jan		rp /	5 39,13
5 37,98	Bárbara Correia		12/11/83	V 40	CAFH	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan		5 29,77 /19	5 53,68
5 43,62	Dana Honzáková	CZE	05/02/90	V 35	ADRAP	CR Vet inv	2ª	Ribeira Brava	31/jan		rp /	
6 03,72	Carlota V. Fernandes		29/10/10	s18	AJS	CR s18	3ª	Ribeira Brava	13/jun		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 /	

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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		

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	/

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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 54,72	Diana Fernandes		11/09/04	s23	GDE	CN 1ª div	5ª	Coimbra	28/jun		9 52,47 /25	10 02,26
9 57,35	Joana Soares		08/09/93	Sen	AJS	CN 1ª div	6ª	Coimbra	28/jun		9 15,05 /20	
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 14,18 / 10 34,06
10 10,45	Margarida E. Silva		02/04/00	Sen	AJS	Taça Portugal	5ª	Vagos	13/jun		9 54,49 pc/22	
10 17,38	Sara Baptista		23/05/95	Sen	CSM	Prova Extra	2ª	Lisboa (CAR)	21/fev		10 00,20 /25	10 26,87 / 10 33,03
10 21,17	Alexandra Oliveira		18/10/93	Sen	CSM	Meet Évora	3ª	Evora	4/jun		10 07,65 /25	10 39,11
10 35,36	Carolina Hrytsevych		10/05/05	s23	ADRAP	Prova Extra	2ª	Odemira	31/jan		rp	
10 38,18	Leonor Rodrigues		05/01/08	s20	GDE	CR s20	1ª	Ribeira Brava	21/jun		rp /	
10 54,90	Margarida França		14/08/09	s18	GDE	CR s20	2ª	Ribeira Brava	21/jun		10 43,97 pc/25	10 58,22i / 11 09,97
11 18,82	Adília Fernandes		11/07/89	V 35	AJS	CR Abs inv	3ª	Ribeira Brava	1/fev		10 46,28 /20	11 59,49
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 05,38	Aleksandra Tentser	RUS	01/06/90	V 35	ADRAP	CR Absolutos	2ª	Ribeira Brava	7/jun		rp /	
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 42,25
13 14,34	Sara R. Fernandes		27/10/10	s18	AJS	CR s20	3ª	Ribeira Brava	21/jun		rp /	13 21,76 / 13 26,5

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			

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

5.000 m

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

Ranking até: Sen: sub20:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
18 01,76	Diana Fernandes		11/09/04	s23	GDE	CN 1ª div	4ª	Coimbra	27/jun		16 58,20	/25
18 39,75	Alexandra Oliveira		18/10/93	Sen	CSM	CN 1ª div	2ª	Coimbra	27/jun		18 07,44	/24
20 37,35	Adília Fernandes		11/07/89	V 35	AJS	CR 5000m	1ª	Ribeira Brava	23/mai		18 42,17	/19
21 19,12	Aleksandra Tentser	RUS	01/06/90	V 35	ADRAP	CR 5000m	2ª	Ribeira Brava	23/mai		?	/
22 30,02	Andreia Freitas		02/04/83	V 40	AJS	CR 5000m	3ª	Ribeira Brava	23/mai		rp	

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 (l)	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 Honzáková	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	/
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

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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
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	

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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	IND-M	C. Portugal	4ª	Funchal	17/jan	chip: 4 28'01	rp	/

Notas:

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

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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:

8,93	2,5	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	Atl Completo	1ª	Ribeira Brava	8/mar				
9,04	2,5	Mariana Faria		26/07/13	s14	AJS	Atl Completo	2ª	Ribeira Brava	8/mar				
9,72	2,5	Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	Atl Completo	3ª	Ribeira Brava	8/mar				
9,82	2,5	Madalena Silva		03/02/13	s14	ADRAP	Atl Completo	4ª	Ribeira Brava	8/mar				
10,21	2,5	Francisca Camacho		28/01/14	s14	AJS	Atl Completo	5ª	Ribeira Brava	8/mar				
10,61	2,5	Isa Ferreira		03/08/13	s14	GDE	Atl Completo	6ª	Ribeira Brava	8/mar				
10,69	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
10,86	-1,5	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	CR s14	1ª	Ribeira Brava	5/jul		rp /	11,56	
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 / 11,89	
11,70	-1,6	Bianca Santos		20/03/13	s14	AJS	OJ	1ª	Ribeira Brava	23/mai		rp /	11,71 / 11,82	
11,75	-1,5	Inês Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR s14	3ª	Ribeira Brava	5/jul		rp /	11,94 / 11,98	
12,12	-1,0	Maria Neto		20/08/14	s14	CSM	OJ	4ª	Ribeira Brava	26/abr		rp /	12,38 / 12,45	
12,32	-1,0	Stephanie Jardim		19/09/13	s14	CEE-M	OJ	6ª	Ribeira Brava	26/abr		rp /	12,42 / 12,64	
13,20	-1,0	Carolina Fernandes		02/01/13	s14	CEE-M	OJ	7ª	Ribeira Brava	26/abr		rp /	13,35	

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

13,23	-1,0	Alice Jardim	14/06/13	s14	CEE-M	OJ	8ª	Ribeira Brava	26/abr	rp /	13,31
Marcas com Vento Favorável Irregular:											
11,35	2,8	Diana Camacho	22/01/13	s14	GDE	Atl Completo Nac	13ª	Ponta Delgada	26/abr		

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 8/julho

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 / 13,76	
13,81	-1,5	Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	OJ	1ª	Ribeira Brava	10/mai		13,14 /25	13,82 / 14,10	
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 8/julho

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
16,88	-0,6	Vitória Silva		09/01/11	s16	CSM	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	21/jun		16,57 /25		
16,93	0,4	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	CR s18	1ª	Ribeira Brava	14/jun		rp /		
16,96	0,4	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	CR s18	2ª	Ribeira Brava	14/jun		rp /		
17,68	-0,6	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	21/jun		rp /	18,39	
18,35	-1,3	Laura I. Gouveia		09/10/10	s18	AJS	OJ	1ª	Ribeira Brava	10/mai		rp		
20,18	0,4	Jaqueline Pita		10/03/11	s16	ADNPS	CR s18	4ª	Ribeira Brava	14/jun		rp /		
20,36	0,4	Leonor Martins		29/07/11	s16	AAM-M	CR s18	5ª	Ribeira Brava	14/jun		rp /		

Marcas com Vento Favorável Irregular:

16,55	2,2	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	OJ Nac	11ª	Albufeira	31/mai				
18,22	3,2	Carlota V. Fernandes		29/10/10	s18	AJS	Atl Completo	2ª	Ribeira Brava	7/mar				

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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
13,54	-0,1	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	T.Ibérico P.Comb.	2ª	Lisboa (U)	22/jun		13,41 /25	13,79	
13,93	-0,4	Catarina Queirós		23/01/98	Sen	GDE	Meet Trabalhador	3ª	Lisboa (I)	1/mai		13,41 /21	14,18	
14,74	-0,5	Mariana Tavares		23/11/04	s23	CSM	CN 2ª div	3ª	Coimbra	28/jun		14,09 /25	15,14	14,52 (2,5)
15,45	-0,5	Sofia Castanhas		09/09/00	Sen	ADRAP	CN 2ª div	5ª	Coimbra	28/jun		14,89 /24	16,20	
20,15	-0,6	Sara Fernandes		28/02/07	s20	AJS	CR s20	1ª	Ribeira Brava	21/jun		18,78 /23		

Marcas com Vento Favorável Irregular:

13,61	2,4	Catarina Karas		23/05/00	Sen	AJS	Taça Portugal	2ª	Vagos	13/jun				
14,52	2,5	Mariana Tavares		23/11/04	s23	CSM	Meet Portugal	8ª	Lisboa (U)	10/jun				

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
48,34	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	OJ Nac	6ª	Albufeira	30/mai		rp /	48,55 / 48,75
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 /	

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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: 76,00 sub20: 76,00 sub18: 76,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
58,91	Daniela Fra	ESP	29/02/00	Sen	GDE	CN 1ª div	2ª	Coimbra	28/jun		57,05 /25	
61,65	Paula de Juan	ESP	06/08/99	Sen	ADRAP	CN 2ª div	1ª	Coimbra	28/jun		59,15 /22	
64,48	Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	CN 2ª div	2ª	Coimbra	28/jun		rp	
66,07	Carlota Gomes		03/02/06	s23	AJS	Taça Portugal	4ª	Vagos	13/jun		66,02 /25	67,27
66,15	Bárbara Medeiros		04/09/01	Sen	AJS	CN 1ª div	4ª	Coimbra	28/jun		61,73 /25	
73,86	Núria Neves		10/12/10	s18	AJS	CR s20	1ª	Ribeira Brava	21/jun		rp /	74,23 / 75,64
75,36	Ana Beatriz Pereira		03/10/07	s20	ADRAP	Taça Portugal	7ª	Vagos	13/jun		68,78 /19	

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 20,17	Carlota Matos		25/12/11	s16	GDE	CN s16	6ª	Seixal	7/jun		rp	5 23,62 / 5 45,80
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

2.000 m obstáculos

0,76m

Recordes Regionais: sub18 - 7 19,44

Ranking até: 9 10,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
6 57,16	Joana Soares		08/09/93	Sen	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	20/jun		6 36,99 /24	
7 19,44	Margarida França		14/08/09	s18	GDE	CN s18	4ª	Beja	4/jul	RR s18	rp	
7 51,05	Núria Neves		10/12/10	s18	AJS	CR s18	1ª	Ribeira Brava	13/jun		rp /	8 00,59 / 8 16,54

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

3.000 m obstáculos

0,76m

Recordes Regionais: Abs - 9 42,47 Sub23 - 9 42,47 sub20 - 11 14,75

Ranking até: Sen: 13'00 sub20: 15'00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
10 37,50	Joana Soares		08/09/93	Sen	AJS	CN 1ª div	2ª	Coimbra	27/jun		9 55,86 /19	
11 05,92	Alice Oliveira		07/12/00	Sen	ADRAP	CN 2ª div	1ª	Coimbra	27/jun		10 46,76 /25	
11 23,14	Solange Nunes		16/05/06	s23	GDE	CN 1ª div	5ª	Coimbra	27/jun		rp	
11 56,32	Rita Teixeira		20/07/05	s23	CSM	CN 2ª div	4ª	Coimbra	27/jun		11 31,00 /23	

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	Maria 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 09,38	Nuria Nóbrega		13/08/14	s14	AAM-M	CR s14	1ª	Ribeira Brava	4/jul		rp	14 50,02 /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
16 06,54	Bruna Correia		27/10/14	s14	GDE	CR s14	2ª	Ribeira Brava	4/jul		rp /	
17 31,29	Carlota Silva		14/11/14	s14	AJS	Prova Extra	4ª	Ribeira Brava	11/abr		rp /	19 09,91

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 8/julho

3.000 m marcha

em pista

Recordes Regionais: Abs - 12 33,45 / 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 33,45	Vitória Oliveira		30/08/92	Sen	AJS	CN 1ª div	1ª	Coimbra	27/jun	RR Abs	12 13,39 pc/22	12 40,73i/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 11,19
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/14 49,38
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	18 26,67 /19 11,72
18 54,70	Clarisse Catanho		13/05/08	s20	ADRAP	CR inv s18s20	1ª	Ribeira Brava	10/jan		rp	19 26,60
19 59,57	Isabel Santa Clara		20/07/11	s16	CSM	OJ Nac	16ª	Albufeira	31/mai		rp /	20 24,47 /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
27 35,34	Isabel Santa Clara		20/07/11	s16	CSM	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	20/jun		rp /	28 27,99
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	28 02,00
29 52,29	Sara R. Fernandes		27/10/10	s18	AJS	CR Absolutos	2ª	Ribeira Brava	6/jun		rp	30 28,72 /32 39,40

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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 / 1,65
1,64	pc	Ana Leite		08/09/01	Sen	AJS	CN 1ª div pc	3ª	Braga	14/fev		1,77 /24	1,64pc / 1,64
1,61	pc	Milena Lucena		03/09/02	Sen	GDE	C Portugal pc	5ª	Braga	28/fev		1,69 pc/22	1,60 / 1,60
1,60	pc	Cláudia Rodrigues		11/11/89	V 35	ADRAP	CN 2ª div pc	2ª	Braga	14/fev		1,77 /12	1,53
1,60		Evie Weber	NED	13/04/10	s18	GDE	CR s18	1ª	Ribeira Brava	13/jun		rp	1,59pc / 1,58
1,56		Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	1,51 / 1,51
1,55	pc	Lara Geirinhas		04/05/05	s23	CSM	CN s23 pc	5ª	Braga	28/fev		1,63 /24	1,55pc / 1,54
1,54		Anastácia Gula		15/12/05	s23	ADRAP	CN 2ª div	6ª	Coimbra	27/jun		1,61 pc/24	
1,50		Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	Triatlo Técnico	1ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	1,48 / 1,47
1,48		Viviana Silva		25/07/11	s16	GDE	CN s16	7ª	Seixal	6/jun		rp	1,45 / 1,44
1,47		Alexandra Silva		11/09/01	Sen	CSM	CR Abs inv	2ª	Ribeira Brava	31/jan		1,54 /21	1,40
1,47		Matilde Freitas		16/01/08	s20	ADRAP	P Combinadas	1ª	Ribeira Brava	7/mar		1,49 /25	1,47 / 1,40
1,47		Catarina Fernandes		11/05/05	s23	AJS	CR Absolutos	2ª	Ribeira Brava	7/jun		1,48 /17	1,44 / 1,40
1,43		Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	CR inv s18s20	2ª	Ribeira Brava	10/jan		1,45 /25	1,38 / 1,24
1,42		Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	S Altura Jovem	1ª	Câmara de Lobos	16/mai		rp	1,40
1,41		Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	Atl Completo	2ª	Ribeira Brava	7/mar		rp	1,36 / 1,34
1,39		Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	S Altura Jovem	2ª	Câmara de Lobos	16/mai		rp	1,36 / 1,36
1,36		Alice Vieira		22/09/08	s20	ADRAP	CR Abs inv	6ª	Ribeira Brava	31/jan		rp	1,34
1,36		Maria Neto		20/08/14	s14	CSM	CR s16	4ª	Ribeira Brava	3/mai		rp	1,36 / 1,28
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
1,32		Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	S Altura Jovem	4ª	Câmara de Lobos	16/mai		rp	1,30 / 1,26
1,30		Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	S Altura Jovem	4ª	Câmara de Lobos	16/mai		rp	1,28

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

1,28	Inês Batista	14/05/14	s14	ADNPS	OJ 1	2ª	Ribeira Brava	19/abr	rp	1,28 / 1,20
1,28	Vitória Molina	01/06/11	s16	AJS	Prova Extra	7ª	Ribeira Brava	25/abr	rp	1,26 / 1,26
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	1,20 / 1,12
1,20	Francisca Camacho	28/01/14	s14	AJS	OJ 1	7ª	Ribeira Brava	19/abr	rp	1,15 / 1,12
1,20	Isabel Santa Clara	20/07/11	s16	CSM	S Altura Jovem	5ª	Câmara de Lobos	16/mai	rp	
1,16	Beatrice Rodrigues	27/11/13	s14	AJS	CR inv s14/s16	6ª	Ribeira Brava	24/jan	rp	
1,16	Cristiana Camacho	21/07/14	s14	AAM-M	CR s14	5ª	Ribeira Brava	5/jul	rp	1,12
1,16	Maria Teixeira	19/03/14	s14	ADRAP	CR s14	6ª	Ribeira Brava	5/jul	rp	
1,16	Helena Pereira	05/02/15	s12	AJS	CR s14	7ª	Ribeira Brava	5/jul	rp	1,12
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	Madalena Silva	03/02/13	s14	ADRAP	CR inv s14/s16	11ª	Ribeira Brava	24/jan	rp	
1,12	Maria B. Fernandes	18/06/13	s14	ADRAP	CR s14	8ª	Ribeira Brava	5/jul	rp	
1,12	Margarida Teixeira	01/04/14	s14	AJS	CR s14	9ª	Ribeira Brava	5/jul	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 8/julho

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
3,40	Laurinda Moreira		22/07/05	s23	CSM	CN 2ª div	1ª	Coimbra	28/jun		rp	3,15 / 3,10pc
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	3,00 / 2,90
3,00	Carla Macedo		22/10/90	V 35	ADRAP	CN 2ª div	3ª	Coimbra	28/jun		3,25 /17	2,97 / 2,90
2,90	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	CR s18	1ª	Câmara de Lobos	12/jun		rp	2,76 / 2,75
2,90	Carlota V. Fernandes		29/10/10	s18	AJS	CN 1ª div	6ª	Coimbra	28/jun		rp	2,80 / 2,80pc
2,70	Laura Pereira		13/05/05	s23	ADRAP	CR Absolutos Inv	5ª	Câmara de Lobos	30/jan		2,70 /25	2,70 / 2,70
2,70	Laura I. Gouveia		09/10/10	s18	AJS	OJ	2ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	2,70 / 2,65
2,45	Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	Prova Extra	6ª	Ribeira Brava	24/mai		rp	2,40 / 2,30
2,30	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	CR s18	3ª	Câmara de Lobos	12/jun		rp	2,15 / 2,10

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			

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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
4,70	Francisca Camacho		28/01/14	s14	AJS	CR s14	1ª	Ribeira Brava	4/jul		rp	3,95 / 3,51
4,40	Helena Pereira		05/02/15	s12	AJS	CR s14	2ª	Ribeira Brava	4/jul		rp	
4,38	Madalena Silva		03/02/13	s14	ADRAP	CR s14	3ª	Ribeira Brava	4/jul		rp	4,26
4,18	Laura Luís		04/03/14	s14	CSM	OJ	2ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	3,88
4,18	Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	CR s14	4ª	Ribeira Brava	4/jul		rp	3,65
4,10	Maria Neto		20/08/14	s14	CSM	OJ	3ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	4,06 / 4,00
3,93	Leonor Batista		14/05/14	s14	ADNPS	CR s14	6ª	Ribeira Brava	4/jul		rp	3,46
3,80	Beatriz Freitas		26/05/14	s14	AJS	OJ	5ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	
3,77	Isa Ferreira		03/08/13	s14	GDE	CR s14	7ª	Ribeira Brava	4/jul		rp	
3,65	Margarida Teixeira		01/04/14	s14	AJS	OJ	6ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	
3,51	Maria Teixeira		19/03/14	s14	ADRAP	CR s14	8ª	Ribeira Brava	4/jul		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 / 6,01	
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	
5,31	0,2	Alexandra Silva		11/09/01	Sen	CSM	CR Absolutos	1ª	Ribeira Brava	6/jun		5,53 /22	5,25 / 5,17	
5,19	pc	Catarina F. Vieira		17/12/06	s23	ADRAP	CN 2ª div pc	7ª	Braga	14/fev		5,45 /22	5,06pc	
5,19	0,8	Sofia L. Henriques		21/01/12	s16	AJS	OJ Nac	5ª	Albufeira	30/mai		rp	5,11 / 5,11	
5,17	0,1	Milena Lucena		03/09/02	Sen	GDE	CR Absolutos	2ª	Ribeira Brava	6/jun		5,69 /19		
5,16	0,3	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	CR Absolutos	3ª	Ribeira Brava	6/jun		5,21 /25	5,10pc / 5,09	
5,14	pc	Ana Beatriz Pereira		03/10/07	s20	ADRAP	CN Univ pc	1ª s	Lisboa (CAR)	14/mar		5,17 /25	5,13 / 5,10	
5,05	-0,1	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	CR s18	3ª	Ribeira Brava	13/jun		rp	4,79 / 4,79	
5,00	-0,1	Cláudia Rodrigues		11/11/89	V 35	ADRAP	CR Abs inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan		5,90 /13		
4,76	pc	Lara Geirinhas		04/05/05	s23	CSM	CN Univ pc	5ª	Lisboa (CAR)	14/mar		4,87 /25		

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

4,76	1,2	Diana Camacho	22/01/13	s14	GDE	Atl Completo Nac	1ª	Ponta Delgada	26/abr	rp	4,72 / 4,65	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	
4,62	0,0	Catarina Fernandes	11/05/05	s23	AJS	CR Absolutos	4ª	Ribeira Brava	6/jun	4,68 /21		
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	
4,58	1,6	Viviana Silva	25/07/11	s16	GDE	CR s18	4ª	Ribeira Brava	13/jun	rp		
4,54	0,3	Madalena Bernardo	13/03/12	s16	AJS	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	23/mai	rp	4,34 / 4,32	
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	
4,49	0,6	Cediane Silva	CPV 10/07/08	s20	ADRAP	CR Absolutos	5ª	Ribeira Brava	6/jun	4,54 /23		
4,47	-1,2	Glória Fernandes	01/05/11	s16	AJS	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	24/jan	4,78 /25		
4,32	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	
4,32	0,4	Leonor Batista	14/05/14	s14	ADNPS	CR s14	2ª	Ribeira Brava	5/jul	rp	4,28 / 3,78	
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 / 4,15	
4,15	0,3	Isabel Fernandes	11/07/11	s16	AAM-M	CR s16	8ª	Ribeira Brava	2/mai	4,22 /25		
4,05	0,2	Kelly Nóbrega	09/08/14	s14	GDE	CR s14	4ª	Ribeira Brava	5/jul	rp	3,68	
3,95	0,4	Juliana Abreu	02/07/13	s14	AAM-M	CR s14	5ª	Ribeira Brava	5/jul	4,14 /25	3,88 / 3,81	
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	
3,80	-0,3	Maria Teixeira	19/03/14	s14	ADRAP	CR s14	6ª	Ribeira Brava	5/jul	rp	3,49 / 3,41	
3,79	0,5	Madalena Silva	03/02/13	s14	ADRAP	CR s14	7ª	Ribeira Brava	5/jul	rp	3,69 / 3,63	
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	1,6	Bianca Santos	20/03/13	s14	AJS	OJ	7ª	Ribeira Brava	26/abr	rp	3,63	
3,67	0,0	Carolina Fernandes	02/01/13	s14	CEE-M	CR s16	14ª	Ribeira Brava	2/mai	rp		
3,67	0,3	Beatriz S. Freitas	06/04/16	s12	AJS	CR s14	8ª	Ribeira Brava	5/jul	rp		
3,66	0,4	Maria B. Fernandes	18/06/13	s14	ADRAP	CR s14	9ª	Ribeira Brava	5/jul	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			

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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

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
13,19	-0,2	Lucinda Gomes		16/04/95	Sen	GDE	Prova Extra	1ª	Lisboa (MP)	5/jul		13,54 /25	12,94 / 12,91	
12,59	0,0	Ana Rita Silva		20/12/00	Sen	AJS	Meet Trabalhador	3ª	Lisboa (I)	1/mai		13,12 pc/25	12,09	
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	
11,43	1,1	Anastácia Gula		15/12/05	s23	ADRAP	CN 2ª div	4ª	Coimbra	28/jun		11,51 pc/25	11,19 / 11,08	
11,17	0,0	Alexandra Silva		11/09/01	Sen	CSM	CR Absolutos	2ª	Ribeira Brava	7/jun		11,51 /24	10,91 / 10,72	
11,03	0,3	Ana Leite		08/09/01	Sen	AJS	CN 1ª div	7ª	Coimbra	28/jun		12,10 /23	10,88pc	
10,67	pc	Ana Beatriz Pereira		03/10/07	s20	ADRAP	CN 2ª div pc	7ª	Braga	14/fev		rp		
10,59	-0,1	Catarina Fernandes		11/05/05	s23	AJS	CR Absolutos	3ª	Ribeira Brava	7/jun		rp	10,49 / 10,37	
10,53	0,3	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	CR s18	1ª	Ribeira Brava	14/jun		rp	10,34 / 10,09	
10,11	0,1	Matilde Freitas		16/01/08	s20	ADRAP	CR inv s18s20	1ª	Ribeira Brava	11/jan		rp	9,90 / 9,72	
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		
9,87	0,0	Viviana Silva		25/07/11	s16	GDE	CR s18	2ª	Ribeira Brava	14/jun		9,89 /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	
9,77	0,4	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	21/jun		rp	9,73 / 9,68	
9,71	1,2	Laura Pereira		13/05/05	s23	ADRAP	CR Abs inv	3ª	Ribeira Brava	1/fev		10,21 /24		
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				

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

10,04 pc Lwena Cardoso 29/07/05 s23 CSM CN s23 pc 9ª Braga 1/mar

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
12,01	0,1	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	14/jun		rp		
11,95	-0,2	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	OJ	1ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	11,72	
11,93	0,3	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	Prova extra	2ª	Ribeira Brava	14/jun		rp	11,81	
11,35	0,3	Maria Neto		20/08/14	s14	CSM	Prova extra	3ª	Ribeira Brava	14/jun		rp	10,79 / 10,68	
11,28	0,2	Francisca Camacho		28/01/14	s14	AJS	Prova extra	2ª	Ribeira Brava	7/jun		rp	11,05 / 10,90	
11,11	0,4	Mariana Faria		26/07/13	s14	AJS	CR s14	1ª	Ribeira Brava	4/jul		rp	11,03 / 10,57	
10,79	0,2	Leonor Batista		14/05/14	s14	ADNPS	OJ	2ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	10,55 / 10,50	
10,66	-0,1	Juliana Abreu		02/07/13	s14	AAM-M	Prova extra	5ª	Ribeira Brava	14/jun		rp	10,45	
10,64	0,2	Madalena Silva		03/02/13	s14	ADRAP	CR inv s14/s16	2ª	Ribeira Brava	14/fev		rp	10,49	
10,63	0,5	Mariana Pereira		20/06/13	s14	GDE	Prova extra	6ª	Ribeira Brava	14/jun		rp	10,49	
10,62	0,3	Kelly Nóbrega		09/08/14	s14	GDE	OJ	5ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	10,60	
10,41	-0,3	Inês Batista		14/05/14	s14	ADNPS	Prova extra	8ª	Ribeira Brava	14/jun		rp	9,98 / 9,83	
10,31	0,0	Laura Luís		04/03/14	s14	CSM	Troféu Fasquias	3ª	Ribeira Brava	23/mai		rp	10,23 / 9,77	
10,16	-0,3	Maria Teixeira		19/03/14	s14	ADRAP	OJ	8ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	9,60	
10,16	0,1	Margarida Teixeira		01/04/14	s14	AJS	Troféu Fasquias	4ª	Ribeira Brava	23/mai		rp	9,93 / 9,60	
10,15	0,3	Maria B. Fernandes		18/06/13	s14	ADRAP	CR s14	7ª	Ribeira Brava	4/jul		rp	10,05	
10,12	0,2	Maria Inês Silva		05/03/13	s14	AJS	Prova extra	9ª	Ribeira Brava	14/jun		rp	10,04 / 9,77	
10,06	0,2	Beatriz Freitas		26/05/14	s14	AJS	CR s14	8ª	Ribeira Brava	4/jul		rp	9,76	
9,79	-0,3	Vera Fernandes		04/04/14	s14	AAM-M	Prova extra	10ª	Ribeira Brava	14/jun		rp		
9,71	0,4	Oriangel Cantillo		19/03/14	s14	GDE	CR s14	9ª	Ribeira Brava	4/jul		rp		

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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
15,23	Francislaine Serra		10/01/94	Sen	AJS	CN 1ª div	2ª	Coimbra	28/jun		17,39 pc/21	15,12 / 14,81
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
11,68	Mariana Pestana		18/04/01	Sen	GDE	CN 1ª div	3ª	Coimbra	28/jun		12,30 /19	
11,67	Sara Perestrelo		22/02/08	s20	ADRAP	Taça Portugal	3ª	Vagos	13/jun		rp	11,44 / 11,30pc
10,51	Cristina Ferreira		22/11/79	V 45	AJS	CR Absolutos	1ª	Funchal	6/jun		13,10 /99	
10,50	Milene Jesus		01/06/99	Sen	CSM	Prova extra	1ª	Funchal	13/jun		rp	10,41 / 10,36
9,40	Anthonella Hernandez		17/03/10	s18	ADRAP	CR s20	2ª	Funchal	20/jun		rp	9,24 / 8,58
9,12	Ângela Silva		31/03/00	Sen	GDE	CR Absolutos	4ª	Funchal	6/jun		10,04 /23	
8,61	Alexandra Silva		11/09/01	Sen	CSM	CR Abs Inv	2ª	Funchal	31/jan		9,48 /22	
8,00	Clara Teixeira		07/04/10	s18	AJS	CR Absolutos	5ª	Funchal	6/jun		rp	7,74 / 7,32
7,75	pc Margarida Patrício		03/01/04	s23	GDE	CN 1ª div pc	8ª	Braga	14/fev		9,28 pc/25	7,22
7,53	Carla Macedo		22/10/90	V 35	ADRAP	CR Abs Inv	4ª	Funchal	31/jan		7,87 /22	
7,27	Carolina Quintal		01/01/10	s18	AJS	CR s20	4ª	Funchal	20/jun		rp	
7,18	Sara França		22/05/10	s18	GDE	CR s20	5ª	Funchal	20/jun		rp	

Marcas em pista coberta:

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

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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
11,17	Anthonella Hernandez		17/03/10	s18	ADRAP	CN s18	5ª	Beja	5/jul		rp	11,08 / 10,92
9,58	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	Atl Completo	1ª	Câmara de Lobos	7/mar		rp	
9,42	Clara Teixeira		07/04/10	s18	AJS	CR s18	2ª	Funchal	13/jun		9,72 /24	8,86
9,00	Leonor Martins		29/07/11	s16	AAM-M	Prova Extra	1ª	Funchal	20/jun		rp	8,53 / 8,45
8,93	Carolina Quintal		01/01/10	s18	AJS	CR s18	3ª	Funchal	13/jun		8,99 /25	8,29
8,37	Glória Fernandes		01/05/11	s16	AJS	OJ	2ª	Câmara de Lobos	9/mai		9,18 /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	8,01 / 7,75
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	
7,63	Laura I. Gouveia		09/10/10	s18	AJS	OJ	1ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	7,30
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	7,29 / 7,06
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	
7,32	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	Prova Extra	2ª	Funchal	20/jun		rp	7,00
7,23	Bianca Teixeira		01/01/11	s16	nf	OJ	7ª	Câmara de Lobos	9/mai	ESV	rp	
7,22	Sara França		22/05/10	s18	GDE	OJ	2ª	Câmara de Lobos	9/mai		rp	7,20
7,02	Carlota V. Fernandes		29/10/10	s18	AJS	Atl Completo	3ª	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

Marcas em pista coberta:

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

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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	9,94 / 9,51
8,92	Alice M. Jardim		27/10/13	s14	CEE-M	OJ	2ª	Funchal	25/abr		rp	8,92
8,62	Maria Inês Silva		05/03/13	s14	AJS	CR s14	2ª	Funchal	4/jul		rp	8,00 / 7,53
8,60	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	OJ	3ª	Funchal	25/abr		rp	7,68
8,59	Rosana Abreu		10/12/13	s14	GDE	CR s14	3ª	Funchal	4/jul		rp	8,47 / 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	
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	
7,30	Margarida Teixeira		01/04/14	s14	AJS	Prova Extra	3ª	Funchal	20/jun		rp	7,25 / 6,92
7,28	Maria Catanho		03/12/13	s14	GDE	CR s14	4ª	Funchal	4/jul		rp	
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		19/03/14	s14	GDE	CR Escolares	5ª	Câmara de Lobos	14/mar	ESV	rp	6,85
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 8/julho

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
42,89	Mariana Pestana		18/04/01	Sen	GDE	CN 1ª div	3ª	Coimbra	27/jun		46,06 /23	
39,12	Francislaine Serra		10/01/94	Sen	AJS	CN 1ª div pc	5ª	Coimbra	27/jun		43,42 /23	37,97
34,10	Ana Beatriz Gomes		26/11/00	Sen	CSM	CN 2ª div	1ª	Coimbra	27/jun		41,81 /18	
34,02	Sara Perestrelo		22/02/08	s20	ADRAP	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	24/mai		rp	31,26 / 30,32
32,97	Clara Teixeira		07/04/10	s18	AJS	CN s18	6ª	Beja	4/jul		rp	32,24 / 31,16
31,21	Carolina Quintal		01/01/10	s18	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	1/fev		rp	30,84 / 30,24
29,38	Anthonella Hernandez		17/03/10	s18	ADRAP	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	24/mai		rp	29,24 / 29,12
29,12	Francisca Pestana		29/06/04	s23	GDE	CR Absolutos	1ª	Ribeira Brava	7/jun		33,27 /21	28,67 / 28,34
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	
22,99	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	24/mai		rp	22,61 / 22,52
22,26	Leonor Camacho		06/06/12	s16	AAM-M	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	21/jun		rp	
21,94	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	21/jun		rp	20,26
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	
20,10	Isabel Fernandes		11/07/11	s16	AAM-M	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	21/jun		rp	19,73 / 19,47
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 8/julho

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
25,40	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	Troféu Fasquias	1ª	Ribeira Brava	23/mai		rp	23,90 / 23,27*
23,35	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	OJ	1ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	21,51* / 20,46
22,42	Alice M. Jardim		27/10/13	s14	CEE-M	CR s14	1ª	Ribeira Brava	5/jul		rp	17,03*
22,11	Margarida Teixeira		01/04/14	s14	AJS	OJ	2ª	Ribeira Brava	26/abr		rp	20,79* / 19,76
19,14	Maria Inês Silva		05/03/13	s14	AJS	CR s14	4ª	Ribeira Brava	5/jul		rp	17,20 / 16,67
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	
14,40	Oriangel Cantillo		19/03/14	s14	GDE	CR s14	5ª	Ribeira Brava	5/jul		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	
12,70	Yasmin Ferreira		12/04/14	s14	GDE	Troféu Fasquias	3ª	Ribeira Brava	23/mai		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 - 68,50 Sub23 - 68,50 sub20 - 61,07 sub18 - 54,59

Ranking até: Sen: 30,00 sub20: 26,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
66,98	Mariana Pestana		18/04/01	Sen	GDE	ACC Outdoor	2ª	Louisville /USA	14/mai		68,50 /23	66,50 / 66,01
54,59	Clara Teixeira		07/04/10	s18	AJS	CR Absolutos	1ª	Funchal	6/jun	MMR s18	rp	46,39 / 45,68
51,85	Ângela Silva		31/03/00	Sen	GDE	CR Absolutos	2ª	Funchal	6/jun		55,45 /23	49,39
49,07	Milene Jesus		01/06/99	Sen	CSM	Prova Extra	1ª	Funchal	13/jun		51,73 /17	46,68 / 45,65
47,79	Ana Isabel Fernandes		09/08/05	s23	AJS	Prova extra	1ª	Funchal	25/abr		48,77 /24	47,76 / 47,72
43,72	Carolina Quintal		01/01/10	s18	AJS	CR Absolutos	5ª	Funchal	6/jun		rp	40,05 / 39,48
40,08	Ana Granja		25/10/99	Sen	ADRAP	J. Lançamentos	3ª	VN Cerveira	3/jun		51,58 /23	36,05

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

Martelo - 3k

3 kg (Iniciadas e Juvenis)

Recordes Regionais: sub18 - 63,78 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
63,78	Clara Teixeira		07/04/10	s18	AJS	CN s18	1ª	Beja	4/jul	RR s18	rp	63,46 / 62,11
52,02	Carolina Quintal		01/01/10	s18	AJS	Prova Extra	2ª	Funchal	14/fev		rp	48,28 / 48,22
49,38	Leonor Martins		29/07/11	s16	AAM-M	CN s18	6ª	Beja	4/jul		rp	47,71 / 47,71
43,28	Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	Prova Extra	2ª	Funchal	20/jun		rp	40,82 / 40,78
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
36,55	Vera Fernandes		04/04/14	s14	AAM-M	Prova extra	1ª	Funchal	20/jun		rp	34,41* / 33,63
32,48	Margarida Teixeira		01/04/14	s14	AJS	CR s14	2ª	Funchal	4/jul		rp	28,79 / 17,83*
29,88	Maria Inês Silva		05/03/13	s14	AJS	OJ	2ª	Funchal	25/abr		rp	29,87 / 27,24
26,27	Carolina S. Pereira		01/01/13	s14	AJS	Prova extra	4ª	Funchal	20/jun		rp	
25,32	Rosana Abreu		10/12/13	s14	GDE	CR s14	3ª	Funchal	4/jul		rp	25,18 / 23,61
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	20,84
18,49	Yara Pestana		12/12/13	s14	CSM	CR s14	5ª	Funchal	4/jul		rp	
18,28	Maria Catanho		03/12/13	s14	GDE	CR s14	6ª	Funchal	4/jul		rp	15,41
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	

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

Dardo - 600g											600 g	
Recordes Regionais: Abs - 52,96 Sub23 - 52,96 sub20 - 46,52 sub18 - 42,76 sub16 - 37,67												
Ranking até: Sen: 25,00 sub20: 22,00												
Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
42,16	Cristina Ferreira		22/11/79	V 45	AJS	CR Absolutos	1ª	Ribeira Brava	6/jun		52,52 /03	40,24 / 38,93
40,27	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	T.Ibérico P. Comb.	3ª	Lisboa (U)	23/jun		47,59 /25	
38,55	Marta Faria		08/07/04	s23	GDE	Prova extra	1ª	Ribeira Brava	20/jun		44,66 /22	38,46
37,15	Sofia Ferreira		01/08/02	Sen	ADRAP	CN 2ª div	2ª	Coimbra	28/jun		40,67 /25	36,59 / 35,67
32,58	Joana Viveiros		12/03/03	Sen	CSM	CR Absolutos	3ª	Ribeira Brava	6/jun		33,31 /23	32,34
32,17	Anthonella Hernandez		17/03/10	s18	ADRAP	CR s20	1ª	Ribeira Brava	20/jun		rp	29,40 / 28,94
26,98	Carla Macedo		22/10/90	V 35	ADRAP	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan		40,44 /08	23,64
22,91	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	CR s20	2ª	Ribeira Brava	20/jun		rp	

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	31,42 / 30,20
27,25	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	CR s16	1ª	Ribeira Brava	2/mai		rp	
25,74	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	OJ Nac	9ª	Albufeira	30/mai		rp	25,08 / 22,97
22,91	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	CR s20	2ª	Ribeira Brava	20/jun	600g	rp	20,12
21,47	Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	10/mai		rp	19,39 / 19,23
19,92	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	CR s16	2ª	Ribeira Brava	2/mai		rp	17,69 / 16,37
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	
17,91	Maria Antónia Neves		11/01/11	s16	CSM	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	20/jun		rp	15,45 / 15,09
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	
14,98	Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	31/jan		rp	14,84

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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		

Dardo - 400g

400 g (Infantis)

Recordes Regionais: sub14 - 33,64

Ranking até: 13,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
33,64	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	CR s14	1ª	Ribeira Brava	4/jul	RR s14	rp	28,79 / 27,25*
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	18,14 / 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	
13,28	Yasmin Ferreira		12/04/14	s14	GDE	CR s14	3ª	Ribeira Brava	4/jul		rp	
13,10	Kelly Nóbrega		09/08/14	s14	GDE	CR s14	4ª	Ribeira Brava	4/jul		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	

Triatlo Técnico - Iniciadas

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

Recordes Regionais: sub16 - vago

Ranking até:

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
1 437 p		Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	Triatlo Técnico Reg	1ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp	1367p pc	
	Parciais:	1,50 . 11,37 (-1,8) . 7,06												
1 237 p		Vitória Molina		01/06/11	s16	AJS	Triatlo Técnico Reg	2ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	1,26 . 11,17 (-1,8) . 7,37												
1 214 p		Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	Triatlo Técnico Reg	3ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	1,30 . 11,28 (-1,8) . 6,67												
1 060 p		Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	Triatlo Técnico Reg	4ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	1,26 . 12,15 (-1,8) . 6,89												

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

968 p	Leonor Martins	29/07/11	s16	AAM-M	Triatlo Técnico Reg	5ª	Câmara de Lobos	3/jan	rp
	Parciais: 1,22 . 12,89 (3,2) . 7,53								
729 p	Inês Pereira	16/12/11	s16	GDE	Triatlo Técnico Reg	6ª	Câmara de Lobos	3/jan	rp
	Parciais: 1,18 . 13,75 (-1,8) . 5,85								
681 p	Isabel Fernandes	11/07/11	s16	AAM-M	Triatlo Técnico Reg	7ª	Câmara de Lobos	3/jan	rp
	Parciais: 1,14 . 13,56 (3,2) . 5,37								
629 p	Sofia Freitas	08/03/11	s16	GDE	Triatlo Técnico Reg	8ª	Câmara de Lobos	3/jan	rp
	Parciais: 1,10 . 13,43 (2,2) . 4,87								

Marcas em pista coberta:

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

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												

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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

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	
5 598 p	0,8	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Torn. Ibérico P Comb	4ª	Lisboa (U)	23/jun		6020 p /25			
		Parciais:	13"54 (-0,1) . 12,94 . 1,65 . 24"56 (2,2) / 5,86 (0,3) . 40,27 . 2'35"19												
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												

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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											
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											

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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:

2 800 p	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											
1 943 p	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											
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											

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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 - 33,33

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
33,33	Estreito		01/01/13	s14	GDE	Troféu Fasquias	1ª	Ribeira Brava	23/mai	RR s14	rp	
Constituição:		Ana Maria Silva 13, Mariana Pereira 13, Yasmin Ferreira 14, Diana Camacho 13										
33,42	Jardim da Serra		01/01/13	s14	AJS	Troféu Fasquias	2ª	Ribeira Brava	23/mai		rp	
Constituição:		Bianca Santos 13, Mariana Faria 13, Carolina S. Pereira 13, Francisca Camacho 14										
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										

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

37,50	Marítimo	01/01/14	s14	CSM	Troféu Fasquias	3ª	Ribeira Brava	23/mai	34,88 /12	38,47
Constituição:		Madalena Forte 15, Laura Luís 14, Mariana Rodrigues 14, Maria Neto 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								

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										
43,13	Seleção Regional		01/01/11	s16	AARAM	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	24/mai		40,58 /25	43,29
Constituição:		Vitória Molina 11, Clara Pereira 12, Beatriz S. Pereira 12, Madalena Bernardo 12										
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										

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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 Femandes 14									
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 Femandes 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
47,65	Estreito		01/01/95	Sen	GDE	CN 1ª div	4ª	Coimbra	27/jun		47,29 /25	
Constituição: Milena Lucena 02, Patrícia Rodrigues 99, Lucinda Gomes 95, Catarina Queirós 98												
49,19	Jardim da Serra		01/01/00	Sen	AJS	CN 1ª div.	7ª	Coimbra	27/jun		47,09 /25	
Constituição: Laura Perez 07, Catarina Karas 00, Constança Alves 08, Bárbara Medeiros 01												
50,29	Água de Pena		01/01/00	Sen	ADRAP	CN 2ª div	4ª	Coimbra	27/jun		rp	
Constituição: Sofia Castanhas 00, Carla Gama 90, Catarina Vieira 05, Ana Teixeira 01												
51,58	Marítimo		01/01/01	Sen	CSM	CN 2ª div	6ª	Coimbra	27/jun		49,54 /00	
Constituição: Lwena Cardoso 05, Mariana Tavares 04, Ana Vieira 05, Inês Vieira 03												
52,91	Jardim da Serra - sub20		01/01/07	s20	AJS	CR Estafetas	1ª	Ribeira Brava	24/mai		50,97 /08	
Constituição: Sara Femandes 07, Carlota V. Femandes 10, Kimberly Nunes 10, Constança Alves 08												
53,57	Jardim da Serra - sub23		01/01/05	s23	AJS	CR Absolutos	1ª	Ribeira Brava	6/jun		48,99 /19	
Constituição: Catarina Femandes 05, Laura Perez 07, Sara Femandes 07, Núria Neves 10												
54,65	Estreito		01/01/02	Sen	GDE	CR Absolutos	2ª	Ribeira Brava	6/jun		47,29 /25	
Constituição: Milena Lucena 02, Catarina Matos 09, Margarida França 09, Solange Nunes 06												
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												

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

4 x 400 m

Recordes Regionais: Abs - 3 43,36 / pc - 3 46,37 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												
3 50,26	Jardim da Serra		01/01/99	Sen	AJS	Taça Portugal	2ª	Vagos	13/jun		rp	
Constituição: Constança Alves 08, Maria Avelino 05, Catarina Karas 00, Bárbara Medeiros 01												
3 53,94	Jardim da Serra		01/01/99	Sen	AJS	CN 1ª div	2ª	Coimbra	28/jun		3 52,81	pc/25
Constituição: Laura Perez 07, Constança Alves 08, Mariana Bento 01, Bárbara Medeiros 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 04,19	Marítimo		01/01/95	Sen	CSM	CN 2ª div	5ª	Coimbra	28/jun		4 00,05	/12
Constituição: Diana A. Sousa 05, Mariana Tavares 04, Sara Baptista 95, Débora Martins 08												
4 05,21	Água de Pena		01/01/95	Sen	ADRAP	CN 2ª div	6ª	Coimbra	28/jun		3 59,52	pc/20
Constituição: Paula De Juan 99, Carolina Hrytsevych 05, Ana Teixeira 01, Sarah Peerik 02												
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 Hrytsevych 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 12,26	Estreito		01/01/97	Sen	GDE	CN 1ª div	7ª	Coimbra	28/jun		3 52,50	/08
Constituição: Catarina Matos 09, Inês Cruz 97, Margarida França 09, Solange Nunes 06												
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 16,21	Água de Pena		01/01/95	Sen	ADRAP	Taça Portugal	7ª	Vagos	13/jun		3 59,52	pc/20
Constituição: Carla Gama 90, Ana Beatriz Pereira 07, Ana Teixeira 01, Carolina Hrytsevych 05												
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, Cédiane Silva 08, Laura Pereira 05												
4 56,42	Jardim da Serra		01/01/99	Sen	AJS	CR Absolutos	1ª	Ribeira Brava	7/jun	RR Abs pc	3 52,81	pc/25
Constituição: Laura Perez 07, Sara Fernandes 07, Filipa Jesus 03, Núria Neves 10												

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												

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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 Hrytsevyh 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 30,31

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2 30,31	Estreito - sub16		01/01/11	s16	GDE	CR Estafetas	1ª	Ribeira Brava	24/mai	RR s16	rp	
Constituição:		Oriana Omelas 12, Clara Pereira 12, Eva C. Ferreira 11, Carlota Matos 11										
2 36,34	Jardim da Serra - sub18		01/01/10	s18	AJS	CR Estafetas	2ª	Ribeira Brava	24/mai		2 25,68	/25
Constituição:		Glória Fernandes 11, Sofia L. Henriques 12, Vitória Molina 11, Núria Neves 10										
2 37,18	Marítimo - sub18		01/01/09	s18	CSM	CR Estafetas	3ª	Ribeira Brava	24/mai		rp	
Constituição:		Isabel Freitas 11, Mª Antónia Neves 11, Beatriz S. Pereira 12, Myla Woodroffe 09										
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 Fernandes 05, Sara Fernandes 07, Joana Soares 93, Filipa Jesus 03										

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 8/julho

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												

Estafeta Olímpica

(100m, 200m, 400m, 800m)

Recordes Regionais: Abs - 3 54,34 Sub23 - 3 58,7 sub20 - 3 58,7 sub18 - 4 15,37

Ranking até: Sen: sub20:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
4 13,80	Jardim da Serra - sub20		01/01/05	s23	AJS	CR Estafetas	1ª	Ribeira Brava	24/mai		4 06,04	/25
Constituição: Catarina Fernandes 05, Sara Fernandes 07, Constança Alves 08, Núria Neves 10												
4 34,96	Marítimo		01/01/93	Sen	CSM	CR Estafetas	2ª	Ribeira Brava	24/mai		4 31,6	/18
Constituição: Myla Woodroffe 09, Inês Andrade 05, Alexandra Silva 01, Ana Vieira 05												

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												