RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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 15/agosto

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			

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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
10,49	2,4	Eva C. Ferreira	02/11/11	s16	GDE	Prova extra	1ª	Ribeira Brava	11/jul
10,67	8,2	Vitória Silva	09/01/11	s16	CSM	OJ	4ª	Câmara de Lobos	9/mai
10,74	2,4	Ana Maria Silva	08/01/13	s14	GDE	Prova extra	2ª	Ribeira Brava	11/jul
10,87	8,2	Clara Pereira	26/11/12	s16	GDE	OJ	5ª	Câmara de Lobos	9/mai

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

11,03	8,2	Vitória Molina	01/06/11	s16	AJS	OJ	6ª	Câmara de Lobos	9/mai
11,64	3,4	Maria Inês Gomes	18/05/12	s16	AJS	OJ	3ª e	Câmara de Lobos	9/mai

100 m

Recordes Regionais: Abs - 11,72 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
11,72	1,8	Patrícia Rodrigues		24/02/99	Sen	GDE	C Portugal	8ª	Lisboa (U)	25/jul	RR Absoluto	11,72 /24	11,73 / 11,77	11,63 (3,7)
11,93	1,0	Catarina Karas		23/05/00	Sen	AJS	CN 1ª div	5ª	Coimbra	27/jun		rp	11,94 / 12,02	
12,14	1,6	Carla Gama		24/11/90	V 35	ADRAP	C Portugal	3ª e	Lisboa (U)	25/jul		11,96 /24	12,29 / 12,33	12,01 (3,4)
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	12,20 (2,3)
12,45	1,8	Sofia Castanhas		09/09/00	Sen	ADRAP	C Portugal	5ª e	Lisboa (U)	25/jul		12,29 /24		
12,62	1,7	Catarina Queirós		23/01/98	Sen	GDE	1ª NQ	4ª s	Maia	13/mai		rp /		
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	
13,12	0,8	Inês Vieira		07/02/03	Sen	CSM	1ª NQ	6ª s	Maia	13/mai		12,83 /25	13,14 / 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 / 13,61	
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:

11,63	3,7	Patrícia Rodrigues	24/02/99	Sen	GDE	Meet Inclusão	1ª s	Lisboa (MP)	30/mai	
12,01	3,4	Carla Gama	24/11/90	V 35	ADRAP	Prova Extra	1ª s	Lisboa (MP)	4/jul	
12,20	2,3	Mariana Tavares	23/11/04	s23	CSM	J Compet	6ª s	Beja	19/jun	
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

RANKINGS 2026

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

13,77	5,3	Myla Woodroffe	FRA	01/07/09	s18	CSM	CR Absolutos	6ª	Ribeira Brava	6/jun

150 m

Recordes Regionais: sub14 - 20,15

Ranking até: 24,00

		Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
20,15	-1,8	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	12/jul	RR s14	rp /	20,25 / 20,68	
21,10	-1,8	Diana Camacho		22/01/13	s14	GDE	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	12/jul		rp		
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 /		

RANKINGS 2026

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

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
24,25	-1,1	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Hypomeeting	1ª	Gotzis /AUT	30/mai		rp	24,78	
24,73	1,7	Patrícia Rodrigues		24/02/99	Sen	GDE	C Portugal	5ª s	Lisboa (U)	26/jul		rp		
24,94	1,5	Carla Gama		24/11/90	V 35	ADRAP	C Portugal	3ª s	Lisboa (U)	26/jul		24,77 /21	25,34 / 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	
25,80	0,5	Débora Martins		11/11/08	s20	CSM	CN s23	10ª	Seixal	19/jul		rp	25,86 / 25,92	
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)
26,71	-0,3	Sofia Castanhas		09/09/00	Sen	ADRAP	Prova Extra	2ª	Luso	17/jan		25,65 /23		
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	
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 /		
27,89	-3,3	Laura Perez		08/05/07	s20	AJS	Prova Extra	3ª s	Lisboa (U)	13/jun		27,32 /25	28,67	
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	
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				

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

Marcas com Vento Favorável Irregular:

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

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	45,92 / 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	
48,06		Beatriz S. Pereira		10/05/12	s16	CSM	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	12/jul		rp /	
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 /	

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

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	

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	
56,14		Catarina Karas		23/05/00	Sen	AJS	J Compet	1ª	Beja	19/jun		rp /	56,83
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	58,00 / 58,16
58,74		Diana A. Sousa		05/05/05	s23	CSM	Prova Extra	3ª s	Lisboa (CAR)	21/fev		rp /	58,79 / 58,99
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/mai		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/mai		rp /	66,49
65,46		Inês Vieira		07/02/03	Sen	CSM	1ª NQ	1ª s	Maia	13/mai		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	

RANKINGS 2026

Femininos — Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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 /	

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 /	

RANKINGS 2026

Femininos — Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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 16,31		Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Multistars	2ª	Brescia /ITA	26/abr		2 14,38	/25	2 22,52i / 2 24,72i
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 21,33		Alexandra Oliveira		18/10/93	Sen	CSM	Prova Extra	1ª	Caldas da Rainha	20/jun		rp		2 23,09
2 21,91		Sara Baptista		23/05/95	Sen	CSM	Meet Trabalhador	8ª	Lisboa (I)	1/mai		2 19,58	/24	
2 23,35		Margarida França		14/08/09	s18	GDE	OJ Nac	6ª	Albufeira	30/mai		rp		2 27,27 / 2 28,72
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	rp		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	/	

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

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		
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	

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

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	/	
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 05,26 / 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 05,26		Maria Avelino		12/12/05	s23	AJS	Meet Oordegem	2ª	Oordegem /BEL	1/ago	RR Absoluto	rp		4 09,12 / 4 23,34i
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 39,80 / 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 48,11		Alexandra Oliveira		18/10/93	Sen	CSM	Prova extra	1ª	Caldas da Rainha	20/jun		4 42,09	/25	4 51,36
4 48,84		Sara Baptista		23/05/95	Sen	CSM	Prova extra	2ª	Seixal	18/jun		4 36,22	/23	4 52,17
4 50,73	pc	Alice Oliveira		07/12/00	Sen	ADRAP	Meet Apeldoorn	10ª	Apeldoorn /NED	31/jan		4 35,71	/25	
4 56,09		Margarida França		14/08/09	s18	GDE	CR s20	1ª	Ribeira Brava	20/jun		rp		4 59,07pc / 5 04,54

RANKINGS 2026

Femininos — Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

4 57,82		Ana Monteiro		24/10/98	Sen	GDE	Prova extra	3ª	Seixal	9/jun	rp	
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	/
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

Outras Veteranas:

6 04,39		Filipa José		13/07/77	V 45	GDC-M	CR Vet	1ª	Ribeira Brava	11/jul		

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 50,73	pc	Alice Oliveira		07/12/00	Sen	ADRAP	Meet Apeldoorn	10ª	Apeldoorn /NED	31/jan		
4 52,76	pc	Carolina Hrytsevych		10/05/05	s23	ADRAP	CN 2ª div pc	7ª	Braga	14/fev		
4 59,07	pc	Margarida França		14/08/09	s18	GDE	CN s18 pc	10ª	Braga	7/fev		

RANKINGS 2026

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

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
Milha em Estrada - marcas realizadas em percursos certificados:												
5 07,20	Solange Nunes		16/05/06	s23	GDE	CN s23 Milha E	2ª	Eiras	18/abr		rp /	

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	1º	Ribeira Brava	7/mar		rp /	

3.000 m

Recordes Regionais: Abs - 9 15,0 / pc - 9 16,76 Sub23 - 9 15,0 / pc - 9 23,64 sub20 - 9 34,78 / pc - 9 55,77 sub18 - 10 06,74 / pc - 10 20,45

Ranking até: Sen: 13 00,0 sub20: 13 30,0 sub18: 13 30,0

Marca		Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
9 38,14		Solange Nunes		16/05/06	s23	GDE	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	8/fev		9 34,78 /25	9 53,50i / 11 09,43
9 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 /	11 02,12
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	

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

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			

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
17 13,47	Diana Fernandes		11/09/04	s23	GDE	CN s23	3ª	Seixal	19/jul		16 58,20	/25	18 01,76
18 27,37	Sara Baptista		23/05/95	Sen	CSM	C Portugal	15ª	Lisboa (U)	24/jul		rp		
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 05,72	Aleksandra Tentser	RUS	01/06/90	V 35	ADRAP	CR Vet	1ª	Ribeira Brava	11/jul		?	/	21 19,12
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	/	

RANKINGS 2026

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

10.000 m

Recordes Regionais: Abs - 33 21,98 Sub23 - 34 38,37 sub20 - 40 21,98

Ranking até: 48 00,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal		Outras Marcas
35 42,10	Joana Soares		08/09/93	Sen	AJS	CR 10.000m	1ª	Ribeira Brava	28/fev		35 04,56	/25	
36 26,16	Clara Barbosa		14/12/06	s23	ADRAP	CN 10.000m	4ª	Lisboa (I)	1/mai		?	/?	
41 20,48	Laureen Teixeira		30/06/95	Sen	CEE-M	CR 10.000m	2ª	Ribeira Brava	28/fev		rp	/	
42 24,87	Bárbara Correia		12/11/83	V 40	CAFH	CR 10.000m	3ª	Ribeira Brava	28/fev		41 09,14	/17	
42 40,88	Carina Teles		15/03/92	Sen	MCDON	CR 10.000m	4ª	Ribeira Brava	28/fev		rp		
43 26,17	Jéssica Gouveia		19/07/86	V 35	GDE	CR 10.000m	5ª	Ribeira Brava	28/fev		42 18,54	/25	
43 36,51	Catarina Dinis		21/12/87	V 35	CAFH	CR 10.000m	6ª	Ribeira Brava	28/fev		42 10,79	/23	
43 49,36	Dana 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	
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				

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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	/	2 38'30
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 40'07	Maria João Abreu		18/10/75	V 50	CDCPM	MM Calheta	2ª	Calheta	31/mai	chip: 1 40'03	1 36'28	/23	
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	

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.

RANKINGS 2026

Femininos — Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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.

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				

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

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	
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	

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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 /		

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

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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 / 13,96	
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	
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				

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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				

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 / 13,82	
13,90	1,2	Catarina Queirós		23/01/98	Sen	GDE	1ª NQ	1ª	Maia	13/mai		13,41 /21	13,93 / 14,18	
14,40	1,8	Mariana Tavares		23/11/04	s23	CSM	J Compet	4ª	Beja	19/jun		14,09 /25	14,74 / 15,14	
15,45	-0,5	Sofia Castanhas		09/09/00	Sen	ADRAP	CN 2ª div	5ª	Coimbra	28/jun		14,89 /24	16,20	15,36 (3,4)
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				
15,36	3,4	Sofia Castanhas		09/09/00	Sen	ADRAP	C Portugal	6ª e	Lisboa (U)	26/jul				

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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 /	

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 /	

RANKINGS 2026

Femininos — Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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

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	/	

RANKINGS 2026

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

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	/	

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 15,10		Ana Monteiro		24/10/98	Sen	GDE	Prova Extra	1ª	Lisboa (MP)	3/mai		13 09,67	pc/24	13 39,24i / 13 40,50i
14 43,25	pc	Adriana Viveiros		12/03/02	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	3ª	Braga	14/fev		13 04,54	pc/24	14 49,33i / 14 49,38
15 44,38		Vera Portela		09/05/95	Sen	CSM	Prova Extra	4ª	Vagos	2/mai		14 35,2	/09	
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				

RANKINGS 2026

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

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

10.000 m marcha — em pista

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

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

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
45 51,45	Vitória Oliveira		30/08/92	Sen	AJS	C Portugal	1ª	Lisboa (U)	24/jul		43 32,05 /23	

Meia Maratona - marcha — pista / estrada

Recordes Regionais: Abs - 1 36'10

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 36'10	Vitória Oliveira		30/08/92	Sen	AJS	C Europa	13ª	Birmingham /UK	15/ago	RR Absoluto	rp /	1 40'40

RANKINGS 2026

Femininos — Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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
1,58		Lara Geirinhas		04/05/05	s23	CSM	Prova Extra	1ª	Castelo Branco	24/jan		1,63 /24	1,58 / 1,55pc
1,56		Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	25/abr		rp	1,51 / 1,51
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
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

RANKINGS 2026

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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 15/agosto

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	3,25 / 3,15
3,10		Carla Macedo		22/10/90	V 35	ADRAP	Prova Extra	1ª	Câmara de Lobos	9/jul		3,25 /17	3,00 / 3,00
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
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
2,80		Laura Pereira		13/05/05	s23	ADRAP	Prova Extra	2ª	Câmara de Lobos	9/jul		rp	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
2,60		Madalena Neto		22/01/11	s16	CSM	Prova Extra	3ª	Câmara de Lobos	9/jul		rp	2,45 / 2,40
2,30		Madalena Bernardo		13/03/12	s16	AJS	CR s18	3ª	Câmara de Lobos	12/jun		rp	2,20 / 2,15
Outras Veteranas:													
1,10		Sandra Lima		13/03/74	V 50	ADRAP	CR Vet	1ª	Ribeira Brava	12/jul			
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 15/agosto

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 15/agosto

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	
3,76	0,0	Eva Ferreira		29/01/15	s12	GCPS	Meet Jovem Coimbra	2ª	Coimbra	18/jul	rp		
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			

RANKINGS 2026

Femininos — Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

6,00	pc	Mariana Bento	22/11/01	Sen	AJS	Tallinna Kergejõustikuhall	Pt	Tallin /EST	1/fev
5,57	pc	Patrícia Rodrigues	24/02/99	Sen	GDE	CN 1ª div pc	5ª	Braga	14/fev
5,19	pc	Catarina F. Vieira	17/12/06	s23	ADRAP	CN 2ª div pc	7ª	Braga	14/fev
5,14	pc	Ana Beatriz Pereira	03/10/07	s20	ADRAP	CN Univ pc	1ª s	Lisboa (CAR)	14/mar
5,10	pc	Kimberly Nunes	08/06/10	s18	AJS	CN s18 pc	10ª	Braga	7/fev
4,76	pc	Lara Geirinhas	04/05/05	s23	CSM	CN Univ pc	5ª	Lisboa (CAR)	14/mar
4,18	pc	Carolina S. Pereira	01/01/13	s14	AJS	Triatlo Técnico Nac	8ª	Braga	31/jan

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
13,23	0,0	Lucinda Gomes		16/04/95	Sen	GDE	J Compet	1ª	Beja	19/jun		13,54 /25	13,19 / 12,94	13,26 (2,2)
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 / 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	11,50 (3,1)
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	
10,21	0,1	Lara Geirinhas		04/05/05	s23	CSM	Prova Extra	1ª	Castelo Branco	24/jan		10,71 /22		
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

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

10,88	pc	Ana Leite	08/09/01	Sen	AJS	CN 1ª div pc	7ª	Braga	15/fev
10,67	pc	Ana Beatriz Pereira	03/10/07	s20	ADRAP	CN 2ª div pc	7ª	Braga	14/fev
10,04	pc	Lwena Cardoso	29/07/05	s23	CSM	CN s23 pc	9ª	Braga	1/mar

Marcas com Vento Favorável Irregular:

11,50	3,1	Anastácia Gula	15/12/05	s23	ADRAP	CN s23	10ª	Seixal	19/jul

Quádruplo Step - infantis

E D E D ou D E D E

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 15/agosto

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	11,67 / 11,44
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
9,18		Iara Tembe		01/10/07	s20	CSM	Prova extra	4ª	Vagos	4/jul		10,02 /24	
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	
Outras Veteranas:													
6,05		Marta Serrão		17/01/80	V 45	ADAM-M	CR Veteranos	1ª	Funchal	11/jul			
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 15/agosto

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:													
7,23		Jennifer Alves		25/06/70	V 55	AAM-M	CR Veteranos	1ª	Funchal	11/jul			
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 15/agosto

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 15/agosto

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	
39,69	Iara Tembe		01/10/07	s20	CSM	CN s23	5ª	Seixal	18/jul		rp	36,62
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
30,91	Ana Granja		25/10/99	Sen	ADRAP	Jorn. Lançam.	2ª	Lovelhe	3/jun		34,38 /25	
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:												
22,46	Carla Macedo		22/10/90	V 35	ADRAP	CR Vet	1ª	Ribeira Brava	12/jul			
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			
7,05	Maria José Freitas		30/12/54	V 70	ADRAP	CR Vet	1ª	Ribeira Brava	12/jul			

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	
23,15	Eva C. Ferreira		02/11/11	s16	GDE	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	12/jul		rp	21,94 / 20,26
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	
21,51	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

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

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

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	

RANKINGS 2026

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

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	54,57 / 49,46
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
Outras Veteranas:												
18,39	Marta Serrão		17/01/80	V 45	ADAM-M	CR Vet	1ª	Funchal	11/jul			

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	63,56 / 63,46
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
30,11	Isabel Fernandes		11/07/11	s16	AAM-M	Prova Extra	3ª	Funchal	11/jul		rp	29,39 / 24,99
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	
Outras Veteranas:												
16,17	Jennifer Alves		25/06/70	V 55	AAM-M	CR Vet	1ª	Funchal	11/jul			

RANKINGS 2026

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

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*
31,71	Maria Inês Silva		05/03/13	s14	AJS	Prova Extra	2ª	Funchal	11/jul		rp	29,88 / 29,87
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
18,61	Yara Pestana		12/12/13	s14	CSM	Prova Extra	3ª	Funchal	11/jul		rp	18,49
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	

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
45,30	Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	C Portugal - Hp	1ª	Lisboa (U)	26/jul		47,59 /25	40,27
42,16	Cristina Ferreira		22/11/79	V 45	AJS	CR Absolutos	1ª	Ribeira Brava	6/jun		52,52 /03	40,24 / 38,93
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
32,86	Anthonella Hernandez		17/03/10	s18	ADRAP	CN s20	5ª	Caldas da Rainha	12/jul		rp	32,17 / 29,40
32,58	Joana Viveiros		12/03/03	Sen	CSM	CR Absolutos	3ª	Ribeira Brava	6/jun		33,31 /23	32,34
31,30	Carla Macedo		22/10/90	V 35	ADRAP	Masters Europa	1ª	Lovosice /CZE	25/jul		40,44 /08	26,98 / 23,64
22,91	Kimberly Nunes		08/06/10	s18	AJS	CR s20	2ª	Ribeira Brava	20/jun		rp	

RANKINGS 2026

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

Dardo - 500g — 500 g (Iniciadas e Juvenis)

Recordes Regionais: sub18 - 44,08 sub16 - 37,67 sub14 - 36,29

Ranking até: sub18: 16,00 sub16: 15,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
36,29	Ana Maria Silva		08/01/13	s14	GDE	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	11/jul	RR s14	rp	27,25
33,31	Anthonella Hernandez		17/03/10	s18	ADRAP	Prova Extra	1ª	Ribeira Brava	2/mai		34,48 /25	31,42 / 30,20
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
20,45	Isabel Fernandes		11/07/11	s16	AAM-M	Prova Extra	2ª	Ribeira Brava	11/jul		rp	19,82 / 19,74
19,92	Maria Inês Gomes		18/05/12	s16	AJS	CR s16	2ª	Ribeira Brava	2/mai		rp	17,69 / 16,37
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
14,94	Diana Sousa		15/03/11	s16	AJS	CR inv s14/s16	3ª	Ribeira Brava	15/fev		rp	
Outras Veteranas:												
16,48	Lenka Mendonça	CZE	31/12/72	V 50	CAFH	CR Vet	1ª	Ribeira Brava	11/jul			
13,87	Diva Sousa		15/02/69	V 55	ADAM-M	CR Vet inv	1ª	Ribeira Brava	31/jan			

RANKINGS 2026

Femininos — Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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												
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												

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

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												
727 p		Maria Inês Silva		05/03/13	s14	AJS	Triatlo Técnico Reg	10ª	Câmara de Lobos	3/jan		rp		
	Parciais:	10"40 (-1,5) . 3,20 (-2,5) . 6,86												

RANKINGS 2026

Femininos — Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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
5 828 p		Mariana Bento		22/11/01	Sen	AJS	Hypomeeting	22ª	Gotzis /AUT	30/mai		6020 p /25	5598p / 5778p	
	Parciais:	13"65 (-1,3) . 12,60 . 1,68 . 24"25 (-1,1) / 5,70 (0,6) . 42,21 . 2'18"57												
2 017 p	-0,4	Matilde Freitas		16/01/08	s20	ADRAP	Prova Extra	1ª	C.Lobos/R.Brava	8/mar		rp		
	Parciais:	0 . 1,47 . 6,80 . 29"94 (0,2) / 4,28 (-1,5) . 17,76 . 0												

Heptatlo - Juvenis

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

Recordes Regionais: sub18 - 4440p

Ranking até:

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

Heptatlo - Iniciadas

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

Recordes Regionais: sub16 - 3683p

Ranking até:

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

Femininos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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								

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												

RANKINGS 2026

Femininos — Todos os Escalões - 1/janeiro a 15/agosto

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								

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											

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

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										
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											

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

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, Maísa Cardoso 11								
47,06	A Alegria Madeira	01/01/11	s16	AAM-M	CR Estafetas	3ª s	Ribeira Brava	11/abr	rp
Constituição:	Isabel Fernandes 11, Cristiana Camacho 14, Juliana Abreu 13, Leonor Martins 11								
47,60	CE Estreito	01/01/12	s16	CEE-M	OJ	4ª	Ribeira Brava	19/abr	rp
Constituição:	Vitória Pereira 12, Laura S. Silva 12, Francisca Gonçalves 12, Laura Santos 12								
48,22	A Alegria Madeira	01/01/11	s16	AAM-M	CR Estafetas	3ª s	Ribeira Brava	11/abr	rp
Constituição:	Fabiana Camacho 14, Leonor A. Batista 11, Sara Mendes 12, Vera Fernandes 14								
48,60	CE Estreito - sub14	01/01/13	s14	CEE-M	CR Estafetas	4ª s	Ribeira Brava	11/abr	rp /
Constituição:	Alice Jardim 13, Carolina Fernandes 13, Stephanie Jardim 13, Alice M. Jardim 13								

4 x 100 m

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

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

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
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 Fernandes 07, Carlota V. Fernandes 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 Fernandes 05, Laura Perez 07, Sara Fernandes 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											

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

56,45	Marítimo - sub16	01/01/11	s16	CSM	CR Estafetas	3ª	Ribeira Brava	11/abr		rp /	
Constituição:	Carolina Forte 12, Madalena Neto 11, Beatriz S. Pereira 12, Vitória Silva 11										

4 x 400 m

Recordes Regionais: Abs - 3 43,36 / pc - 3 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, Cediane Silva 08, Laura Pereira 05												

Femininos — **Todos os Escalões** - 1/janeiro a 15/agosto

4 56,42	Jardim da Serra	01/01/99	Sen	AJS	CR Absolutos	1ª	Ribeira Brava	7/jun		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										
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 Hrytsevych 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

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 15/agosto

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												