

## "Ranking" de P Ar Livre (Juniões) 2007 / 2008



Largo da Lagoa, 15 B  
2799-538 Linda a Velha  
telf: 214 146 020  
fax: 214 146 021  
e-mail:  
casquinha.costa@fpatletismo.pt

Linda-a-Velha, 30 Outubro de 2008



Qualquer comentário ou correção a este ranking enviar a: casquinha.costa@fpatletismo.pt

Actualizado em 30.10.2008

## FEMININOS

### JUNIORES

#### 60 Metros ( até 8,44)

7,73	(pc)	Ungudi	Quiawacana	ANG	09-11-90	SLB	1 mf	Pombal	23.02
7,74	(pc)		Quiawacana				4	Pombal	23.02
7,77	(pc)		Quiawacana				1 el	Espinho	09.02
7,78	(pc)		Quiawacana			SLB	2 s1	Pombal	12.01
7,79	(pc)		Quiawacana				1 mf	Espinho	09.02
7,79	(pc)		Quiawacana				1	Espinho	09.02
7,79	(pc)		Quiawacana				1 el	Pombal	23.02
7,81	(pc)	Susana	Santos		20-09-90	ACDRA	3	Pombal	16.02
7,82	(1,7)		Quiawacana				1 el	Lisboa (U)	05.01
7,82	(pc)		Santos				1	Espinho	02.02
7,83	(1,3)		Quiawacana				1	Lisboa (U)	05.01
7,84	(0,5)	Viviana	Couto		10-11-90	CARDES	1	Viseu	27.11.2007
7,84	(pc)	Tânia	Duarte		15-07-90	CFB	3 mf	Pombal	23.02
7,91	(pc)	Sara	Esteves		24-08-92	CAMz-VC	3 el	Pombal	23.02
7,98	(pc)	Eva	Vital		08-07-92	ACDRA	1	Pombal	15.12.2007
8,05	(pc)	Carla	Gama *		24-11-90	GDC	4 el	Pombal	23.02
8,07	(1,9)	Ilizandra	Lopes		28-02-92	CFB	1 s1	Lisboa (U)	08.03
8,09	(pc)	Daniela	Ferreira		22-06-89	JV	3 el	Espinho	19.01
8,09	(pc)	Juliana	Campos		10-05-89	FCP	7 el	Braga	19.01
<b>(10)</b>									
8,10	(pc)	Joana	Lopes		13-10-91	GDFE	2 s1	Pombal	01.12.2007
8,10	(pc)	Catarina	Costa		03-08-89	CBF	8	Espinho	09.02
8,10	(pc)	Cristiana	Cunha		17-07-91	GS-RC	5 el	Pombal	23.02
8,11	(pc)	Cátia	Nunes		06-04-90	GRECAS	1	Espinho	05.01
8,13	(pc)	Inês	Carmo		19-06-89	GDPN	2 s2	Pombal	12.01
8,15	(pc)	Marta	Lopes		23-01-90	CDP	4 s1	Braga	22.12.2007
8,15	(pc)	Carla	Santos		12-03-91	JV	5 el	Pombal	16.02
8,16	(pc)	Telma	Neto		12-10-92	ACRVC	1	Alpiarça	16.02
8,16	(0,2)	INF Sarah	Dias		15-02-95	JV	1 s1	Viseu	25.04
8,17	(pc)	INF Bruna	Monteiro		10-02-92	GCB	6 el	Pombal	23.02
<b>(20)</b>									
8,18	(pc)	Verónica	Cardoso		20-08-91	AACC	1-ex	Pombal	12.01
8,19	(pc)	Telma	Elias		04-01-90	SLB	6 mf	Espinho	09.02
8,21	(pc)	Cátia	Pereira		05-07-89	SLB	6 s2	Pombal	12.01
8,21	(pc)	Catarina	Silva		03-04-90	JAM	1 s1	Espinho	23.02
8,22	(pc)	Rita	Lourenço		05-08-92	SCB	5 s1	Braga	22.12.2007
8,22	(pc)	Marlene	Bastos		20-08-92	CFUL	2 s1	Espinho	23.02
8,25	(pc)	Diana	Relvas		12-05-89	ESL	2 mf	Espinho	12.01
8,27	(pc)	Andreia	Crespo		16-10-93	NDCG	1 s1-ex	Espinho	23.02
8,27	(1,7)	Elsa	França		28-08-93	ARLVG	1	Maia	26.01
8,28	(pc)	Andreia	Pinto		16-04-93	CAMG	1 el	Pombal	07.12.2007
<b>(30)</b>									
8,28	(pc)	Shaina Anthony	Mags	NIG	11-04-92	SCP	1 s1-ex	Alpiarça	16.02
8,29	(pc)	Tânia	Garcia		24-05-89	COD	6 el	Espinho	09.02
8,29	(1,6)	INF Teresa	Carvalho		03-01-95	CASM	1 el	Lisboa (U)	21.06
8,30	(pc)	Susana	Azevedo		04-11-91	ARCBV	3 el	Espinho	19.01
8,30	(1,6)	INF Adriana	Alves		13-09-95	JOMA	2 el	Lisboa (U)	21.06
8,31	(pc)	Nídia	Encarnação		13-05-91	GDE	1 s2-ex	Alpiarça	16.02
8,33	(pc)	Ana Patrícia	Monteiro		22-06-89	SCB	3 el	Braga	19.01
8,34	(0,1)	Rute	Limpo		23-12-90	JDN	1	Beja	26.01
8,35	(pc)	Ana Carolina	Figueiredo		16-10-91	GS-RC	6	Alpiarça	16.02
8,35	(1,9)	Cristiana	Silva		24-03-91	JOMA	2 s1	Lisboa (U)	08.03
<b>(40)</b>									
8,37	(0,0)	Vera	Barbosa		13-01-89	JOMA	2 s1	Lisboa (I)	15.12.2007
8,38	(pc)	Cátia	Jacinto		26-08-92	GCAD	3 el	Espinho	19.01

8,38	(pc)		Camila	Carneiro	05-02-92	FCP	3 s1-ex	Braga	10.02
8,38	(0,1)	INF	Juliana	Couto	28-04-96	CARDES	1 s1	Viseu	05.04
8,41	(pc)		Diana	Nunes	01-01-92	ADRAB	1 s1	Pombal	26.01
8,42	(pc)		Simone	Silva	18-01-93	GAF	4 s3-ex	Alpiarça	16.02
8,43	(pc)		Cátia	Rodrigues	12-02-92	CCDR	1 s4	Braga	22.12.2007
8,43	(-0,2)		Marta	Pen Freitas	31-07-93	EBMDS	1 s3	Lisboa (U)	18.11.2007

\* naturalizou-se portuguesa em 08 Fev 2008

#### Ao ar Livre:

8,14	(1,7)		Tânia	Duarte	15-07-90	CFB	3 el	Lisboa (U)	05.01
8,19	(0,4)		Sarah	Dias	15-02-95	JV	p	M.Grande	12.04
8,20	(0,3)		Telma	Elias	04-01-90	SLB	4	Lisboa (U)	19.01
8,22	(-1,1)		Cátia	Pereira	05-07-89	SLB	2	Lisboa (U)	02.02
8,27	(1,0)		Carla	Gama	GBS 24-11-90	GDC	2	Seixal	05.01
8,28	(0,8)		Inês	Carmo	19-06-89	GDPN	1 s2	Quarteira	02.12.2007
8,35	(-1,0)		Juliana	Campos	10-05-89	FCP	1 s1	Maia	08.12.2007
8,35	(-1,2)		Tânia	Garcia	24-05-89	COD	1	P.Delgada	16.02

#### Sem controlo de anemómetro

8,24			Inês	Carmo	19-06-89	GDPN	1	Quarteira	05.01
8,33			Joceline	Monteiro	10-05-90	CAO-F	3	Quarteira	05.01
8,1			Susana	Azevedo	04-11-91	ARCBV	1	C.Branco	05.01
8,1		INF	Daniela	Gonçalves	06-01-95	ATB	1	C.Branco	31.01
8,2			Cátia	Jacinto	26-08-92	GCAD	2	C.Branco	05.01

#### Com vento favorável > 2 m /s

7,91	(2,4)		Filipa	Martins	13-11-92	JOMA	1 s2	Lisboa (U)	08.03
8,12	(2,4)		Shaina Anthony	Mags	NIG 11-04-92	SCP	2 s2	Lisboa (U)	08.03
8,15	(2,6)		Camila	Carneiro	05-02-92	FCP	1 s2	Maia	26.01
8,19	(2,3)		Inês	Carmo	19-06-89	GDPN	1	V.R.S.António	15.12.2007
8,21	(2,3)	INF	Joana	Costa	10-11-95	UAP	1	Lisboa (U)	21.06
8,24	(2,3)		Raquel	Carmo	01-05-89	JOMA	1 B	Lisboa (U)	19.01
8,24	(2,8)		Tânia	Garcia	24-05-89	COD	1	P.Delgada	26.01
8,27	(2,6)		Nídia	Encarnação	13-05-91	GDE	2	Machico	19.01
8,28	(2,3)	INF	Teresa	Carvalho	03-01-95	CASM	2	Lisboa (U)	21.06
8,29	(2,3)		Débora	Clemente	09-11-94	SLB	1 s2	Lisboa (U)	08.03
8,30	(5,9)		Ana Filipa	Mendes	02-06-94	EBMDS	1 s3	Lisboa (U)	08.03
8,31	(5,9)		Cátia	Garcia dos Santos	13-05-94	SLB	2 s3	Lisboa (U)	08.03
8,36	(2,6)		Lúisa	Correia	18-05-92	ESCMOV	2 s2	Maia	26.01
8,36	(2,4)		Claudina	Borges	CPV 14-08-91	EBMDS	3 s2	Lisboa (U)	08.03
8,38	(3,2)		Rita	Schaller	07-08-94	CFB	1 s1	Lisboa (U)	08.03
8,42	(3,2)		Sandra	Moreira	CPV 19-02-93	SCP	2 s1	Lisboa (U)	08.03
8,43	(5,1)	INF	Ana Rita	Queirós	28-08-95	Lavra	1	P.Varzim	08.06

#### 100 Jardas

12,03	(0,9)		Camila	Carneiro	05-02-92	FCP	1	Maia	22.12.2007
12,28	(0,9)		Lúisa	Correia	18-05-92	ESCMOV	2	Maia	22.12.2007
12,63	(0,9)		Filipa	Beleza	05-05-92	FCP	3	Maia	22.12.2007
12,92	(0,9)		Liliana	Correia	21-08-91	FCP	4	Maia	22.12.2007

#### Sem controlo de anemómetro

12,9			Christina	Martinez	26-05-92	ACM-AH	1	A.Heroísmo	01.03
------	--	--	-----------	----------	----------	--------	---	------------	-------

#### 100 Metros ( até 13,20) CNJ 12,9/13,14

11,90	(1,5)		Ungudi	Quiawacana	ANG 09-11-90	SLB	1	Lisboa (U)	28.06
12,05	(0,5)		Eva	Vital	08-07-92	ACDRA	1	Luso	14.06
12,06	(1,5)		Tânia	Duarte	15-07-90	CFB	2	Lisboa (U)	28.06
12,09	(-0,3)	A		Quiawacana			1 el	Guarda	05.07
12,09	(-1,2)	A		Quiawacana			2	Guarda	05.07
12,10	(1,6)			Quiawacana			1	Lisboa (U)	31.05
12,13	(0,4)		Filipa	Martins	13-11-92	JOMA	1	Leiria	18.05

12,13	(1,0)		Quiawacana			3	Lisboa (U)	10.06
12,14	(-1,2)	A	Duarte			3	Guarda	05.07
12,17	(1,6)		Duarte			2	Lisboa (U)	31.05
12,20	(0,5)		Quiawacana			2	Luso	14.06
12,20	(-1,4)		Quiawacana			1 el	Seixal	19.07
12,21	(1,3)		Quiawacana			1 el	Lisboa (U)	28.06
12,21	(0,7)		Duarte			2	Lisboa (U)	09.07
12,22	(0,1)		Vital			1 el	Luso	14.06
12,22	(1,2)	Susana	Santos	20-09-90	ACDRA	1	Coimbra (ECC)	02.07
12,23	(1,3)		Quiawacana			2	Massamá	10.05
12,23	(0,5)	Viviana	Couto	10-11-90	CARDES	3	Luso	14.06
12,24	(1,8)		Martins			2	Lisboa (AL)	16.07
12,25	(1,5)		Martins			1 el	Abrantes	28.06
12,26	(0,5)		Santos			4	Luso	14.06
12,26	(1,9)		Vital			7 s1-ex	Leiria	21.06
12,30	(-0,5)		Quiawacana			4 s2	Leiria	13.06
12,30	(-0,2)		Quiawacana			1 el	Luso	14.06
12,30	(0,5)		Martins			5	Luso	14.06
12,30	(0,7)		Martins			3	Lisboa (U)	09.07
12,30	(0,2)		Martins			2	Lisboa (U)	12.07
12,31	(1,0)		Duarte			5	Lisboa (U)	10.06
12,31	(0,1)		Santos			1 el	Luso	14.06
12,32	(0,6)		Martins			1	Lisboa (U)	27.04
12,32	(0,1)		Martins			1 el	Leiria	18.05
12,38	(0,5)	Catarina	Costa	03-08-89	CBF	7	Luso	14.06
12,42	(0,7)	Sara	Esteves	24-08-92	CAMz-VC	3 el	Seixal	19.07
12,54	(1,0)	Verónica	Cardoso	20-08-91	AACC	1 el	Abrantes	28.06
12,67	(1,3)	Cátia	Pereira	05-07-89	SLB	8	Massamá	10.05
<b>(10)</b>								
12,72	(0,2)	Ilizandra	Lopes	28-02-92	CFB	3	Lisboa (U)	12.07
12,74	(1,6)	Joana	Vitorino	30-05-92	CASM	3	Lisboa (U)	31.05
12,77	(0,1)	Cátia	Nunes	06-04-90	GRECAS	1	Luso	02.07
12,71	(-1,0)	A	Carla	24-11-90	GDC	3 el	Guarda	05.07
12,78	(1,9)		Stenia	25-11-92	CASM	1 el	Lisboa (U)	27.04
12,78	(1,0)		Susana	04-11-91	ARCBV	2 el	Abrantes	28.06
12,80	(1,5)		Daniela	22-06-89	JV	1 s1	Luso	16.07
12,81	(1,4)		Cláudia	11-11-89	COD	2	P.Delgada	12.07
12,83	(1,1)		Mariana	12-07-93	CDFXX	1 el	V.Novas	23.05
12,84	(-1,3)		Tânia	24-05-89	COD	1	P.Delgada	31.05
<b>(20)</b>								
12,84	(1,0)	Joana	Lopes	13-10-91	GDFE	3 el	Abrantes	28.06
12,85	(1,0)	Nídia	Encarnação	13-05-91	GDE	4 el	Abrantes	28.06
12,87	(-0,8)	Rita	Lourenço	05-08-92	SCB	1	Braga	11.06
12,89	(1,5)	Camila	Carneiro	05-02-92	FCP	2 el	Abrantes	28.06
12,90	(0,8)	Rute	Limpo	23-12-90	JDN	1 s2	Beja	18.06
12,91	(1,3)	M.ª Carolina	Duarte	08-01-90	CFB	3 el	Lisboa (U)	28.06
12,92	(0,2)	Carla	Santos	12-03-91	JV	3 s	Wattenscheid	01.08
12,93	(1,8)	Rita	Santos	24-06-94	ACDCVC	1	Luso	26.04
12,95	(1,8)	Telma	Neto	12-10-92	ACRVC	2	Luso	26.04
12,96	(1,9)	Diana	Relvas	12-05-89	ESL	2 el	Luso	02.07
<b>(30)</b>								
12,99	(0,4)	Cristiana	Cunha	17-07-91	GS-RC	1	Coimbra (ECC)	13.04
12,99	(1,8)	Inês	Carmo	19-06-89	GDPN	1-ex	Beja	20.04
12,99	(1,5)	Liliana	Henriques	12-05-90	AJS	4 s2	Luso	10.06
12,99	(1,5)	Simone	Silva	18-01-93	GAF	3 el	Abrantes	28.06
13,01	(1,8)	Márcia	Gonçalves	09-03-89	JOMA	4 s2	Alcanena	04.05
13,02	(1,6)	Cristina	Silva	24-03-91	JOMA	5	Lisboa (U)	31.05
13,04	(-1,2)	Joceline	Monteiro	10-05-90	CAO-F	1-ex	Faro	31.05
13,04	(0,1)	Shaina Anthony	Mags	11-04-92	SCP	6 el	Luso	14.06
13,05	(1,6)	Catarina	Silva	03-04-90	JAM	2 el	Luso	10.05
13,05	(1,5)	Dorothe	Évora	28-05-91	SLB	4 el	Abrantes	28.06
<b>(40)</b>								
13,06	(0,3)	Juliana	Campos	10-05-89	FCP	1	Maia	05.01
13,08	(1,0)	Carlota	Pestana	03-08-94	GDE	5 el	Abrantes	28.06
13,08	(1,0)	Filipa	Gonçalves	01-09-91	EBMDS	6 el	Abrantes	28.06
13,10	(1,5)	M.ª Francisca	Morgado	16-08-90	CFB	4	Lisboa (U)	28.06
13,11	(1,2)	Catarina	Amorim	03-05-92	GDL	3 el	Luso	20.06
13,11	(0,2)	Cíntia	Ferreira	28-05-92	SVB	2	Viseu	02.07
13,14	(1,6)	Telma	Elias	04-01-90	SLB	7	Lisboa (U)	31.05
13,14	(1,5)	Marlene	Bastos	20-08-92	CFUL	3 s1	Luso	16.07
13,17	(-0,1)	Sofia	Melo	20-01-92	CDEP	3 el	Vieux-Habitants	27.05
13,18	(0,5)	Ana Sofia	Campião	11-04-90	GDPN	1	V.R.S.António	02.03
<b>(50)</b>								

13,19	(1,3)	Ana Filipa	Martinho	15-04-91	CAR-S	1	Abrantes	10.05
13,19	(2,0)	Susana	Godinho	05-07-92	CAA	1 s2	Maia	09.07

#### Com marcas manuais

12,8	(1,7)	Débora	Clemente	09-11-94	SLB	3	Lisboa (U)	07.06
13,0	(1,1)	Christina	Martinez	26-05-92	ACM-AH	1	A.Heroísmo	01.03

#### Sem controlo de anemómetro

12,4		Susana	Azevedo	04-11-91	ARCBV	1	Covilhã	01.06
------	--	--------	---------	----------	-------	---	---------	-------

#### Com vento favorável > 2 m /s

12,02	(8,3)	Sara	Esteves	24-08-92	CAMz-VC	1A	Maia	12.07
12,11	(2,3)	Filipa	Martins	13-11-92	JOMA	1	Abrantes	28.06
12,18	(3,2)	Susana	Santos	20-09-90	ACDRA	1	Cáceres	12.07
12,39	(2,3)	Verónica	Cardoso	20-08-91	AACC	3	Abrantes	28.06
12,44	(6,6)	Carla	Santos	12-03-91	JV	1	M.Grande	10.05
12,53	(2,3)	Joana	Vitorino	30-05-92	CASM	4	Abrantes	28.06
12,54	(2,5)	A Andreia	Crespo	16-10-93	NDCG	1	Guarda	07.06
12,60	(6,3)	Bruna	Monteiro	10-02-92	GCB	2 el	Maia	12.07
12,63	(2,8)	Mariana	Cabral	12-07-93	CDFXX	2 el	Abrantes	28.06
12,64	(8,3)	Camila	Carneiro	05-02-92	FCP	5	Maia	12.07
12,65	(3,8)	Cátia	Nunes	06-04-90	GRECAS	1	Luso	10.05
12,65	(2,2)	Ilizandra	Lopes	28-02-92	CFB	1 el	Lisboa (U)	07.06
12,73	(5,0)	Rita	Lourenço	05-08-92	SCB	2 el	P.Varzim	31.05
12,74	(2,4)	Nídia	Encarnação	13-05-91	GDE	1	Ribeira Brava	12.07
12,79	(8,3)	Cátia	Rodrigues	12-02-92	CCDR	8A	Maia	12.07
12,81	(2,2)	Débora	Clemente	09-11-94	SLB	2 el	Lisboa (U)	07.06
12,85	(2,3)	Liliana	Henriques	12-05-90	AJS	2	Machico	21.06
12,88	(3,5)	Daniela	Ferreira	22-06-89	JV	3	Aveiro	01.05
12,91	(3,8)	Catarina	Silva	03-04-90	JAM	2	Luso	10.05
12,91	(5,4)	Rute	Limpo	23-12-90	JDN	1 s1	Beja	11.05
12,92	(3,0)	Shaina Anthony	Mags	NIG 11-04-92	SCP	2	Massamá	10.05
12,96	(2,1)	Inês	Carmo	19-06-89	GDPN	1	Lagos	17.05
12,8	(2,8)	Ana Luísa	Santos	22-10-92	BNSC	1	Beja	24.05
13,04	(5,0)	Luísa	Correia	18-05-92	ESCMOV	3 el	P.Varzim	31.05
13,05	(3,0)	Cristina	Silva	24-03-91	JOMA	3	Massamá	10.05
13,07	(3,2)	Telma	Elias	04-01-90	SLB	3 el	Lisboa (U)	31.05
13,07	(2,8)	Christina	Martinez	26-05-92	ACM-AH	4 el	Abrantes	28.06
13,07	(6,0)	Diana	Nunes	01-01-92	ADRAB	1	Abrantes	12.07
13,15	(2,3)	Carolina	Ornelas	03-12-89	AJS	3	Machico	21.06
13,15	(6,3)	Sara	Martins	13-11-91	FCP	6 el	Maia	12.07
13,19	(6,6)	Ana Rita	Filipe	14-12-91	JV	2	M.Grande	10.05

#### 150 Metros ( até 21,00)

19,55	(1,0)	Catarina	Costa	03-08-89	CBF	1 s3	Quarteira	23.12.2007
19,69	(0,0)	Inês	Carmo	19-06-89	GDPN	1	Quarteira	02.12.2007
19,87	(1,0)	Joceline	Monteiro	10-05-90	CAO-F	2 s3	Quarteira	23.12.2007
20,02	(0,2)	INF Sarah	Dias	15-02-95	JV	1	Viseu	16.08
20,06	(0,1)	Rute	Limpo	23-12-90	JDN	1	Beja	26.01
20,06	(1,0)	INF Teresa	Carvalho	03-01-95	CASM	1 s3	Lisboa (U)	22.06
20,15	(0,0)	Ana Sofia	Campião	11-04-90	GDPN	2	Quarteira	02.12.2007
20,24	(1,8)	INF Daniela	Gonçalves	06-01-95	ATB	1	Guarda	11.10
20,31	(1,5)	INF Sofia	Duarte	07-11-96	AATC	1	Rio Maior	05.07
20,35	(1,0)	INF Joana	Costa	10-11-95	UAP	2 s3	Lisboa (U)	22.06
(10)								
20,35	(-1,3)	Juliana	Campos	10-05-89	FCP	1 s1	Maia	08.12.2007
20,37	(0,0)	Daiane	Santos	BRA 15-08-92	NSF	3	Quarteira	02.12.2007
20,38	-0,6	Elsa	França	28-08-93	ARLVG	1 s3	Maia	08.12.2007
20,55	(1,6)	Raquel	Parreira	21-10-93	BAC	1	Beja	25.06
20,56	(-0,1)	Liliana	Cabral	24-04-95	SCRD	1 s4	Lisboa (U)	22.06
20,66	(1,1)	Inês	Piló	17-10-92	ACDC	3	Sobreda	20.01
20,78	(-1,4)	Camila	Carneiro	05-02-92	FCP	1 s2	Maia	08.12.2007
20,82	(-1,4)	Márcia	Vieira	04-01-91	Lavra	2 s2	Maia	08.12.2007
20,82	(0,2)	INF Ana Rita	Cerejo	10-09-95	CDCP	2	Viseu	16.08
20,98	(-1,4)	Luísa	Correia	18-05-92	ESCMOV	3 s2	Maia	08.12.2007
(20)								

20,99	(-1,4)	Mariana	Cabral	12-07-93	CDFXX	1 s3	Quarteira	02.12.2007
-------	--------	---------	--------	----------	-------	------	-----------	------------

**Com vento favorável > 2 m / s**

20,20	(7,9)	INF	Ana Rita	Queirós	28-08-95	Lavra	1 s2	P.Varzim	08.06
20,89	(7,1)	INF	Teresa	Saramago Resende	17-01-95	ACBU	1 s1	Aveiro	07.06
21,00	(4,0)	INF	Ana M.	Fartaria Oliveira	18-07-95	GAF	1 s1	Abrantes	31.05

**200 Metros ( até 27,54) CNJ 26,5/26,74**

24,66	(1,5)		Filipa	Martins	13-11-92	JOMA	1	Lisboa (U)	01.06
24,75	(1,9)		Ungudi	Quiawacana	ANG 09-11-90	SLB	1 s1	Lisboa (U)	02.07
24,78	(0,7)			Martins			1	Luso	15.06
24,90	(0,7)			Quiawacana			2	Luso	15.06
24,94	(-1,2)	A	Tânia	Duarte	15-07-90	CFB	2 s2	Guarda	11.07
25,08	(0,4)			Duarte			1	Lisboa (U)	29.06
25,10	(1,0)			Martins			6 s1	Mannheim	22.06
25,11	(pc)			Quiawacana			3	Pombal	24.02
25,14	(0,7)		Joceline	Monteiro	10-05-90	CAO-F	3	Luso	15.06
25,15	(1,6)	A		Quiawacana			3	Guarda	06.07
25,17	(pc)			Quiawacana			2 el	Pombal	24.02
25,18	(0,4)			Martins			1	Lisboa (U)	13.07
25,19	(1,5)			Duarte			2	Lisboa (U)	01.06
25,20	(1,5)			Quiawacana			3	Lisboa (U)	01.06
25,25	(0,7)			Duarte			4	Luso	15.06
25,29	(-0,1)			Monteiro			1 el	Luso	15.06
25,32	(0,4)			Quiawacana			2	Lisboa (U)	29.06
25,37	(1,9)			Martins			3 s1	Lisboa (U)	02.07
25,38	(1,5)		Vera	Barbosa	13-01-89	JOMA	4	Lisboa (U)	01.06
25,44	(-2,8)			Quiawacana			3	Seixal	20.07
25,45	(1,6)	A		Duarte			4	Guarda	06.07
25,48	(1,6)	A	Cátia	Nunes	06-04-90	GRECAS	5	Guarda	06.07
25,50	(pc)			Quiawacana			1 s1	Espinho	10.02
25,50	(-0,1)			Martins			1 el	Luso	15.06
25,51	(-0,5)			Monteiro			1	Quarteira	18.05
25,54	(1,3)			Martins			1 el	Lisboa (U)	01.06
25,54	(0,4)			Barbosa			3	Lisboa (U)	29.06
25,55	(0,7)			Nunes			5	Luso	15.06
25,57	(-2,4)			Martins			2	Faro	08.06
25,58	(-0,1)			Quiawacana			1 el	Luso	15.06
25,68	(0,7)		Catarina	Costa	03-08-89	CBF	6	Luso	15.06
25,83	(1,7)		Sara	Esteves	24-08-92	CAMz-VC	1	A.Valdevez	08.06
25,99	(2,0)		Liliana	Henriques	12-05-90	AJS	1	Machico	22.06
26,02	(1,5)		Verónica	Cardoso	10-08-91	AACC	1	Seixal	22.06
<b>(10)</b>									
26,12	(-0,1)		Carla	Santos	12-03-91	JV	3 el	Luso	15.06
26,17	(pc)		Susana	Santos	20-09-90	ACDRA	1 s2	Espinho	03.02
26,23	(-0,2)		Carla	Gama	24-11-90	GDC	ex	Lagos	22.06
26,25	(-0,8)		Eva	Vital	08-07-92	ACDRA	Hep	Lisboa (U)	03.05
26,32	(0,4)		M.ª Carolina	Duarte	08-01-90	CFB	4	Lisboa (U)	29.06
26,42	(0,7)		Joana	Vitorino	30-05-92	CASM	1 el	Lisboa (U)	08.06
26,46	(0,3)		Stenia	Bentugal	GBS 25-11-92	CASM	1 el	Lisboa (U)	08.06
26,55	(-0,2)		Anna Maria	Rosa	24-12-92	CBF	1	Lagos	22.06
26,57	(-2,8)		Inês	Carmo	19-06-89	GDPN	2 el	V.R.S.António	04.05
26,57	(1,6)		Nádia	Gaspar	07-10-90	SLB	3 s1	Lisboa (I)	11.05
<b>(20)</b>									
26,61	(-0,8)		Bruna	Monteiro	10-02-92	GCB	Hep	Lisboa (U)	03.05
26,63	(1,5)		Joana	Lopes	13-10-91	GDFE	Hep	Luso	31.05
26,67	(0,8)		Rita	Lourenço	05-08-92	SCB	3	Maia	13.07
26,70	(0,9)		Lecabela	Quaresma	STP 26-12-89	GRQL	Hep	Luso	31.05
26,74	(-0,5)		Cátia	Pereira	05-07-89	SLB	1 s3	Lisboa (I)	16.02
26,77	(0,4)		Ilizandra	Lopes	28-02-92	CFB	2	Lisboa (U)	13.07
26,79	(0,1)		Catarina	Amorim	03-05-92	GDL	2	Luso	11.05
26,80	(0,7)		Camila	Carneiro	05-02-92	FCP	2 s1	Maia	18.06
26,80	(1,0)		Cristiana	Cunha	17-07-91	GS-RC	1	Leiria	09.07
26,81	(0,9)		Cláudia	Rodrigues	11-11-89	COD	Hep	Luso	31.05
<b>(30)</b>									
26,81	(1,2)		Susana	Godinho	05-07-92	CAA	2 el	Maia	13.07
26,90	(pc)		Juliana	Campos	10-05-89	FCP	1 s1	Espinho	22.12.2007
26,91	(pc)		Catarina	Silva	03-04-90	JAM	2 s2	Espinho	20.01
26,96	(-1,5)		Liliana	Henriques	12-05-90	AJS	4	Faro	08.06
27,01	(-0,1)		Diana	Relvas	12-05-89	ESL	3 el	Luso	15.06



27,05	(pc)	Daniela	Ferreira	22-06-89	JV	3 s2	Espinho	20.01
27,05	(0,1)	Mª Inês	Tapadas	28-11-90	ADRAB	1 el-ex	Luso	22.06
27,06	(0,8)	Liliane	Amaro	23-10-92	JDN	3	Beja	08.06
27,10	(0,7)	Rita	Schaller	07-08-94	CFB	2 el	Lisboa (U)	08.06
27,12	(pc)	Marlene	Bastos	20-08-92	CFUL	1 s3	Espinho	20.01
<b>(40)</b>								
27,14	(1,9)	Telma	Neto	12-10-92	ACRVC	3	Luso	09.07
27,15	(0,4)	Leslie	Delgado	25-06-89	JV	ex	Lisboa (U)	29.06
27,25	(pc)	Cátia	Jacinto	26-08-92	GCAD	3 el	Espinho	20.01
27,28	(0,9)	Rute	Limpo	23-12-90	JDN	Hep	Luso	31.05
27,30	(1,0)	Sílvia	Soares	23-03-92	GS-RC	1 s4	Leiria	18.06
27,31	(-0,5)	Telma	Elias	04-01-90	SLB	3 s3	Lisboa (I)	16.02
27,32	(0,4)	Nídia	Encarnação	13-05-91	GDE	4B	Vieux-Habitants	28.05
27,36	(-0,9)	Carmenzinda	Nascimento	21-12-89	SCP	1 s2	Lisboa (I)	16.02
27,36	(0,9)	Andreia	Pinto	16-04-93	CAMG	1 s3	Leiria	18.06
27,38	(0,4)	Jalma	Teixeira	ANG 16-11-89	JOMA	3	Lisboa (U)	13.07
<b>(50)</b>								
27,43	(0,7)	Luísa	Correia	18-05-92	ESCMOV	4 s1	Maia	18.06
27,43	(-0,5)	Susana	Azevedo	04-11-91	ARCBV	5	Coimbra (ECC)	13.07
27,47	(1,5)	Rute	Lopes	17-02-92	GS-RC	Hep	Luso	31.05
27,50	(2,0)	Miriam	Tavares	14-05-91	ACDRA	3 el	Coimbra (ECC)	13.07
27,53	(-3,5)	Ana Sofia	Campião	11-04-90	GDPN	1	Quarteira	23.02

#### Ao ar Livre:

26,62	(-1,5)	Susana	Santos	20-09-90	ACDRA	2	Faro	08.06
26,91	(1,9)	Catarina	Silva	03-04-90	JAM	2	Luso	09.07
27,43	(1,3)	Juliana	Campos	10-05-89	FCP	2	Guimarães	17.05

#### Sem controlo de anemómetro

26,7		Cátia	Jacinto	26-08-92	GCAD	1	C.Branco	12.04
27,17		Viviana	Couto	10-11-90	CARDES	1	Viseu	11.05
27,0		Susana	Azevedo	04-11-91	ARCBV	2	C.Branco	12.04

#### Com marcas manuais

26,8	(pc)	Andreia	Pinto	16-04-93	CAMG	1 s1	Pombal	07.12.2007
------	------	---------	-------	----------	------	------	--------	------------

#### Com vento favorável > 2 m /s

25,55	(3,1)	Susana	Santos	20-09-90	ACDRA	1	M.Grande	11.05
25,68	(3,3)	Carla	Santos	12-03-91	JV	2	M.Grande	11.05
25,76	(2,9)	Sara	Esteves	24-08-92	CAMz-VC	2	Abrantes	29.06
25,90	(2,9)	Eva	Vital	08-07-92	ACDRA	3	Abrantes	29.06
26,21	(2,2)	Cristiana	Cunha	17-07-91	GS-RC	3	M.Grande	25.05
26,29	(3,2)	A Andreia	Crespo	16-10-93	NDCG	1	Guarda	08.06
26,42	(3,4)	Cláudia	Rodrigues	11-11-89	COD	Hep	Maribor	28.06
26,52	(2,9)	Rita	Lourenço	05-08-92	SCB	6	Abrantes	29.06
26,59	(2,2)	Bruna	Monteiro	10-02-92	GCB	3 el	Abrantes	29.06
26,63	(2,2)	Cátia	Jacinto	26-08-92	GCAD	4 el	Abrantes	29.06
26,86	(2,4)	Catarina	Silva	03-04-90	JAM	Hep	Luso	17.05
26,88	(5,5)	Daniela	Ferreira	22-06-89	JV	ex	P.Varzim	01.06
26,94	(3,4)	Camila	Carneiro	05-02-92	FCP	1 el	P.Varzim	08.06
27,00	(5,6)	Andreia	Pinto	16-04-93	CAMG	1-ex	Abrantes	31.05
27,03	(4,3)	Susana	Azevedo	04-11-91	ARCBV	3 el	Coimbra (ECC)	13.07
27,12	(2,8)	Mª Inês	Tapadas	28-11-90	ADRAB	2	Abrantes	13.07
27,21	(3,4)	Elsa	França	28-08-93	ARLVG	2 el	P.Varzim	08.06
27,42	(5,6)	Ana Rita	Fernandes	20-04-93	ACDRA	2-ex	Abrantes	31.05
27,43	(2,8)	Diana	Nunes	01-01-92	ADRAB	3	Abrantes	13.07
27,43	(2,8)	Rute	Lopes	17-02-92	GS-RC	Hep	M.Grande	05.07
27,54	(5,6)	Ana Rita	Filipe	14-12-91	JV	3-ex	Abrantes	31.05

#### 300 Metros ( até 45,00)

40,99		Joceline	Monteiro	10-05-90	CAO-F	1-ex	Faro	01.06
41,10		Vera	Barbosa	13-01-89	JOMA	1 s2	Lisboa (I)	15.12.2007
41,12		Carla	Santos	12-03-91	JV	1	Leiria	19.04
41,46		Liliana	Henriques	12-05-90	AJS	1-ex	Machico	19.04

41,83		Cátia	Jacinto	26-08-92	GCAD	2 s3	Leiria	17.05
41,87		Marta	Pen Freitas	31-07-93	EBMDS	4	Malta	20.07
42,22		Cristiana	Cunha	17-07-91	GS-RC	2 s1	Abrantes	28.06
42,43		Nádia	Gaspar	07-10-90	SLB	2 s2	Lisboa (U)	17.05
42,57		Verónica	Cardoso	10-08-91	AACC	3 s2	Leiria	17.05
43,02		Susana	Godinho	05-07-92	CAA	4 s3	Leiria	17.05
<b>(10)</b>								
43,09		Claudina	Borges	CPV 14-08-91	EBMDS	1 s2	Leiria	17.05
43,09		Diana	Freitas	01-11-91	ARBV	1 s1	P.Varzim	07.06
43,10		Catarina	Amorim	03-05-92	GDL	5 s3	Leiria	17.05
43,18		Sara	Esteves	24-08-92	CAMz-VC	1	A.Valdevez	17.06
43,19		Catarina	Costa	03-08-89	CBF	2 s2	Quarteira	23.12.2007
43,32		Tânia	Duarte	15-07-90	CFB	2 s2	Lisboa (I)	15.12.2007
43,32		Vanda	Pinto	15-09-93	SCB	5 s1	Abrantes	28.06
43,57		Miriam	Tavares	14-05-91	ACDRA	1 s2	Abrantes	28.06
43,58		Anna Maria	Rosa	24-12-92	CBF	6 s3	Leiria	17.05
43,59		Susana	Azevedo	04-11-91	ARCBV	2	Covilhã	05.04
<b>(20)</b>								
43,71		Nadine	Alexandre	27-08-94	SLB-F	1	Lagos	14.06
43,71		Camila	Carneiro	05-02-92	FCP	2	Maia	19.07
43,73		Inês	Carmo	19-06-89	GDPN	1	V.R.S.António	15.12.2007
43,73		Joana	Lopes	13-10-91	GDFE	7 s3	Leiria	17.05
43,99		Leslie	Delgado	25-06-89	JV	1 s3-ex	Lisboa (U)	17.05
44,07		Ana Rita	Fernandes	20-04-93	ACDRA	2 s2	Abrantes	28.06
44,10	(pc)	Vera	Castro	23-10-92	EBPGS	2	Braga	26.01
44,10		Elsa	França	28-08-93	ARLVG	3 s1	P.Varzim	07.06
44,12		Maria Goreti	Silveira	25-10-91	JDAL	3 s2	Abrantes	28.06
44,21	(pc)	Kelly	Oliveira	25-01-92	ACDCVC	1	Espinho	01.03
<b>(30)</b>								
44,49		Ana Patrícia	Silva	28-11-93	CAMG	ex	Abrantes	22.05
44,50		Christina	Martinez	26-05-92	ACM-AH	2 s2	Leiria	17.05
44,64		Joana	Brito	22-11-92	ACDRA	2	Leiria	19.04
44,65		Patrícia	Foito	13-10-92	GDRSM	1 s1	Leiria	17.05
44,73		Mariana	Brás	29-11-93	SCUT	5 s2	Abrantes	28.06
44,76		Camila	João	30-11-89	AJS	2-ex	Machico	19.04
44,79		Sara	Oliveira	28-12-93	CAMG	ex	Abrantes	22.05
44,79		Catarina	Vieira	08-05-91	CAMG	1 s1	Coimbra (ECC)	09.06
44,83		Débora	Gonçalves	02-06-92	CAC-VC	4 s2	Leiria	17.05
44,83		Cíntia	Ferreira	28-05-92	SVB	3 s2	Leiria	17.05
<b>(40)</b>								
44,90		Ana Cristina	Carvalho	23-08-90	GJPB	3-ex	Maia	19.07
44,92		Stenia	Bentugal	GBS 25-11-92	CASM	1 s2	Lisboa (U)	26.04
44,97		Joana	Pinho	18-03-91	ACRV	1 s2	Luso	26.04
45,00		Ana Cláudia	Almeida	04-04-91	ADS	3 s1	Aveiro	12.04

#### Ao ar Livre:

44,54		Kelly	Oliveira	25-01-92	ACDCVC	2	V.Novas	23.05
44,85		Vera	Castro	23-10-92	EBPGS	1	Braga	26.04

#### Com marcas manuais

43,3		Vanda	Pinto	15-09-93	SCB	1	Braga	11.06
43,7		Maria Goreti	Silveira	25-10-91	JDAL	1 s2	Lisboa (U)	21.06
44,2		Mariana	Brás	29-11-93	SCUT	1	Lisboa (U)	07.06
44,6		Débora	Silva	02-12-92	EBMDS	2	Lisboa (U)	07.06

#### 400 Metros ( até 63,34) CNJ 61,0/61,14

54,84		Joceline	Monteiro	10-05-90	CAO-F	1 s2	Luso	14.06
55,78			Monteiro			8	Leiria	21.06
55,85		Cátia	Nunes	06-04-90	GRECAS	2 s2	Luso	14.06
55,90			Monteiro			3	Seixal	19.07
55,98			Nunes			3 s2	Mannheim	21.06
56,12		Vera	Barbosa	13-01-89	JOMA	3 s2	Luso	14.06
56,12			Nunes			4	Seixal	19.07
56,57			Monteiro			7 el	Bydgoszcz	08.07
56,83			Barbosa			2	Massamá	10.05
56,89			Barbosa			1	Lisboa (U)	31.05
56,92			Monteiro			1	Quarteira	03.05
56,99		Liliana	Henriques	12-05-90	AJS	2	Ribeira Brava	23.07



57,07	A	Henriques				2	Guarda	05.07
57,24		Barbosa				3	Faro	07.06
57,31		Henriques				6	Seixal	19.07
57,41		Barbosa				1	Lisboa (U)	12.07
57,52		Monteiro				1 s2	Lagos	19.01
57,74		Monteiro				1	Lagos	17.05
57,15	(pc)	Barbosa				1 s2	Espinho	09.02
57,49	(pc)	Barbosa				1 s2	Pombal	23.02
57,81		Henriques				1	Ribeira Brava	12.07
57,92		Henriques				4 s2	Luso	14.06
58,91		Catarina	Costa	03-08-89	CBF	1	Faro	21.06
59,03		M.ª Carolina	Duarte	08-01-90	CFB	2	Lisboa (U)	31.05
59,51	(pc)	Nádia	Gaspar	07-10-90	SLB	1 s1	Espinho	09.02
59,54		Susana	Godinho	05-07-92	CAA	1 s1	Luso	14.06
59,60		Diana	Freitas	01-11-91	ARBV	1	P.Varzim	31.05
59,95		Carla	Santos	12-03-91	JV	2 s1	Luso	14.06
<b>(10)</b>								
59,97		Ana	Correia	CPV 29-12-90	LIFC	1	Setúbal	18.07
60,04		Marisa	Borges	02-12-89	NAA	1	Lisboa (U)	28.06
60,56		Camila	João	30-11-89	AJS	4	Ribeira Brava	23.07
60,81		Cristiana	Cunha	17-07-91	GS-RC	1	Coimbra (ECC)	02.07
61,60		Diana	Soares	02-08-92	ARBV	2 s1	Maia	12.07
61,65	(pc)	Juliana	Campos	10-05-89	FCP	1 s1	Espinho	24.02
61,93		Anna Maria	Rosa	24-12-92	CBF	2	Faro	21.06
61,96		Rute	Lopes	17-02-92	GS-RC	3	Coimbra (ECC)	02.07
62,28	(pc)	Tânia	Garcia	24-05-89	COD	4 s5	Pombal	12.01
62,39		Joana	Lopes	13-10-91	GDFE	7 s2	Leiria	13.06
<b>(20)</b>								
62,43		Tânia	Duarte	15-07-90	CBF	3	Lisboa (U)	05.01
62,53		Joana	Brito	22-11-92	ACDRA	1 s1	Leiria	13.06
62,65		Marisa	Ferreira	20-08-92	UDV	1	Maia	05.04
62,76		Catarina	Vieira	08-05-91	CAMG	2 s1	Leiria	13.06
62,88		Rosalina	Carvalho	14-05-90	CDP	3	Maia	26.01
62,88		Ana Cristina	Carvalho	23-08-90	GJPB	2 s1	Luso	14.05
62,92		Ana Cláudia	Almeida	04-04-91	ADS	1	Aveiro	16.03
63,10	(pc)	Nádia	Silva	29-03-90	CAMG	4 s1	Espinho	19.01
63,17	(pc)	Leslie	Delgado	25-06-89	JV	1 s2	Espinho	19.01
63,29	(pc)	Mónica	Simões	01-11-89	ACDCVC	2 s2	Espinho	19.01

#### Ao ar Livre:

60,46	Nádia	Gaspar		07-10-90	SLB	4	Lisboa (I)	19.01
62,00	Juliana	Campos		10-05-89	FCP	3 s1	Guimarães	24.05

#### 500 Metros

1.23,68	Ana	Correia	CPV	29-12-90	LIFC	2	Sobreda	19.01
1:29,26	Ana Filipa	Pires		29-01-90	CRCDL	2	V.R.S.António	15.12.2007
1.24,62	Nádia	Gaspar		07-10-90	SLB	2	Lisboa (I)	15.12.2007
1.26,45	Rosalina	Carvalho		14-05-90	CDP	1	Maia	05.01
1.31,95	Ana Carina	Brito		13-06-89	COP	3	V.R.S.António	15.12.2007
1.33,14	Bárbara	Resende		05-11-91	JDN	2	Quarteira	02.12.2007
1.33,68	Cheila	Miranda		11-04-90	GRQL	3	Sobreda	19.01
1.34,66	Célia	Silva		22-09-89	FCP	2	Maia	05.01
1.36,62	Catarina	Ramos		30-10-89	CDP	3	Maia	05.01
1.44,82	Beatriz	Mendes	GBS	10-05-89	CRUR	4	Sobreda	19.01

#### 600 metros

1.38,36	INF	Liliana	Cabral	24-04-95	SCRD	1	Lisboa (U)	24.05
1.41,17		Mariana	Brás	29-11-93	SCUT	1	Lisboa (U)	19.01
1.43,26		Susana	Godinho	05-07-92	CAA	1	Maia	08.12.2007
1.43,45	INF	Sara	Sousa	16-05-95	ARLVG	1	Maia	19.07
1.44,46		Sandra	Costa Monteiro	05-09-92	CAA	2	Maia	08.12.2007
1.44,68	INF	Rute	Simões	14-02-95	ARES	1	Maia	26.04
1.45,01	INF	Ana Catarina	Fernandes	22-05-95	FCV	1	Braga	26.04
1.45,86		Mónica	Simões	01-11-89	ACDCVC	3	Maia	08.12.2007
1.47,48		Daniela	Gonçalves	09-06-93	ARES	1 s2	Maia	08.12.2007
1.47,99	INF	Rita	Vicente	19-06-95	SCUT	2	Lisboa (U)	24.05
<b>(10)</b>								
1.48,74	INF	Ana Cláudia	Ribeiro	03-05-95	FCV	2	Braga	11.05
1.48,75	INF	Juliana	Ferreira	04-07-95	CDP	2	Maia	26.04

1.50,47	INF	Soraia	Vasconcelos	06-09-95	CAA	2	Maia	19.07	
1.50,50	INF	Joana	Costa	10-11-95	UAP	1 s2	Lisboa (U)	08.03	
1.50,54		Carla Raquel	Silva	07-02-90	CAA	4	Maia	08.12.2007	
1.50,80		Diana	Aguiar	02-09-94	ACDCVC	2 s2	Maia	08.12.2007	
1.50,81		Daniela	Silva	13-11-95	SCUT	3	Lisboa (U)	24.05	
1.50,86	(pc)	INF	Ana Beatriz	Fernandes	01-12-95	ACDRA	1-ex	Pombal	27.01
1.50,89		INF	Ana Rita	Queirós	28-08-95	Lavra	3	Maia	19.07
1.51,31			Helena	Pereira	26-03-94	ARLVG	3 s2	Maia	08.12.2007
<b>(20)</b>									
1.51,61		Jennifer	Oliveira	29-05-91	CSSPF	1	Sobreda	20.01	

### 800 Metros ( até 2.24,0) CNJ 2.23,00

2.09,74		Solange	Pereira da Cruz	12-12-89	MOJA-Esp	1	Vigo	12.07	
2.11,67		Daniela	Cunha	30-04-90	UDV	4	Mannheim	22.06	
2.11,70	(pc)	Diana	Soares	02-08-92	ARBV	5	Pombal	24.02	
2.12,49			Soares			1	Luso	15.06	
2.12,56		Marisa	Borges	02-12-89	NAA	4	Seixal	20.07	
2.12,75			Cunha			1	Luso	10.06	
2.12,99			Borges			2	Setúbal	25.05	
2.13,32			Borges			2	Lisboa (AL)	16.07	
2.13,42			Borges			1	Lisboa (U)	01.06	
2.13,48			Cunha			1-ex	Braga	12.04	
2.13,66			Borges			2	Luso	15.06	
2.13,86			Borges			1	Faro	08.06	
2.14,06		Diana	Freitas	01-11-91	ARBV	3	Luso	15.06	
2.14,1			Soares			1	Maia	27.04	
2.14,25			Soares			1	Maia	11.05	
2.14,26	(pc)		Freitas			6	Pombal	24.02	
2.14,46			Soares			1 s1	P.Varzim	08.06	
2.14,53			Soares			1 s1	Abrantes	29.06	
2.14,54			Soares			6	Seixal	20.07	
2.14,83	(pc)		Soares			1-ex	Braga	10.02	
2.14,96		Solange	Fernandes	31-07-91	CASM	4	Luso	15.06	
2.15,1		Mariana	Brás	29-11-93	SCUT	1 s1	Lisboa (U)	08.06	
2.15,99		Marta	Pen Freitas	31-07-93	EBMDS	1	Malta	19.07	
2.17,51		Marisa	Ferreira	20-08-92	UDV	5	Luso	15.06	
<b>(10)</b>									
2.17,72		Liliana Sofia	Almeida	24-04-90	EST-Fr	2	Villeneuve-sur-Lot	28.06	
2.18,02		Vanda	Pinto	15-09-93	SCB	1	A.Valdevez	08.07	
2.18,09		Ana Queiroz	Alves	07-10-94	JV	4 s1	Abrantes	29.06	
2.18,63		Susana	Godinho	05-07-92	CAA	2	Maia	18.06	
2.19,06		Carla Salomé	Rocha	25-04-90	FCV	1	Braga	11.05	
2.20,49		Joceline	Monteiro	10-05-90	CAO-F	1	V.R.S.António	02.03	
2.20,88	INF	Liliana	Cabral	24-04-95	SCRD	1	Lisboa (AL)	16.07	
2.20,95		Joana	Gomes	09-07-89	SCB	6	Luso	15.06	
2.21,14		Sónia Catarina	Lima	10-05-90	UDV	7	Luso	15.06	
2.21,74		Ana Rita	Fernandes	20-04-93	ACDRA	7 s1	Abrantes	29.06	
<b>(20)</b>									
2.21,87		Fátima	Rodrigues	14-02-91	CRAL	8	Luso	15.06	
2.22,17		Mónica	Simões	01-11-89	ACDCVC	1	Luso	09.07	
2.22,62		Sandra	Protássio	05-07-89	JV	1-ex	R.Maior	07.06	
2.22,63		Sylvie	Ascensão	17-07-92	CPP	2-ex	R.Maior	07.06	
2.22,73		Susana	Francisco	10-05-91	NSL	2	Lisboa (U)	27.04	
2.22,94		Ana Paula	Rodrigues	12-05-91	CAR-S	3-ex	R.Maior	07.06	
2.23,10		Lecabela	Quaresma	STP 26-12-89	GRQL	Hep	Luso	01.06	
2.23,17		Sara	Pitães	21-04-89	SCB	1s-ex	Braga	18.06	
2.23,44		Maria Joaquina	Gonçalves	28-11-91	CAAV	1	Melgaço	27.04	
2.23,92		M.ª Francisca	Morgado	16-08-90	CFB	1	Lisboa (U)	29.06	

### 1000 Metros (até 3.07,00)

2.55,40		Diana	Soares	02-08-92	ARBV	1	Maia	22.12.2007
2.58,69			Soares			1 s1	Luso	10.06
2.58,72		Mariana	Brás	29-11-93	SCUT	1 s2	Luso	10.06
2.59,17		Ana Queiroz	Alves	07-10-94	JV	2 s2	Luso	10.06
2.59,37	(pc)	Diana	Freitas	01-11-91	ARBV	1	Braga	09.02
2.59,37		Vanda	Pinto	15-09-93	SCB	3 s2	Luso	10.06
2.59,43	INF	Liliana	Cabral	24-04-95	SCRD	1 s3	Luso	10.06
3.00,30	(pc)	Marta	Pen Freitas	31-07-93	EBMDS	1	Pombal	01.03
3.00,53		Eugénia	Peixoto	10-06-93	UDV	4 s2	Luso	10.06
3.01,08		Solange	Fernandes	31-07-91	CASM	2 s1	Luso	10.06
3.02,25	(pc)	Susana	Godinho	05-07-92	CAA	2	Braga	09.02

<b>(10)</b>								
3.04,33		Jessica	Matos	15-04-94	CRE	5 s2	Luso	10.06
3.05,78	(pc)	Marisa	Ferreira	20-08-92	UDV	3	Braga	09.02
3.06,39		Ana Rita	Fernandes	20-04-93	ACDRA	2 s1	Viseu	25.04
3.06,71	(pc)	Sandra	Monteiro	05-09-92	CAA	4	Braga	09.02

**Ao ar Livre:**

2.59,47		Diana	Freitas	01-11-91	ARBV	2	Maia	22.12.2007
3.04,33		Susana	Godinho	05-07-92	CAA	3	Maia	22.12.2007
3.04,72		Marta	Pen Freitas	31-07-93	EBMDS	1	Lisboa (U)	02.02

**1500 Metros ( até 5.02,00) CNJ 4.55,00**

4.24,72		Daniela	Cunha	30-04-90	UDV	3 s1	Maia	18.06
4.27,89		Solange	Pereira da Cruz	12-12-89	MOJA-Esp	ex	Vitória	22.06
4.29,56			Cunha			1	Luso	14.06
4.29,67			Pereira da Cruz			2	Durango	17.05
4.30,27			Pereira da Cruz			1	Vigo	05.06
4.31,03		Diana	Soares	02-08-92	ARBV	4 s1	Maia	18.06
4.31,20			Cunha			7 el	Bydgoszcz	11.07
4.32,46	(pc)		Cunha			1 s1	Braga	19.01
4.32,56			Cunha			13	Mannheim	21.06
4.32,88			Cunha			1	Maia	05.04
4.33,67	(pc)		Soares			5	Pombal	23.02
4.34,96		Marisa	Borges	02-12-89	NAA	2	Luso	14.06
4.35,18	(pc)		Soares			2 s1	Braga	19.01
4.36,03	(pc)		Pereira da Cruz			1	Braga	22.12.2007
4.38,71	(pc)	Carla Salomé	Rocha	25-04-90	FCV	2	Braga	22.12.2007
4.38,76		Marisa	Ferreira	20-08-92	UDV	6 s1	Maia	18.06
4.39,49	(pc)	Diana	Freitas	01-11-91	ARBV	3 s1	Braga	19.01
4.41,09		Liliana Sofia	Almeida	24-04-90	EST-Fr	2	Talence	15.06
4.43,11		Sara Catarina	Ribeiro	31-05-90	FCV	4	Luso	14.06
4.45,1		Marta	Pen Freitas	31-07-93	EBMDS	1	Lisboa (U)	07.06

<b>(10)</b>								
4.45,76		Marta	Martins	15-01-92	ARBV	8 s1	Maia	18.06
4.45,91		Cristina	Costa	13-09-89	CDCC	9 s1	Maia	18.06
4.46,37		Eugénia	Peixoto	10-06-93	UDV	3	P.Varzim	07.06
4.48,90		Ana Queiroz	Alves	07-10-94	JV	3	Abrantes	28.06
4.48,97		Sónia Catarina	Lima	10-05-90	UDV	10	Maia	18.06
4.50,09		Susana	Francisco	10-05-91	NSL	2	Lisboa (U)	31.05
4.52,16		Solange	Fernandes	31-07-91	CASM	1	C.Rainha	14.05
4.52,50	(pc)	Liliana	Miranda	07-02-89	CRUR	8	Pombal	26.01
4.52,99		Raquel	Pereira	23-07-89	SCB	7	Luso	14.06
4.56,44	(pc)	Sandra	Protássio	05-07-89	JV	2	Espinho	19.01

<b>(20)</b>								
4.57,41	(pc)	Sara	Pitães	21-04-89	SCB	1 s2	Braga	19.01
4.57,54	(pc)	Jessica	Abranches	28-09-92	ACRSD	3	Espinho	19.01
4.57,91		Liliana	Alexandre	30-12-90	SCUT	1	Lisboa (U)	28.06
4.58,61	(pc)	Anais	Moniz	23-04-89	CFB	4	Espinho	02.02
4.58,83	(pc)	Nadine	Leite	13-07-90	JAM	5	Espinho	12.01
4.59,13	(pc)	Cátia	Dias	16-04-90	UDV	8 s2	Espinho	30.12.2007
4.59,22		Daniela	Santos	01-10-91	ARBV	5	P.Varzim	07.06
4.59,60		Mónica	Simões	01-11-89	ACDCVC	1	Luso	20.06
5.00,25		Catarina	Pereira	25-08-94	UDV	6	P.Varzim	07.06
5.00,39	(pc)	Patrícia	Monteiro	14-01-89	ADCCJ	5	Espinho	19.01

<b>(30)</b>								
5.01,5		Fátima	Rodrigues	14-02-91	CRAL	4	Utrera	24.05

**Ao ar Livre:**

4.40,61		Diana	Freitas	01-11-91	ARBV	7	Maia	18.06
4.58,98		Sandra	Protássio	05-07-89	JV	4	Coimbra (ECC)	12.07
4.59,84		Nadine	Leite	13-07-90	JAM	2	Beja	07.06
5.01,45		Patrícia	Monteiro	14-01-89	ADCCJ	3 s2	Maia	18.06

**Milha**

5.33,8		Solange	Fernandes	31-07-91	CASM	1	Lisboa (I)	08.12.2007
5.40,09	(pc)	Ana Paula	Rodrigues	12-05-91	CAR-S	1	Pombal	01.03
5.41,47		Cátia	Santos Leitão	09-10-92	CABB	1	Sobreda	19.01

5.45,80	(pc)	Sara	Pereira	10-05-94	JAM	1 s1-ex	Espinho	23.02
5.46,53		Sónia	Marques	12-02-92	GRQL	2	Sobreda	19.01
5.49,25	(pc)	Diana	Cruz	19-04-94	GRECAS	2 s1-ex	Espinho	23.02
5.49,87		Tânia	Santiago	19-08-93	SRDE	1 s2	Beja	01.05
5.53,57	(pc)	Ana Rosa	Santos	09-01-91	JAM	1 s2-ex	Espinho	23.02
5.58,3		Rita	Gomes	16-10-92	CASM	2	Lisboa (I)	08.12.2007

#### 2000 Metros

7.11,90		Ana Carina	Brito	13-06-89	COP	2	Quarteira	23.12.2007
7.36,74		Fátima	Rodrigues	14-02-91	CRAL	3	Quarteira	23.12.2007
7.37,20		Cátia	Barbosa	01-09-90	ARLVG	1	Maia	05.01
7.38,63		Marta	Encarnação	22-10-92	CAO-F	4	Quarteira	23.12.2007

#### 3000 Metros ( até 11.05,00) CNJ 10.30,00

9.46,16	(pc)	Solange	Pereira da Cruz	12-12-89	MOJA-Esp	2	Corunha	19.01
9.54,98	(pc)		Pereira da Cruz			1	Braga	08.12.2007
9.54,81	(pc)	Carla Salomé	Rocha	25-04-90	FCV	3	Espinho	10.02
9.55,21	(pc)		Rocha			1	Braga	20.01
9.58,72	(pc)	Diana	Soares	02-08-92	ARBV	2	Braga	20.01
9.59,05	(pc)	Sara Catarina	Ribeiro	31-05-90	FCV	4	Espinho	10.02
10.04,54			Ribeiro			3	Maia	07.05
10.04,73			Ribeiro			1	Luso	15.06
10.05,44			Ribeiro			1	P.Varzim	01.06
10.06,56		Liliana Sofia	Almeida	24-04-90	EST-Fr	1	Vénissieux	19.07
10.10,04	(pc)	Lúcia	Ribeiro	03-01-91	CAOV	5	Braga	20.01
10.16,80		Raquel	Pereira	23-07-89	SCB	2	Luso	15.06
10.17,24		Marisa	Ferreira	20-08-92	UDV	1	Abrantes	29.06
10.17,68		Mariana	da Costa	04-01-91	JV	2	Nivelles	20.09
10.19,80		Cristina	Costa	13-09-89	CDCC	5	Maia	07.05
(10)								
10.19,83		Marta	Martins	15-01-92	ARBV	3	Luso	15.06
10.22,18	(pc)	Anais	Moniz	23-04-89	CFB	8	Pombal	26.01
10.25,36		Liliana	Teixeira	16-01-90	GDD	1-ex	V.Novas	24.05
10.32,90	(pc)	Diana	Freitas	01-11-91	ARBV	3	Braga	08.12.2007
10.46,87		Ana P.	Rodrigues	12-05-91	CAR-S	ex	Leiria	18.06
10.47,95	(pc)	Catarina	Carvalho	01-03-92	CAMG	10	Pombal	26.01
10.48,33		Solange	Fernandes	31-07-91	CASM	1	Malta	18.07
10.50,62		Rosa	Soares	18-12-89	UDV	4	P.Varzim	01.06
10.57,14	(pc)	Nadine	Leite	13-07-90	JAM	2	Espinho	13.01
10.58,05		Cátia	Teixeira	21-11-89	CPMg	1	Viseu	22.12.2007
(20)								
10.58,44		Susana	Rosa	27-07-91	ADERCUS	4	Abrantes	29.06
10.59,20		Sofia	Almeida	30-04-91	FCV	1	Braga	18.06
10.59,66		M.ª João	Chinita	20-03-90	CRAL	2-ex	V.Novas	24.05
10.59,79	(pc)	Daniela	Santos	01-10-91	ARBV	3	Espinho	01.03
11.04,27		Sónia	Pinto	24-05-92	AMFC	3	P.Varzim	08.06
11.04,45		Débora	Santos	30-12-92	ADREP	1	Luso	27.04

#### Ao ar Livre:

10.15,14		Carla Salomé	Rocha	25-04-90	FCV	4	Maia	07.05
10.36,54		Solange	Pereira da Cruz	12-12-89	MOJA-Esp	6	Durango	17.05
10.53,83		Catarina	Carvalho	01-03-92	CAMG	2	M.Grande	25.05
10.56,07		Diana	Soares	02-08-92	ARBV	1	Leiria	17.05
10.59,82		Lúcia	Ribeiro	03-01-91	CAOV	5	Abrantes	29.06

#### 5000 Metros

18.15,46		Sara Catarina	Ribeiro	31-05-90	FCV	1	Maia	13.07
18.27,83			Ribeiro			1	Viseu	25.04
19.35,2		M.ª João	Chinita	20-03-90	CRAL	2	Seixal	19.04
20.21,62		Amélia	Vieira	28-03-89	GDCCP	5	Viseu	25.04
20.35,76		Carina	Vicente	22-04-90	BA	6	Viseu	25.04
20.37,29		Ana	Oliveira	02-03-90	GJPB	4	Guimarães	24.05
21.24,14		Joana	Jacinto	07-06-90	BA	4	M.Grande	24.05
21.37,29		Sónia	Andrade	25-04-89	SSSJM	5	Guimarães	24.05
21.39,85		Vanessa	Sousa Rocha	04-08-90	CAOV	2	Maia	13.07
21.55,65		Ana Catarina	Justo	20-07-89	SSSJM	7	Viseu	25.04
22.42,3		Adriana	Calçada	25-05-90	CAR-S	8	Seixal	19.04
(10)								

23.29,26	Mafalda	Nunes	22-08-90	AVEPG	1	Setúbal	05.04
23.43,05	Soraia	Mota	27-06-90	BA	2	Leiria	09.07
25.05,76	Bruna	Silva	04-10-90	AAPL	3	Setúbal	05.04

### 2000 met-obstáculos ( até 9.00,0)

7.20,49	Diana	Freitas	01-11-91	ARBV	1	Abrantes	28.06
7.35,27	Catarina	Carvalho	01-03-92	CAMG	2	Abrantes	28.06
7.48,93	Ana Carolina	Matias	06-12-91	BA	2	Coimbra (ECC)	09.06
7.55,6	Bárbara	Ferreira	09-12-91	ACB	1	Braga	11.06
7.58,89	Lúcia	Ribeiro	03-01-91	CAOV	4	Abrantes	28.06
8.04,2	Sofia	Almeida	30-04-91	FCV	2	Braga	11.06
8.10,67	Bárbara	Resende	05-11-91	BAC	1	Beja	18.06
8.10,99	Inês Rueff	Vieira	19-10-91	ESSCP	5	Abrantes	28.06
8.14,40	Soraia	Lopes	10-04-92	BA	6	Abrantes	28.06
8.18,76	Sónia	Pinto	24-05-92	AMFC	1	P.Varzim	07.06
<b>(10)</b>							
8.18,90	Inês	Nobre	30-04-92	JV	7	Abrantes	28.06
8.19,23	Joana	Soares	08-09-93	AJS	4	Vieux-Habitants	28.05
8.19,78	Daniela	Dias	02-04-91	ACDRA	3	Coimbra (ECC)	09.06
8.22,22	Patrícia	Gomes	20-08-91	CAAV	1	A.Valdevez	07.06
8.24,3	Elisa	Contreiras	12-09-91	JDN	1	Odemira	29.03
8.26,45	Ana Lúcia	Faria	25-03-91	SSSJM	1	Luso	26.04
8.26,93	Helena	Alves	04-11-92	MFC	1	Braga	26.04
8.27,82	Ana Rosa	Santos	09-01-91	JAM	8	Abrantes	28.06
8.30,94	Joana	Fernandes	11-09-92	SCB	9	Abrantes	28.06
8.34,67	Cátia	dos Santos Leitão	09-10-92	CABB	10	Abrantes	28.06
<b>(20)</b>							
8.39,91	Cristiana	Araújo	25-03-91	JOMA	12	Abrantes	28.06
8.41,63	Catarina	Marques	06-06-91	SUOV	1	Coimbra (ECC)	09.06
8.42,48	Jennifer	Oliveira	29-05-91	CSSPF	1	Seixal	21.06
8.45,09	Sara	Barreto	17-02-92	ADREP	3	Luso	26.04
8.46,85	Sónia	Marques	12-02-92	GRQL	13	Abrantes	28.06
8.53,67	Rita	Canossa	17-03-92	CAAV	3	A.Valdevez	25.05

### 3000 met-obstáculos

10.47,95	Carla Salomé	Rocha	25-04-90	FCV	1	Luso	14.06
10.49,19		Rocha			11 el	Bydgoszcz	08.07
11.09,26		Rocha			1	P.Varzim	31.05
11.12,57		Rocha			1	Guimarães	17.05
11.16,55	A Sara Catarina	Ribeiro	31-05-90	FCV	2	Guarda	05.07
11.24,96	Inocência	Faria	18-04-89	GDE	2	Luso	14.06
11.32,41	Cristina	Costa	13-09-89	CDCC	3	Luso	14.06
11.45,33	A Raquel	Pereira	23-07-89	SCB	4	Guarda	05.07
11.48,15	Patrícia	Monteiro	14-01-89	ADCCJ	4	Luso	14.06
12.17,18	Sónia	Lourenço	10-09-90	GRECAS	5	Luso	14.06
12.18,43	Inês	Nobre	30-04-92	JV	1	Nivelles	20.09
12.38,22	Vanessa	Sousa Rocha	04-08-90	CAOV	6	Luso	14.06
12.42,14	Carina	Vicente	22-04-90	BA	4	Coimbra (ECC)	12.07
<b>(10)</b>							
13.23,57	A Esmeralda Manuela	Gonçalves	07-01-90	SCB	11	Guarda	05.07
13.25,36	Cátia	Barbosa	01-09-90	ARLVG	4	P.Varzim	31.05
13.53,12	Carla Raquel	Silva	17-02-90	CAA	5	P.Varzim	31.05
14.02,38	Diana	Costa	04-03-90	SSSJM	8	Luso	14.06
14.06,83	Tânia	Pereira	08-04-90	ACRC	9	Luso	14.06
14.32,2	Marisa	Costal	20-06-91	CFOE	1	C.Vide	31.05
14.59,27	Joana	Pessoa	20-12-90	ADS	3	Luso	02.07
15.17,39	Ana	Alves	19-10-89	AAPL	1	Seixal	12.07
15.58,92	Cheila	Miranda	11-04-90	GRQL	4	Beja	07.06
16.03,89	Nádia	Pereira	30-11-89	AJS	6	Faro	07.06
<b>(20)</b>							
16.10,10	Leocádia	Té	19-12-90	CRUR	7	Setúbal	24.05
16.32,68	Beatriz	Mendes	GBS 10-05-89	CRUR	5	Beja	07.06
17.04,12	Ana Vanessa	Leitão	28-11-90	BA	6	Beja	07.06

### 60 Metros Barreiras (0,84) ( até 10,74)

8,93	(pc)	Eva	Vital	08-07-92	ACDRA	4 s3	Pombal	26.01
9,00	(pc)		Vital			2 s1	Pombal	12.01
9,02	(pc)		Vital			2	Espinho	02.02

9,05	(pc)		Vital			1	Espinho	20.01
9,10	(pc)		Vital			6	Pombal	24.02
9,13	(pc)	Débora	Encarnação	06-09-89	CAM	7 s3	Pombal	26.01
9,16	(pc)		Encarnação			4-ex	Pombal	26.01
9,20	(pc)		Encarnação			4	Espinho	02.02
9,20	(pc)		Vital			3 el	Pombal	24.02
9,24	(pc)	Telma	Elias	04-01-90	SLB	7	Pombal	24.02
9,34	(pc)	Vanessa	Rocha	02-01-90	GDE	2	Espinho	10.02
9,35	(0,4)	Nádia	Gaspar	07-10-90	SLB	3	Lisboa(U)	20.01
9,35	(pc)	Lecabela	Quaresma	STP 26-12-89	GRQL	1 s2	Pombal	26.01
9,39	(0,1)	Ungudi	Quiawacana	ANG 09-11-90	SLB	2 el	Lisboa(U)	20.01
9,43	(pc)	Carla	Gama *	GBS 24-11-90	GDC	p	Pombal	13.01
9,47	(pc)	Cristiana	Cunha	17-07-91	GS-RC	4 el	Pombal	24.02
9,49	(-1,1)	Carmenzinda	Nascimento	21-12-89	SCP	3	Lisboa (I)	16.02
<b>(10)</b>								
9,54	(pc)	Márcia	Vieira	04-01-91	Lavra	5 el	Pombal	24.02
9,62	(pc)	Ana Patrícia	Monteiro	14-01-89	SCB	2	Braga	20.01
9,68	(-0,7)	Cláudia	Rodrigues	11-11-89	COD	1	P.Delgada	16.02
9,68	(pc)	Anabela	Neto	25-03-91	ACRDE	1 s1	Espinho	23.02
9,74	(pc)	Irina	Rodrigues	05-02-91	JV	3	Espinho	20.01
9,74	(pc)	Daniela	Ferreira	22-06-89	JV	3 s2	Pombal	26.01
9,84	(pc)	Catarina	Costa	03-08-89	CBF	p	Pombal	24.02
10,01	(pc)	Diana	Morgado	16-11-89	BA	1 s1	Pombal	26.01
10,01	(pc)	Patrícia	Loureiro	20-07-90	Lavra	p	Braga	10.02
10,02	(pc)	Rosalina	Carvalho	14-05-90	CDP	p	Braga	10.02
<b>(20)</b>								
10,13	(2,0)	Sofia	Melo	20-01-92	CDEP	p	P.Delgada	09.02
10,24	(pc)	Joana	Araújo	05-01-90	SCB	1	Braga	26.01
10,31	(pc)	Ana Catarina	Neves	25-10-89	ADRAB	p	Pombal	24.02
10,34	(pc)	Leslie	Delgado	25-06-89	JV	3	Pombal	16.12.2007
10,34	(pc)	Marlene	Bastos	20-08-92	CFUL	3	Espinho	13.01
10,42	(pc)	Rute	Limpo	23-12-90	JDN	p	Pombal	13.01
10,45	(pc)	Mariana	Morgado	16-11-89	BA	p	Pombal	13.01
10,47	(pc)	Anna Maria	Rosa	24-12-92	CBF	3 s1	Pombal	26.01
10,52	(-1,1)	Vera	Barbosa	13-01-89	JOMA	4	Lisboa (I)	16.02
10,58	(pc)	Andreia	Carvalho	22-07-90	JAM	4	Espinho	13.01
<b>(30)</b>								
10,62	(pc)	Cátia	Costa	29-04-91	CRUR	3 s3	Pombal	12.01

\* naturalizou-se portuguesa em 08 Fev 2008

#### Como portuguesa:

9,46		Carla	Gama *	24-11-90	GDC	p	Pombal	24.02
------	--	-------	--------	----------	-----	---	--------	-------

#### Ao ar Livre:

9,46	(0,0)	Telma	Elias	04-01-90	SLB	2 el	Lisboa(U)	20.01
9,75	(-0,8)	Carla	Gama *	GBS 24-11-90	GDC	1	Seixal	06.01
10,40	(-0,8)	Lecabela	Quaresma	STP 26-12-89	GRQL	2	Seixal	06.01

#### Com marcas manuais

8,9	(pc)	Eva	Vital	08-07-92	ACDRA	1	Pombal	06.01
9,0	(pc)	Mariana	Morgado	16-11-89	BA	4	Pombal	16.02

#### Com vento favorável > 2 m /s

9,19	(3,2)	Débora	Encarnação	06-09-89	CAM	1-ex	Lagos	20.01
9,42	(2,2)	Cláudia	Rodrigues	11-11-89	COD	p	P.Delgada	26.01
9,85	(3,2)	Anna Maria	Rosa	24-12-92	CBF	2	Lagos	20.01

#### 100 Metros Barreiras(0,84) ( até 17,84) CNJ 17,0/17,24

14,17	(2,0)	Eva	Vital	08-07-92	ACDRA	3 mf	Cáceres	12.07
14,23	(-0,4)		Vital			2 el	Seixal	19.07
14,64	(-4,3)		Vital			2	Seixal	19.07
14,66	(0,7)		Vital			4	Lisboa (U)	10.06
14,69	(-0,1)		Vital			1	Luso	15.06



14,85	(0,7)	Lecabela	Quaresma	STP	26-12-89	GRQL	5	Lisboa (U)	10.06
14,85	(-0,1)		Quaresma				1 el	Luso	15.06
14,88	(-2,0)		Vital				1	Faro	08.06
14,89	(1,6)		Vital				1	M.Grande	25.05
14,91	(-0,2)		Quaresma				3	Leiria	13.06
14,96	(0,3)	A	Nádia		07-10-90	SLB	3 el	Guarda	06.07
14,97	(-0,1)		Gaspar				2	Luso	15.06
14,99	(-0,5)		Quaresma				4 el	Seixal	19.07
15,19	(1,2)		Carmenzinda		21-12-89	SCP	2	Lisboa (AL)	16.07
15,21	(-1,3)		Carla		24-11-90	GDC	1-ex	Faro	21.06
15,29	(0,7)		Telma		04-01-90	SLB	7	Lisboa (U)	10.06
15,47	(-0,9)		Cláudia		11-11-89	COD	2	P.Delgada	02.07
15,52	(-0,1)		Leslie		25-06-89	JV	4	Luso	15.06
15,70	(-1,0)		Vanessa		02-01-90	GDE	3 el	Luso	15.06
15,77	(-2,0)		Catarina		03-08-89	CBF	2	Faro	08.06
<b>(10)</b>									
15,91	(0,1)		Anabela		25-03-91	ACRDE	1	Luso	22.06
16,26	(1,4)		Rosalina		14-05-90	CDP	3	Maia	09.07
16,31	(-1,0)		Márcia		04-01-91	Lavra	4 el	Luso	15.06
16,34	(-0,4)		Cristiana		17-07-91	GS-RC	3 el	Coimbra (ECC)	13.07
16,49	(-0,9)		Sofia		20-01-92	CDEP	2	P.Delgada	12.07
16,56	(1,2)		Carla		21-04-90	GRECAS	2 el	Coimbra (ECC)	13.07
16,71	(1,2)		Daniela		22-06-89	JV	3 el	Coimbra (ECC)	13.07
16,90	(0,7)		Telma		12-10-92	ACRVC	2	Luso	09.07
17,15	(1,5)		Carolina		03-12-89	AJS	2	Guimarães	25.05
17,18	(-0,1)		Mariana		16-11-89	BA	4 el	Luso	15.06
<b>(20)</b>									
17,29	(1,6)		Ana Catarina		25-10-89	ADRAB	4	M.Grande	25.05
17,34	(-0,4)		Andreia		01-02-91	UAG	1	Seia	15.03
17,43	(1,5)		Joana		05-01-90	SCB	3	Guimarães	25.05
17,44	(-0,8)		Cátia		29-04-91	CRUR	2	Beja	08.06
17,45	(1,4)		Carla Raquel		17-02-90	CAA	4	Maia	09.07
17,48	(1,6)		Diana		16-11-89	BA	5	M.Grande	25.05
17,57	(-1,5)		Rute		23-12-90	JDN	4 s1	Setúbal	25.05
17,59	(-2,1)		Mariana		04-04-92	ACRZA	1	Beja	21.06
17,80	(-1,5)		Laura		18-04-90	CFB	5 s1	Setúbal	25.05
17,81	(-0,9)		Elisabete		25-04-92	CDEM	3	P.Delgada	12.07
<b>(30)</b>									
17,83	(-0,4)		Liliana		05-06-92	ADS	4 el	Coimbra (ECC)	13.07
<b>Sem indicação de controlo de anemómetro</b>									
15,45		Cláudia	Rodrigues		11-11-89	COD	Hep	Maribor	28.06
<b>Com marcas manuais</b>									
16,2	(1,0)	Daniela	Ferreira		22-06-89	JV	1	Coimbra (ECC)	02.07
16,7	(1,0)	Diana	Morgado		16-11-89	BA	2	Coimbra (ECC)	02.07
<b>Com vento favorável &gt; 2 m /s</b>									
13,78	(2,9)	Eva	Vital		08-07-92	ACDRA	1	Cáceres	12.07
14,71	(2,3)	Nádia	Gaspar		07-10-90	SLB	2	Lisboa (U)	02.07
14,85	(3,8)	Lecabela	Quaresma	STP	26-12-89	GRQL	4	Massamá	10.05
15,06	(5,4)	A	Leslie		25-06-89	JV	3 el	Guarda	06.07
15,10	(3,1)		Carmezinda		21-12-89	SCP	5	Lisboa (U)	17.05
15,47	(2,6)		Cláudia		11-11-89	COD	Hep	Luso	31.05
15,69	(2,9)		Cristiana		17-07-91	GS-RC	3	Coimbra (ECC)	13.07
16,26	(2,6)		Joana		08-10-89	CAT	Hep	Luso	31.05
16,31	(3,1)		Cristiana		24-03-91	JOMA	7	Lisboa (U)	17.05
16,46	(2,9)		Carla		21-04-90	GRECAS	5	Coimbra (ECC)	13.07
16,52	(2,9)		Daniela		22-06-89	JV	6	Coimbra (ECC)	13.07
16,61	(3,5)		Tânia		03-01-92	CPP	1	Abrantes	11.05
16,81	(3,0)		Irina		05-02-91	JV	1	M.Grande	11.05
16,89	(2,5)		Rute		23-12-90	JDN	Hep	Beja	12.04
16,95	(3,5)		Ana Catarina		25-10-89	ADRAB	2	Abrantes	11.05
17,09	(3,6)		Carolina		03-12-89	AJS	3	Ribeira Brava	13.07
17,26	(2,7)		Diana		16-11-89	BA	Hep	Luso	17.05
17,81	(4,3)		Susana		31-10-92	NAA	4	Lisboa (U)	01.06

**200 Metros Barreiras**

**Sem controlo de anemómetro**

35,7		Joana	Flores	08-10-89	CAT	2	A.Heroísmo	01.03
36,1		Daniela	Lima	10-10-92	CAT	3	A.Heroísmo	01.03

**400 Metros Barreiras ( até 72,64) CNJ 69,8/69,94**

61,24		Vera	Barbosa	13-01-89	JOMA	1	Lisboa (U)	09.07
61,42			Barbosa			2 s2	Setúbal	24.05
61,70	A		Barbosa			1 s1	Guarda	05.07
62,56			Barbosa			3	Faro	07.06
63,25			Barbosa			1	Lisboa (U)	28.06
64,20		Nádia	Gaspar	07-10-90	SLB	1 s2	Luso	14.06
64,51	A		Gaspar			2 s1	Guarda	05.07
64,83	A	Leslie	Delgado	25-06-89	JV	1 s2	Guarda	05.07
64,93		Cristiana	Cunha	17-07-91	GS-RC	1	Luso	10.05
64,93			Cunha			1	M.Grande	24.05
65,02			Cunha			4	Seixal	20.07
65,05			Cunha			1	Coimbra (ECC)	12.07
65,15			Cunha			2 s2	Luso	14.06
65,24			Cunha			1	Faro	07.06
65,60			Delgado			2	Coimbra (ECC)	12.07
65,70	A		Delgado			4	Guarda	11.07
65,84			Cunha			3 s2	Luso	10.06
66,89		M. Carolina	Duarte	08-01-90	CFB	2	Lisboa (U)	28.06
67,07		Sara	Pitães	21-04-89	SCB	4 s2	Luso	14.06
67,74		Anna Maria	Rosa	24-12-92	CBF	2	Faro	07.06
67,82		Lecabela	Quaresma	STP 26-12-89	GRQL	4 s2	Setúbal	24.05
67,82		Rosalina	Carvalho	14-05-90	CDP	1 s1	P.Varzim	31.05
68,46		Lúcia	Serrão	08-01-91	AJS	1A	Vieux-Habitants	28.05
(10)								
68,56		Joana	Lopes	13-10-91	GDFE	1	Abrantes	12.07
68,62		Kelly	Oliveira	25-01-92	ACDCVC	2	Luso	10.05
69,08		Sofia	Melo	20-01-92	CDEP	2A	Vieux-Habitants	28.05
69,25		Ana	Correia	CPV 29-12-90	LIFC	1	Seixal	13.07
69,72		Tânia	Tristão	03-01-92	CPP	2	Abrantes	12.07
70,00		M.ª Inês	Tapadas	28-11-90	ADRAB	3	M.Grande	24.05
70,44		Ana Catarina	Neves	25-10-89	ADRAB	2	Abrantes	10.05
70,90		Ana Carolina	Matias	06-12-91	BA	2	Beja	07.06
71,41		Vera	Castro	23-10-92	EBPGS	1 s2	P.Varzim	31.05
71,57		Cláudia	Godinho	07-06-91	ADRAB	ex	Leiria	09.07
(20)								
71,96		Carla Raquel	Silva	17-02-90	CAA	2	Maia	12.07
72,05		Camila	João	30-11-89	AJS	3	Guimarães	24.05

**Com marcas manuais**

72,4		Daniela	Lima	10-10-92	CAT	1	A.Heroísmo	20.04
------	--	---------	------	----------	-----	---	------------	-------

**Altura ( até 1,50) CNJ 1,54**

1,73		Joana	Flores	08-10-89	CAT	1	Luso	15.06
1,70	(pc)	Irina	Rodrigues	05-02-91	JV	2	Pombal	13.01
1,70	(pc)	Ir.	Rodrigues			t	Alpiarça	02.02
1,70		Anabela	Neto	25-03-91	ACRDE	1	Luso	22.06
1,69			Flores			2	P.Delgada	13.07
1,68	(pc)	Ir.	Rodrigues			2	Pombal	24.02
1,68	(pc)		Flores			3	Pombal	24.02
1,68			Neto			1	Luso	19.04
1,68		Ir.	Rodrigues			1	Leiria	17.05
1,68			Neto			2	Luso	15.06
1,68	A		Flores			3	Guarda	06.07
1,68	A	Cláudia	Rodrigues	11-11-89	COD	4	Guarda	06.07
1,67			Neto			1	V.Novas	23.05
1,67		Ir.	Rodrigues			1	Abrantes	28.06
1,66	(pc)	Ir.	Rodrigues			1	Pombal	16.12.2007

1,66	(pc)	Ir.	Rodrigues			3	Pombal	26.01
1,66			Rodrigues			Hep	Seixal	19.04
1,66		Ir.	Rodrigues			2	Faro	08.06
1,66			Flores			2	Leiria	13.06
1,66		C.	Rodrigues			Hep	Maribor	28.06
1,66			Neto			1	Coimbra (ECC)	13.07
1,66			Flores			3	Seixal	20.07
1,66		Ir.	Rodrigues			4	Seixal	20.07
1,66		C.	Rodrigues			5	Seixal	20.07
1,65	(pc)	C.	Rodrigues			p	Pombal	13.01
1,65	(pc)		Flores			3	Espinho	10.02
1,65		Ir.	Rodrigues			1	Leiria	19.04
1,65			Neto			2	Leiria	17.05
1,65		Ana Rita	Pereira	14-05-91	SCB	3	Leiria	17.05
1,65			Flores			Hep	Luso	31.05
1,65		C.	Rodrigues			Hep	Luso	31.05
1,65		C.	Rodrigues			3	Luso	15.06
1,65			Neto			2	Abrantes	28.06
1,62		Catarina	Costa	03-08-89	CBF	Hep	Luso	31.05
1,62		Lecabela	Quaresma	STP 26-12-89	GRQL	Hep	Luso	31.05
1,61	(pc)	Iolanda	Ribeiro	24-04-89	GDPN	4	Pombal	13.01
1,60		Marta	Onofre	28-01-91	CFB	Hep	Lisboa (U)	05.04
1,60		Marcia	Gonçalves	09-03-89	JOMA	2	Massamá	10.05
<b>(10)</b>								
1,60		Alexandra	Marques	30-07-91	ESJD	2	Coimbra (ECC)	13.07
1,59	(pc)	Ana Paula	Furtado	26-01-89	JOMA	4	Espinho	10.02
1,56		Rute	Lopes	17-02-92	GS-RC	5	Leiria	17.05
1,56		Ana	Monjane	13-05-93	SCB	1	Leiria	18.05
1,56		INF Ana M.	Fartaria Oliveira	18-07-95	GAF	1	Fátima	24.05
1,56		Ana	Costa	09-11-89	GRECAS	4	Coimbra (ECC)	13.07
1,55		Claudina	Borges	CPV 14-08-91	EBMDS	3	Lisboa (U)	20.01
1,55	(pc)	Albertina	Pereira	26-08-90	CAOV	1	Anha-VC	01.03
1,54	(pc)	Eva	Vital	08-07-92	ACDRA	t	Pombal	30.12.2007
1,54	(pc)	Daniela	Ferreira	22-06-89	JV	p	Pombal	24.02
<b>(20)</b>								
1,54		Roméni	Almeida	CPV 25-12-90	NAA	2	Faro	08.06
1,54		Magali	Gomes	01-01-91	EBMDS	5	Leiria	13.06
1,53	(pc)	Ana	Vasconcelos	18-07-92	ACDRA	2	Pombal	06.01
1,53		Rosalina	Carvalho	14-05-90	CDP	2	Maia	13.07
1,52		Sandra	Rodrigues	24-07-91	CBF	1	Quarteira	23.12.2007
1,52		Lúcia	Serrão	08-01-91	AJS	2	Ribeira Brava	13.07
1,51		Cleisa	Tavares	CPV 21-06-89	ADCPF	Hep	Quarteira	29.03
1,51		Cátia	Costa	29-04-91	CRUR	Hep	Seixal	12.04
1,51		Cátia	Garcia dos Santos	13-05-94	SLB	1	Lisboa (U)	24.05
1,50		Mariana	Silva	03-12-90	CDFV	1	Bragança	12.01
<b>(30)</b>								
1,50	(pc)	Catarina	Rosa	20-07-89	CAMG	6	Espinho	20.01
1,50		Ana	Nascimento	08-05-90	GDE	3	Machico	20.01
1,50	(pc)	Liliana	Jorge	03-01-91	JV	3	Pombal	01.03
1,50		Ana	Tão	20-07-92	NAVR	1	Valpaços	26.04
1,50		Cárin	Duarte	09-08-93	CDFXXI	2-ex	Quarteira	03.05
1,50		Sofia	Melo	20-01-92	CDEP	7	Leiria	18.05
1,50		Ungudi	Quiawacana	ANG 09-11-90	SLB	3	Lisboa (U)	13.07

**Ao ar Livre:**

1,55		Ana Paula	Furtado	26-01-89	JOMA	2	Lisboa (U)	05.01
1,55		Iolanda	Ribeiro	24-04-89	GDPN	1	Quarteira	18.05
1,50		Eva	Vital	08-07-92	ACDRA	Hep	M.Grande	12.04
1,50		Catarina	Rosa	20-07-89	CAMG	2	Aveiro	01.05
1,50		Daniela	Ferreira	22-06-89	JV	5	Luso	10.06

**Vara ( até 2,00) CNJ 2,50**

3,25		Marta	Onofre	28-01-91	CFB	1	Lisboa (U)	31.05
3,15			Onofre			2	Lisboa (U)	08.05
3,15			Onofre			1	Lisboa (U)	29.05
3,15			Onofre			2	Lisboa (U)	26.06
3,00		Ana	Costa	09-11-89	GRECAS	2	Luso	20.06
2,94		Joana	Flores	08-10-89	CAT	2	Luso	14.06
2,87	A	Carla	Macedo	22-10-90	GDE	4	Guarda	05.07
2,85		Nádia	Pereira	30-11-89	AJS	1	Ribeira Brava	23.02

2,85		Sara	Ramalho	19-04-89	GDC	1	Seixal	12.07
2,70		Mariana	Pandeirada	10-06-90	GRECAS	6	Luso	14.06
2,65		Ana Paula	Furtado	26-01-89	JOMA	1	Lisboa (U)	19.06
2,65	A	Nanci	Sousa	28-09-90	JV	7	Guarda	05.07
2,60		Ana Patrícia	Silva	28-11-93	CAMG	1	Viseu	25.04
<b>(10)</b>								
2,60		Carolina	Pandeirada	21-10-93	GRECAS	2	Abrantes	29.06
2,60		Verónica	Jerónimo	14-01-91	ACDRA	3	Abrantes	29.06
2,60		Sarina	Santos	24-09-91	CAR-S	1	Abrantes	12.07
2,50		Isabel	Vieira	25-02-93	FCP	1	Maia	19.07
2,45		Ana Filipa	Silva	09-03-93	CAMG	2	Viseu	25.04
2,45		Catarina	Silva	25-10-94	GDIS	6	Abrantes	29.06
2,40	(pc)	Fabiana	Mota	23-03-90	JV	6	Pombal	13.01
2,40		Daniella	Olivier	21-11-94	ADRAP	1	R.Brava	15.03
2,40		Bobbie	Batista	10-04-90	OCL	3	Lagos	20.04
2,35	INF	Rute	Catarino	19-02-95	OCL	1	Faro	31.05
<b>(20)</b>								
2,30	(pc)	Claudia	Ramôa	01-04-90	SCB	3	Braga	19.01
2,30		Nanci	Duarte	25-10-90	2AP	2	M.Grande	10.05
2,30		Alina	Zhepko	UKR 23-06-93	CAT	1	A.Heroísmo	22.06
2,25		Camila	Lucena	07-08-94	CAM	1	Machico	30.05
2,20	(pc)	Catarina	Nunes	01-01-93	ADRAB	10	Pombal	26.01
2,20	(pc)	Cristiana	Cardoso	13-07-91	JAM	2	Espinho	23.02
2,20		Cleisa	Tavares	CPV 21-06-89	ADCPF	3	V.R.S.António	04.05
2,20	INF	Tariana	Baptista	23-01-95	NDJL	1	Lisboa (U)	24.05
2,20		Ana	Vasconcelos	18-07-92	ACDRA	3	Leiria	18.06
2,11		Telma	Guerreiro	31-12-90	JDN	1	Beja	04.06
<b>(30)</b>								
2,10	INF	Sara	Mendes	GBS 16-04-95	NDJL	2	Lisboa (U)	24.05
2,10	INF	Patricia	Spencer	18-01-95	LIFC	ex	Sobreda	27.06
2,00	(pc)	Vanessa	Nora	02-03-93	CAMG	2	Pombal	07.12.2007
2,00		Zercileide	Lima	STP 16-10-91	LIFC	2	Seixal	06.01
2,00		Natacha	Casanova	29-09-93	ADCPF	4-ex	V.R.S.António	04.05
2,00		Fabiola	Lucart	09-09-94	BA	ex	Abrantes	31.05
2,00		Lídia	Alberto	ANG 15-02-93	JV	4	Leiria	18.06
2,00		Mariana	Simões	23-06-94	JV	4	Leiria	18.06

**Ao ar Livre:**

2,40		Fabiana	Mota	23-03-90	JV	2	Coimbra (ECC)	02.07
2,20		Claudia	Ramôa	01-04-90	SCB	1	Braga	11.05
2,20		Catarina	Nunes	01-01-93	ADRAB	2	Abrantes	12.07
2,10		Cristiana	Cardoso	13-07-91	JAM	4	Luso	20.06
2,00		Vanessa	Nora	02-03-93	CAMG	ex	Abrantes	31.05
2,00		Cristiana	Cardoso	13-07-91	JAM	3	Beja	07.06

**Comprimento ( até 5,00) CNJ 5,20**

5,90	(1,2)	Shaina Anthony	Mags	NIG 11-04-92	SCP	1	Lisboa (U)	01.06
5,79	(0,1)		Mags			2	Lisboa (AL)	16.07
5,74	(0,1)	Carla	Gama	24-11-90	GDC	1-ex	Lagos	22.06
5,73	(0,4)	Cláudia	Rodrigues	11-11-89	COD	1	P.Delgada	03.05
5,72	(-0,3)	Eva	Vital	08-07-92	ACDRA	Hep	M.Grande	13.04
5,72	(1,2)		Mags			4	Seixal	20.07
5,71	(-0,6)		Rodrigues			5	Seixal	20.07
5,70	(0,0)		Vital			Hep	Lisboa (U)	04.05
5,70	(0,9)	Ungudi	Quiawacana	ANG 09-11-90	SLB	2	Lisboa (U)	01.06
5,70	(1,8)	Vanessa	Rocha	02-01-90	GDE	4	Faro	07.06
5,67	(pc)		Rocha			1	Espinho	02.02
5,66	(1,3)		Vital			1	Nazaré	29.03
5,62	(0,8)	Sara	Esteves	24-08-92	CAMz-VC	1	Braga	11.05
5,52	(0,2)	Carmenzinda	Nascimento	21-12-89	SCP	-	Lisboa (U)	29.06
5,43	(0,2)	Claudina	Borges	CPV 14-08-91	EBMDS	1	V.Novas	23.05
5,28	(1,8)	Bruna	Monteiro	10-02-92	GCB	4	Abrantes	29.06
<b>(10)</b>								
5,27	(1,5)	Lecabela	Quaresma	STP 26-12-89	GRQL	1	Beja	07.06
5,25	(1,2)	Ana Paula	Furtado	26-01-89	JOMA	1	Lisboa (I)	19.01
5,24	(0,7)	Márcia	Gonçalves	09-03-89	JOMA	3	Lisboa (U)	29.06
5,20	(1,3)	Rute	Lopes	17-02-92	GS-RC	1	Coimbra (ECC)	02.07
5,19	(0,7)	Rute	Limpo	23-12-90	JDN	1	Beja	27.11.2007
5,19	(1,1)	Daniela	Ferreira	22-06-89	JV	3	Viseu	16.08
5,17	(1,4)	Lúcia	Serrão	08-01-91	AJS	2	Machico	19.01

5,17	(-2,5)	Marta	Onofre	28-01-91	CFB	Hep	Seixal	20.04
5,16	(0,0)	Carla	Pinhão	21-04-90	GRECAS	1	Luso	22.06
5,15	(1,5)	Vanda	Pinto	15-09-93	SCB	1	A.Valdevez	21.06
<b>(20)</b>								
5,11	(-0,7)	Débora	Tavares	11-05-93	GCDS	1	Luso	27.04
5,11	(0,4)	Sofia	Santos	02-06-94	ADRAP	1	Ribeira Brava	06.06
5,11	(0,9)	Márcia	Vieira	04-01-91	Lavra	6	Abrantes	29.06
5,10	(0,8)	Stenia	Betuncal	GBS 25-11-92	CASM	3	Lisboa (U)	08.06
5,10	(0,5)	Ana	Borges	12-09-90	SCB	7	Luso	15.06
5,09	(0,0)	Leida	Fernandes	CPV 10-11-89	JOMA	4	Lisboa (U)	29.06
5,08	(pc)	Débora	Encarnação	06-09-89	CAM	6	Espinho	02.02
5,08	(0,1)	Anabela	Neto	25-03-91	ACRDE	2	Luso	27.04
5,07	(0,9)	Tânia	Tristão	03-01-92	CPP	1	Abrantes	13.07
5,06	(-0,2)	Nídia	Encarnação	13-05-91	GDE	2-ex	Machico	05.07
<b>(30)</b>								
5,04	(-0,3)	Irina	Rodrigues	05-02-91	JV	Hep	M.Grande	13.04
5,04	(2,0)	A Andreia	Nicolau	01-02-91	UAG	1	Guarda	08.06
5,04	(1,9)	Carolina	Josefa	01-07-92	SCA	2	Abrantes	13.07
5,03	(0,4)	Cláudia	Santos	07-02-92	SCB	2	A.Valdevez	21.06
5,02	(-0,2)	Verónica	Cardoso	20-08-91	AACC	1	Seixal	22.06
5,00	(pc)	Isabel	Vieira	25-02-93	FCP	t	Alpiarça	02.02
5,00	(0,5)	Anais	Baptista	25-06-94	JV	Hep	M.Grande	13.04
5,00	(1,2)	Mariana	Oliveira	04-04-92	ACRZA	2	Beja	11.06
5,00	(1,6)	Jussara	Spencer Silva	14-01-93	EBMDS	9	Malta	19.07

#### Sem controlo de anemómetro

5,33		Rute	Limpo	23-12-90	JDN	1-ex	V.R.S.António	04.05
------	--	------	-------	----------	-----	------	---------------	-------

#### Com vento favorável > 2 m / s

5,82	(3,4)	Carmenzinda	Nascimento	21-12-89	SCP	1	Lisboa (U)	13.07
5,81	(2,5)	Carla	Gama	24-11-90	GDC	1	Seixal	13.07
5,75	(3,5)	Cláudia	Rodrigues	11-11-89	COD	Hep	Luso	01.06
5,64	(2,4)	Sara	Esteves	24-08-92	CAMz-VC	1	A.Valdevez	21.06
5,55	(3,3)	Claudina	Borges	CPV 14-08-91	EBMDS	3	Lisboa (U)	13.07
5,36	(2,9)	Rute	Lopes	17-02-92	GS-RC	Hep	M.Grande	06.07
5,34	(5,5)	Catarina	Costa	03-08-89	CBF	1	Lagos	17.05
5,25	(5,0)	Débora	Tavares	11-05-93	GCDS	1	Aveiro	25.05
5,21	(2,3)	Irina	Rodrigues	05-02-91	JV	1	M.Grande	11.05
5,21	(3,3)	Verónica	Cardoso	20-08-91	AACC	2	Seixal	13.07
5,18	(4,8)	Carolina	Josefa	01-07-92	SCA	1	Abrantes	31.05
5,13	(2,2)	Sofia	Santos	02-06-94	ADRAP	5	Abrantes	29.06
5,06	(4,3)	INF Sarah	Dias	15-02-95	JV	1	M.Grande	30.03

#### Triplo ( até 10,20) CNJ 10,80

12,50	(0,8)	Lecabela	Quaresma	STP 26-12-89	GRQL	4	Seixal	19.07
12,44	(0,4)	Vanessa	Rocha	02-01-90	GDE	-	Lisboa (U)	28.06
12,44	(0,0)	Carmezinda	Nascimento	21-12-89	SCP	1	Lisboa (U)	12.07
12,29	(pc)		Rocha			1	Espinho	03.02
12,27	(1,2)		Rocha			1	Luso	14.06
12,22	(pc)		Rocha			1	Espinho	10.02
12,22	(1,5)		Rocha			6	Seixal	19.07
12,16	(pc)		Rocha			3	Pombal	24.02
12,13	(1,8)		Nascimento			-	Lisboa (U)	28.06
12,13	(1,9)	A	Nascimento			2	Guarda	05.07
12,09	(1,8)	Carla	Pinhão	21-04-90	GRECAS	2	Coimbra (ECC)	12.07
12,05	(0,2)		Pinhão			1	Luso	20.06
11,96	(2,0)	Shaina Anthony	Mags	NIG 11-04-92	SCP	2	Lisboa (U)	12.07
11,78	(0,2)	Anabela	Neto	25-03-91	ACRDE	2	Malta	18.07
11,72	(-1,2)	Sara	Esteves	24-08-92	CAMz-VC	1	Leiria	17.05
11,72	(1,4)	Claudina	Borges	CPV 14-08-91	EBMDS	3	Luso	14.06
11,60	(1,8)	Ana	Borges	12-09-90	SCB	1-ex	Braga	12.04
11,49	(0,8)	Joana	Flores	08-10-89	CAT	9	Luso	14.06
<b>(10)</b>								
11,49	(1,5)	Ana Paula	Furtado	26-01-89	JOMA	3	Lisboa (U)	12.07
11,43	(1,2)	Marta	Onofre	28-01-91	CFB	1	Lisboa (U)	26.04
11,41	(pc)	Liliana	Jorge	03-01-91	JV	ex	Espinho	23.02
11,33	(0,9)	Cláudia	Rodrigues	11-11-89	COD	1	P.Delgada	03.05
11,27	(1,3)	Nídia	Encarnação	13-05-91	GDE	1	Machico	21.06

11,14	(1,4)	Leida	Fernandes	CPV	10-11-89	JOMA	4	Lisboa (U)	12.07
11,13	(0,2)	Lúcia	Serrão		08-01-91	AJS	2	Machico	21.06
11,06	(1,4)	Vera	Barbosa		13-01-89	JOMA	3	Lisboa (U)	02.07
11,01	(0,0)	Rute	Limpo		23-12-90	JDN	1	Beja	08.06
10,86	(1,5)	Ana Sofia	Campião		11-04-90	GDPN	-	Quarteira	03.05
<b>(20)</b>									
10,86	(1,1)	Teresa	Paulo	ANG	21-07-92	GRECAS	4	Luso	20.06
10,86	(0,0)	A Andreia	Crespo		16-10-93	NDCG	1	Guarda	11.10
10,75	(-0,6)	Joana	Araújo		05-01-90	SCB	3-ex	Braga	11.06
10,75	(1,8)	Rosalina	Carvalho		14-05-90	CDP	2	Maia	09.07
10,74	(0,1)	Anais	Baptista		25-06-94	JV	2	Coimbra (ECC)	09.06
10,58	(0,1)	Joana	Lopes		13-10-91	GDFE	ex	Coimbra (ECC)	09.06
10,56	(-0,5)	Andreia	Pinto		16-04-93	CAMG	3	Coimbra (ECC)	09.06
10,51	(1,9)	Carolina	Josefa		01-07-92	SCA	8	Abrantes	28.06
10,48	(pc)	Cátia	Gaspar		12-04-90	JV	2	Pombal	16.12.2007
10,47	(0,0)	Filipa	Beleza		05-05-92	FCP	6-ex	Braga	11.06
<b>(30)</b>									
10,47	(1,7)	Sandra	Rodrigues		24-07-91	CBF	9	Abrantes	28.06
10,38	(pc)	Catarina	Amorim		03-05-92	GDL	1	Espinho	02.03
10,36	(1,9)	Sandra	Moreira	CPV	19-02-93	SCP	3	Lisboa (U)	07.06
10,30	(0,1)	Vanessa	Henriques		21-01-92	GAF	3-ex	R.Maior	08.06
10,29	(-0,4)	Cátia	Rodrigues		12-02-92	CCDR	6	Leiria	17.05
10,25	(-4,2)	Filipa	Pinto da Silva		28-11-94	GDL	1	Aveiro	07.06
10,24	(0,5)	Marta	Gomes		24-06-91	ADLA	3	Lisboa (I)	12.01
10,21	(-1,3)	Cátia	Costa		29-04-91	CRUR	7	Leiria	17.05

#### Ao ar Livre:

11,13	(-1,5)	Liliana	Jorge		03-01-91	JV	1	Leiria	19.04
10,20	(-1,2)	Catarina	Amorim		03-05-92	GDL	3	Luso	26.04

#### Com vento favorável > 2 m / s

12,55	(3,5)	Vanessa	Rocha		02-01-90	GDE	ex	Lisboa (U)	28.06
11,96	(4,2)	Claudina	Borges	CPV	14-08-91	EBMDS	2	Lisboa (U)	31.05
11,88	(3,2)	Sara	Esteves		24-08-92	CAMz-VC	2	Abrantes	28.06
11,76	(2,1)	Ana	Borges		12-09-90	SCB	6	Faro	08.06
11,70	(2,4)	Anabela	Neto		25-03-91	ACRDE	3	Abrantes	28.06
11,49	(3,9)	Marta	Onofre		28-01-91	CFB	ex	Abrantes	10.05
11,41	(3,5)	Leida	Fernandes	CPV	10-11-89	JOMA	2	Lisboa (U)	02.07
11,19	(4,2)	Liliana	Jorge		03-01-91	JV	1	M.Grande	10.05
11,09	(2,3)	Ana Sofia	Campião		11-04-90	GDPN	1	Quarteira	03.05
10,89	(5,3)	Anais	Baptista		25-06-94	JV	1	C.Rainha	07.06
10,82	(3,0)	Joana	Araújo		05-01-90	SCB	3	P.Varzim	31.05
10,78	(6,4)	Rosalina	Carvalho		14-05-90	CDP	3	Maia	12.07
10,77	3,6)	Joana	Lopes		13-10-91	GDFE	1	Abrantes	12.07
10,55	(4,0)	Filipa	Beleza		05-05-92	FCP	1	P.Varzim	07.06
10,41	(2,3)	Sandra	Moreira	CPV	19-02-93	SCP	1	Lisboa (U)	21.06
10,40	(5,1)	Sílvia	Florido		19-06-93	MAC	2	P.Varzim	07.06
10,35	(3,7)	Marta	Gomes		24-06-91	ADLA	4	Lisboa (U)	26.04
10,35	(5,1)	Benvinda	Costa		29-12-89	CRUR	1	Sobreda	31.05
10,32	(6,4)	Verónica	Cardoso		20-08-91	AACC	2	Sobreda	26.04
10,32	(3,5)	Sara	Oliveira		28-12-93	CAMG	3	C.Rainha	07.06
10,32	(4,0)	Ana	Correia	CPV	29-12-90	LIFC	1	Seixal	12.07
10,30	(4,8)	Mariana	Morgado		16-11-89	BA	2	M.Grande	10.05
10,21	(3,2)	Bárbara	Ribeiro		27-09-93	JV	4	C.Rainha	07.06

#### Peso (4) ( até 9,40) CNJ 10,20

13,26		Irina	Rodrigues		05-02-91	JV	1	Luso	15.06
13,15		Ir.	Rodrigues				1	Viseu	16.08
12,99	(pc)	Ir.	Rodrigues				1	Pombal	05.01
12,69		Ir.	Rodrigues				5	Seixal	20.07
12,62	(pc)	Ir.	Rodrigues				6	Pombal	26.01
12,52	(pc)	Ir.	Rodrigues				1	Pombal	15.12.2007
12,39		Catarina	Rosa		20-07-89	CAMG	1	Aveiro	01.05
12,04		Lecabela	Quaresma	STP	26-12-89	GRQL	Hep	Luso	31.05
12,02	(pc)	Ir.	Rodrigues				2	Espinho	19.01
11,76		Soraia	Ruas		07-01-92	ADREP	4	Luso	15.06
11,66		Vanessa	Patinez Martins		29-10-89	CDQ	1	Quarteira	03.05
11,32		Cláudia	Rodrigues		11-11-89	COD	1	P.Delgada	10.11.2007



10,91		Ana Rita	Henriques	25-11-92	ACDRA	3	Coimbra (ECC)	13.07
10,80		Benvinda	Costa	29-12-89	CRUR	1	Beja	08.06
10,77		Ana Patrícia	Inácio	11-02-91	CAMG	2	Faro	08.06
10,17	(pc)	Carolina	Rodrigues	07-02-91	NSC	1	Alpiarça	08.12.2007
<b>(10)</b>								
9,87		Cristiana	Cruz	15-06-90	CCDR	3	Guimarães	17.05
9,82		Patrícia	Penteado	14-09-92	SCA	2	Abrantes	13.07
9,80		Andreia	Gomes	14-02-89	NAA	1	Lisboa (U)	01.06
9,70		Ana Patrícia	Garrido	03-12-91	ACBU	3	Luso	02.07
9,63	(pc)	Marta	Monteiro	02-01-90	CAA	1-ex	Braga	10.02
9,61	(pc)	Sara	Santos	19-03-91	ADRLCE	1	Espinho	24.02
9,61		Ana	Salvé Rainha	02-10-89	CRDS	1	Quarteira	14.03
9,59	(pc)	Carla	Gama	24-11-90	GDC	p	Pombal	24.02
9,54		Cláudia	Santos	07-02-92	SCB	1	Maia	12.07
9,45		Susana	Encarnação	09-03-92	OCL	1	Quarteira	15.03
<b>(20)</b>								
9,41		Tânia	Martins	10-01-89	ARCBV	1	C.Branco	31.05

**Ao ar Livre:**

9,63		Carolina	Rodrigues	07-02-91	NSC	3	Abrantes	13.07
------	--	----------	-----------	----------	-----	---	----------	-------

**Disco (1) ( até 28,00) CNJ 32,00**

53,94		Irina	Rodrigues	05-02-91	JV	1	Leiria	01.03	RN
53,00		Ir.	Rodrigues			1	Seixal	19.07	
52,89		Ir.	Rodrigues			3	Leiria	26.07	
52,86		Ir.	Rodrigues			1	C.Vide	29.06	
52,71		Ir.	Rodrigues			1	Leiria	27.07	
52,10		Ir.	Rodrigues			2	Faro	07.06	
52,10		Ir.	Rodrigues			2	Leiria	13.06	
51,40		Ir.	Rodrigues			1	Leiria	31.05	
51,38		Ir.	Rodrigues			2	Q. do Anjo	09.03	
51,12		Ir.	Rodrigues			1	M.Grande	25.05	
51,05		Ir.	Rodrigues			2	Mannheim	22.06	
50,97		Ir.	Rodrigues			3	Lisboa (U)	10.06	
50,53		Ir.	Rodrigues			1	Luso	14.06	
50,51		Ir.	Rodrigues			3	Leiria	27.07	
50,33		Ir.	Rodrigues			1	Abrantes	29.06	
49,66		Ir.	Rodrigues			1	Leiria	09.02	
49,62		Ir.	Rodrigues			4	Q. do Anjo	08.03	
49,35		Ir.	Rodrigues			ex	Lisboa (I)	12.01	
49,19		Ir.	Rodrigues			1	M.Grande	10.05	
48,60		Ir.	Rodrigues			1	Nivelles	20.09	
48,15		Ir.	Rodrigues			7 qA	Bydgoszcz	11.07	
42,22		Catarina	Rosa	20-07-89	CAMG	6	Leiria	26.07	
41,22		Andreia	Gomes	14-02-89	NAA	7	Q. do Anjo	08.03	
36,90		Ana Patrícia	Inácio	11-02-91	CAMG	3	Alcanena	04.05	
35,71		Carolina	Rodrigues	07-02-91	NSC	1	Abrantes	12.07	
35,17		Sara	Oliveira	16-04-89	NSSMSM	1	P.Delgada	09.02	
35,02		Rosa	Pereira	17-05-91	AJS	1	Funchal (RG3)	19.01	
34,26		Cristiana	Cruz	15-06-90	CCDR	3	Guimarães	17.05	
32,42		Vanessa	Patinez Martins	29-10-89	CDQ	1	Faro	21.06	
32,29		Diana	Hernandez	01-01-93	GRECAS	1	Lovelhe	23.07	
<b>(10)</b>									
32,11		Carla Muriel	Góis	09-02-91	GDE	1-ex	Ribeira Brava	26.04	
31,70		Vera	Pereira	25-09-92	ESSCP	2	Lisboa (U)	31.05	
30,36		Helena Raquel	Fernandes	15-03-93	CSPP	3	Leiria	27.07	
29,59		Marta	Monteiro	02-01-90	CAA	2	Maia	09.07	
29,50		Margarida	Borges	08-07-92	ACM-AH	1	A.Heroísmo	19.04	
28,90		Claudia	Nóbrega	03-09-90	GDE	1	Funchal (RG3)	21.06	
28,77		Fabiana	Domingos	05-04-93	CAMG	4	Leiria	27.07	
28,19		Carla	Macedo	22-10-90	GDE	1-ex	Funchal (RG3)	17.05	
28,18		Ana Lúcia	Viveiros	20-04-92	ADRAP	2	Ribeira Brava	03.05	

**Martelo (4) ( até 28,00) CNJ 37,00**

50,97		Claudia	Nóbrega	03-09-90	GDE	1	Luso	15.06
50,78	A		Nóbrega			2	Guarda	06.07
50,67			Nóbrega			1	Luso	10.06
50,54			Nóbrega			5	Seixal	19.07
50,46			Nóbrega			2	Lovelhe	12.07

50,08		Nóbrega			1	Funchal (RG3)	24.02
50,07		Nóbrega			2	C.Vide	29.06
50,02		Nóbrega			1	Leiria	01.03
50,01		Nóbrega			1-ex	Funchal (RG3)	17.05
49,76		Nóbrega			4	Faro	07.06
49,49		Nóbrega			1-ex	A.Valdevez	09.06
49,39		Nóbrega			1-ex	Seia	25.05
49,04		Nóbrega			1	Funchal (RG3)	10.05
49,00		Nóbrega			2	Ribeira Brava	23.07
48,22		Nóbrega			1	Funchal (RG3)	15.03
48,05	Ana Rita	Henriques	25-11-92	ACDRA	2	Luso	15.06
46,62	Gabriela	Venade	04-07-91	ADCL	4	Lovelhe	23.07
45,50	Mafuta	Maketa	27-03-89	JV	6	Leiria	26.07
42,02	Daniela	Teixeira	14-07-91	GDE	1	Vieux-Habitants	28.05
41,14	Vanessa	Andrade	15-04-90	GDE	3	Ribeira Brava	23.07
40,89	Filipa	Almeida Gordo	12-10-90	CFB	2	Lisboa (U)	12.07
40,66	Filipa	Vasconcelos	21-10-91	GDE	2	Funchal (RG3)	17.05
39,13	Andreia	Venade	16-03-92	ADCL	7	Luso	15.06
39,09	Sara	Custódio	22-11-91	JOMA	8	Luso	15.06
(10)							
37,72	Ana	Salvé Rainha	02-10-89	CRDS	1	V.R.S.António	27.01
37,46	Andreia	Gomes	14-02-89	NAA	3	Faro	07.06
37,06	Patrícia	Penteado	14-09-92	SCA	1	Abrantes	13.07
36,97	Joana	Esgueirão	01-01-92	GRECAS	2	Luso	09.07
36,70	Dóris	Freitas	20-02-92	CSM	4	Funchal (RG3)	12.07
36,25	Viviana	P. Gonçalves	25-06-91	AJS	5	Funchal (RG3)	21.06
35,76	Vanessa	Pedrosa	05-04-92	CSGaia	1	Porto (I)	11.05
35,33	Catarina	Granja	23-05-92	ADCL	3	P.Varzim	01.06
34,72	Irina	Rodrigues	05-02-91	JV	3	Leiria	31.05
34,65	Mara	Bicas	06-11-89	JDN	7	Setúbal	24.05
(20)							
34,20	Joana	Braga	16-10-92	AAPL	1	Seixal	12.07
34,19	Cristiana	Cruz	15-06-90	CCDR	1	Porto (I)	12.07
32,85	Catarina	Rosa	20-07-89	CAMG	4	Faro	07.06
32,38	Daniela	Martins	08-07-89	CPP	2	Abrantes	13.07
32,10	Joana	Rebelo	02-02-93	ACM-AH	4	Vieux-Habitants	28.05
31,08	Margarida	Borges	08-07-92	ACM-AH	3	P.Delgada	13.07
30,85	Ana Raquel	Rocha	26-03-92	JV	3	Leiria	09.07
30,83	Sara	Ramalho	19-04-89	GDC	10	Setúbal	24.05
30,14	Vanessa	Ferreira	12-12-91	CSGaia	6	P.Varzim	01.06
28,67	Joana	Eduardo	27-02-92	GRQL	2	Sobreda	13.06
(30)							
28,19	Marina	Carvalho	02-02-90	SUOV	11	Luso	10.06

**Dardo (0,6) ( até 28,00) CNJ 33,00**

40,44	Carla	Macedo	22-10-90	GDE	1	Leiria	01.03
39,76	Benvinda	Costa	29-12-89	CRUR	2	C.Vide	29.06
38,22	Ana Rita	Ferreira	28-01-91	ACDRA	1	Abrantes	28.06
37,99	Cátia	Costa	29-04-91	CRUR	2	Abrantes	28.06
36,55	Carla Muriel	Góis	09-02-91	GDE	1	Vieux-Habitants	28.05
36,19	Verónica	Jerónimo	14-01-91	ACDRA	3	Abrantes	28.06
36,17	Cláudia	Rodrigues	11-11-89	COD	Hep	Luso	01.06
35,54	Lecabela	Quaresma	26-12-89	GRQL	3	Leiria	01.03
35,43	Claudia	Ramôa	01-04-90	SCB	1	Guimarães	12.04
35,00	Sara	Custódio	22-11-91	JOMA	2	Leiria	01.03
(10)							
34,92	Vanessa	Patinez Martins	29-10-89	CDQ	1	Quarteira	03.05
34,70	Carolina	Josefa	01-07-92	SCA	3	Leiria	27.07
34,37	Elisabete	Silva	25-04-92	CDEM	2	Vieux-Habitants	28.05
33,85	Nanci	Sousa	28-09-90	JV	4	Leiria	27.07
33,25	Rosalina	Carvalho	14-05-90	CDP	1	P.Varzim	04.06
33,04	Telma	Guerreiro	31-12-90	JDN	1	Beja	04.06
32,11	Roménia	Almeida	25-12-90	NAA	1	Lisboa (U)	29.06
30,71	Carla Raquel	Silva	17-02-90	CAA	2	Maia	19.07
29,42	Marta	Monteiro	02-01-90	CAA	2	Maia	16.02
29,21	Claudina	Borges	14-08-91	EBMDS	1	Lisboa (U)	08.03
(20)							
28,96	Marlene	Araújo	19-02-93	GDSD	1	Lisboa (U)	07.06
28,80	Rosa	Alves	10-07-89	ADA	1	Lovelhe	03.05
28,22	Petra	Rey	13-04-91	GRQL	3	Seixal	13.07

Pentatlo							
3386	Cláudia	Rodrigues	11-11-89	COD	1	P.Delgada	27.01
			9,42(2,2)-1,60-10,48-5,21(1,3)-2.33,63				
2414	Sofia	Melo	20-01-92	CDEP	1	P.Delgada	09.02
			10,13(2,0)-1,35-8,70-4,34(1,0)-2.53,02				

Heptatlo ( até 2200) CNJ 3000							
4866	Cláudia	Rodrigues	11-11-89	COD	1	Luso	01.06
			15,47(2,6)-1,65-10,23-26,81(0,9)-5,75(3,5)-36,17-2.33,53				
4833	Lecabela	Quaresma	26-12-89	GRQL	2	Luso	01.06
			14,97(2,6)-1,62-12,04-26,70(0,9)-5,26(2,2)-26,66-2.23,10				
4726		Rodrigues			13	Maribor	29.06
			15,45-1,66-10,28-26,42(3,4)-5,52(0,8)-31,13-2.35,59				
4374	Catarina	Costa	03-08-89	CBF	3	Luso	01.06
			15,92(2,6)-1,62-9,23-25,79(0,9)-4,65(3,4)-26,87-2.28,39				
4259		Rodrigues			2	Seixal	20.04
			17,4(-3,9)-1,66-9,72-27,8(-0,9)-5,48(0,0)-30,67-2.37,2				
3864	Carla	Gama *	24-11-90	GDC	4	Luso	01.06
			15,67(2,6)-1,47-8,54-26,50(0,9)-5,35(2,7)-x-2.31,32				
3758	Joana	Flores	08-10-89	CAT	5	Luso	01.06
			16,26(2,6)-1,65-8,64-29,94(0,9)-4,92(1,7)-26,13-2.55,17				
3672	Rute	Limpo	23-12-90	JDN	6	Luso	01.06
			17,00(2,6)-1,41-7,51-27,28(0,9)-5,05(0,1)-26,20-2.44,94				
3397	Ana Catarina	Neves	25-10-89	ADRAB	7	Seixal	20.04
			17,3(-1,7)-1,39-8,67-29,7(-0,9)-4,57(0,5)-25,63-2.38,6				
3121	Cleisa	Tavares	21-06-89	ADCPF	1	Quarteira/Lagos	30.03
			19,18(-1,3)-1,51-6,33-28,47(-2,0)-4,46(0,4)-20,99-2.46,18				
3039	Ana	Costa	09-11-89	GRECAS	2	Luso	18.05
			18,02(2,7)-1,52-7,16-29,62(2,4)-4,54(0,3)-20,46-3.04,96				
2933	Catarina	Silva	03-04-90	JAM	3	Luso	18.05
			18,44(2,7)-1,40-6,21-26,86(2,4)-4,49(0,2)-14,63-3.01,44				
(10)							
2876	Bobbie	Batista	10-04-90	OCL	2	Quarteira/Lagos	30.03
			19,02(-1,3)-1,39-6,93-30,53(-2,0)-4,46(0,9)-24,65-2.54,77				
2792	Vera	Lima	08-12-89	ADS	4	Luso	18.05
			19,47(2,7)-1,22-6,04-27,61(3,4)-4,35(0,1)-20,64-2.47,92				
2759	M.ª Inês	Tapadas	28-11-90	ADRAB	8	Seixal	20.04
			19,4(-1,7)-1,30-6,81-28,6(-0,9)-4,20(-3,4)-19,64-2.47,4				
2720	Benvinda	Costa	29-12-89	CRUR	9	Seixal	20.04
			20,5(-1,7)-1,24-9,75-30,8(-0,9)-4,32(-0,1)-32,57-3.08,3				
2712	Carolina	Ornelas	03-12-89	AJS	1	Ribeira Brava	04.05
			18,25(-3,4)-1,46-7,33-29,65(-2,8)-3,69(0,3)-3.14,84				
2650	Alda	Tavares	11-03-89	CFUL	5	Luso	18.05
			19,29(2,7)-1,25-7,72-30,26(3,4)-3,88(0,1)-26,57-2.57,49				
2642	Sara	Ramalho	19-04-89	GDC	10	Seixal	20.04
			19,6(-1,7)-1,36-7,38-29,3(-0,9)-4,32(-1,1)-19,97-3.06,2				
2619	Diana	Morgado	16-11-89	BA	6	Luso	18.05
			17,26(2,7)-1,40-7,89-30,26(3,4)-4,19(0,8)-16,86-3.33,50				

5 Km-Marcha ( até 30.00)							
23.54	Ana Cláudia	Conceição	31-01-89	SCB	tp	Cheboksary	10.05
24.11	Catarina	Godinho	03-02-89	CAFZ	tp	Cheboksary	10.05
24.19		Conceição			tp	Rio Maior	05.04
24.31		Conceição			1	Alta de Lisboa	17.11.2007
24.55		Godinho			1	F.Zêzere	18.05
24.59		Conceição			tp	Montemor-o-Velho	12.01
26.28	Andreia	Soares	26-03-89	CAFZ	2	F.Zêzere	18.05
27.22	Liliana	Martins	20-07-90	GCAD	tp	Rio Maior	05.04
27.43	Sandra	Costa Monteiro	05-09-92	CAA	1	V.N. Gaia	03.02
27.52	Susana	Godinho	05-07-92	CAA	2	V.N. Gaia	03.02
27.59	Andreia	Coelho	25-10-91	GDL	3	V.N. Gaia	03.02
28.36	Daniela Cristina	Vasconcelos	16-04-92	CAA	2	Mealhada	01.03
28.37	Hanna	Shershneva	UKR 05-11-89	CAMG	3	Alvaiázere	03.11.2007
29.08	Daniela	Cardoso	15-12-91	BA	3	Rio Maior	05.04
29.36	Andreia	Monteiro	17-12-90	CAFZ	tp	Montemor-o-Velho	12.01
29.39	Vanessa	Silva Ribeiro	17-04-92	GDEN	4	V.N. Gaia	03.02

**10 Km-Marcha ( até 1:12.00,0)**

48.11	Ana Cláudia	Conceição	31-01-89	SCB	15	Cheboksary	10.05
48.49	Catarina	Godinho	03-02-89	CAFZ	17	Cheboksary	10.05
48.54		Conceição			1	Rio Maior	05.04
49.08		Conceição			1	Mealhada	01.03
50.01		Conceição			1	Montemor-o-Velho	12.01
51.21		Conceição			1	V.N. Gaia	03.02
51.23		Godinho			2	Mealhada	01.03
51.30		Godinho			2	Rio Maior	05.04
55.07	Liliana	Martins	20-07-90	GCAD	2	Montemor-o-Velho	12.01
56.23	Andreia	Soares	26-03-89	CAFZ	4	Mealhada	01.03
57.18	Hanna	Shershneva	UKR 05-11-89	CAMG	5	Mealhada	01.03
58.02	Andreia	Monteiro	17-12-90	CAFZ	3	Montemor-o-Velho	12.01
1:03.31	M.ª João	Brito	13-05-90	JAM	3	V.N. Gaia	03.02
1:06.00	Ana Vanessa	Leitão	28-11-90	BA	4	V.N. Gaia	03.02
1:09.50	Lucinda	Cafumana	ANG 12-05-90	NAA	8	Mealhada	01.03

**3.000 Metros-Marcha ( até 18.00,00)**

13.44,68	(pc)	Ana Cláudia	Conceição	31-01-89	SCB	4	Pombal	26.01
13.53,4		Catarina	Godinho	03-02-89	CAFZ	2	Lisboa (U)	10.06
15.01,86	(pc)	Liliana	Martins	20-07-90	GCAD	10	Pombal	23.02
15.32,03	(pc)	Hanna	Shershneva	UKR 05-11-89	CAMG	1	Pombal	05.01
15.35,93	(pc)	Andreia	Coelho	25-10-91	GDL	4	Espinho	19.01
15.45,57	(pc)	Sandra	Costa Monteiro	05-09-92	CAA	4	Braga	19.01
16.04,32	(pc)	Ana	Hurlebaus	UKR 18-06-94	CNRM	2	Pombal	27.01
16.16,06	(pc)	Daniela Cristina	Vasconcelos	16-04-92	CAA	5	Braga	19.01
16.17,40		Rita	Rosa	15-03-92	ADRAB	4	M.Grande	24.05
16.29,44	(pc)	Andreia	Monteiro	17-12-90	CAFZ	4	Pombal	05.01
(10)								
17.05,53	(pc)	M.ª João	Brito	13-05-90	JAM	2	Espinho	05.01
17.08,17	(pc)	Ana Bárbara	Canadas	19-11-93	CNRM	3	Pombal	27.01
17.08,88		Daniela	Cardoso	15-12-91	BA	5	M.Grande	24.05
17.14,23	(pc)	Luciana	de Jesus	11-04-93	CAMG	4	Pombal	27.01
17.32,6		INF M.ª Carolina	Ramos	04-07-95	GDSD	1	Rio Maior	25.04
17.37,9		INF Daniela	Godinho	07-04-97	ADRAB	2	Rio Maior	25.04
17.40,36		Mariana	Teixeira	16-07-92	GDE	6	Faro	07.06
17.43,26	(pc)	Eva Maria	Santos	24-03-89	CPP	6	Pombal	05.01
17.47,68	(pc)	Marisa	de Jesus	11-04-93	CAMG	7	Pombal	27.01
17.52,98	(pc)	Ana Vanessa	Leitão	28-11-90	BA	2	Pombal	05.01

**Ao ar Livre:**

13.56,86	Ana Cláudia	Conceição	31-01-89	SCB	1	Guimarães	24.05
15.42,49	Hanna	Shershneva	UKR 05-11-89	CAMG	3	M.Grande	24.05
15.43,5	Liliana	Martins	20-07-90	GCAD	1	C.Branco	03.02

**5.000 Metros-Marcha ( até 32.00,00)**

26.34,7	Liliana	Martins	20-07-90	GCAD	1	C.Branco	31.05
27.24,20	Hanna	Shershneva	UKR 05-11-89	CAMG	1	Rio Maior	25.04
27.43,13	Rita	Rosa	15-03-92	ADRAB	1	Abrantes	22.05
28.03,23	Andreia	Soares	26-03-89	CAFZ	1	Abrantes	10.05
28.24,03	Andreia	Coelho	25-10-91	GDL	1	Abrantes	28.06
28.26,96	Daniela	Cardoso	15-12-91	BA	1	Coimbra (ECC)	09.06
28.42,31	Sandra	Costa Monteiro	05-09-92	CAA	1	P.Varzim	07.06
28.55,50	Luciana	de Jesus	11-04-93	CAMG	2	Coimbra (ECC)	09.06
29.02,65	Marisa	de Jesus	11-04-93	CAMG	3	Coimbra (ECC)	09.06
29.09,79	Ana	Hurlebaus	UKR 18-06-94	CNRM	1	Rio Maior	25.04
(10)							
29.18,42	Andreia	Monteiro	17-12-90	CAFZ	2	Abrantes	10.05
29.35,93	Ana	Morgado Amaro	06-02-93	CPC	4	Abrantes	28.06
30.01,81	Sofia	Almeida Silva	30-06-93	CAA	6	Abrantes	28.06
30.09,5	Joana	Fortuna	27-07-91	CSGaia	2	P.Varzim	07.06
31.27,62	Mariana	F. Rodrigues	07-09-94	AJS	1	Ribeira Brava	10.05
31.42,12	Daniela Cristina	Vasconcelos	16-04-92	CAA	10	Abrantes	28.06
31.53,40	Vanessa	Silva Ribeiro	17-04-92	GDEN	11	Abrantes	28.06

**10.000 Metros-Marcha ( até 1:13.00,00) CNJ 1:06.00,00**

48.42,38	Catarina	Godinho	03-02-89	CAFZ	1	Luso	14.06
48.54,99	Ana Cláudia	Conceição	31-01-89	SCB	2	Luso	14.06

49.07,71		Conceição			7	Seixal	19.07
50.46,04		Godinho			27	Bydgoszcz	09.07
52.18,84		Soares	26-03-89	CAFZ	6	Luso	29.03
53.39,29		Liliana Martins	20-07-90	GCAD	4	Luso	14.06
56.57,57		Andreia Coelho	25-10-91	GDL	8	Luso	29.03
57.51,36		Sandra Costa Monteiro	05-09-92	CAA	1	Maia	13.07
59.05,32	A	Andreia Monteiro	17-12-90	CAFZ	5	Guarda	05.07
59.23,52		Rita Rosa	15-03-92	ADRAB	2	Abrantes	12.07
1:02,36,99		Daniela Cardoso	15-12-91	BA	4	Coimbra (ECC)	12.07
1:03,27,57		Daniela Cristina Vasconcelos	16-04-92	CAA	2	P.Varzim	31.05
(10)							
1:03.42,99		Joana Fortuna	27-07-91	CSGaia	3	P.Varzim	31.05
1:05.42,02		M.ª João Brito	13-05-90	JAM	5	Luso	20.06
1:08.00,75		Lucinda Cafumana	ANG 12-05-90	NAA	1	Lisboa (U)	29.06
1:08.20,62		Ana Vanessa Leitão	28-11-90	BA	1	M.Grande	10.05
1:09.59,19		Iolanda Gonçalves	10-08-90	SUOV	2-ex	M.Grande	10.05
1:12.55,93		Ana Cláudia Pereira	21-12-90	ADECT	3	Rio Maior	25.04

#### 4x100 metros ( até 54,24)

47,61		Eq. Mista			2	Lisboa (U)	10.06
		Susana Santos(90); Eva Vital(92); Tânia Duarte(90); Filipa Martins(92)					
48,96		SLB			1	Lisboa (U)	31.05
		Telma Elias(90); Nádia Gaspar(90); Cátia Pereira(89); Ungudi Quiawacana*(90)					
49,58		CFB			1 s3	Luso	14.06
		Marta Onofre(91); Carolina Duarte(90); Ilizandra Lopes(92); Tânia Duarte(90)					
49,82		Sel. Leiria de Juv			1 s3	Leiria	18.05
		Liliana Jorge(91); Eva Vital(92); Carla Santos(91); Irina Rodrigues(91)					
50,17		Sel. de Aveiro			1	Luso	10.06
		Telma Neto(92); Marlene Bastos(92); Catarina Silva(90); Cátia Nunes(90)					
50,36		JV			2 s3	Luso	14.06
		Ana Rita Filipe(91); Daniela Ferreira(89); Carla Santos(91); Irina Rodrigues(91)					
50,45		ACDRA			1 s2	Luso	14.06
		Susana Santos(90); Eva Vital(92); Miriam Tavares(91); Ana Faria(90)					
50,80		DE-ESM			1	V.Novas	23.05
		Vanessa Marques(91); Sténia Bentucal(92); Diana Vale(93); Joana Vitorino(92)					
50,83		JOMA			2	Lisboa (U)	31.05
		Márcia Gonçalves(89); Jalma Teixeira(89); Carolina Guedes(90); Cristina Silva(91)					
50,97		AJS			1 s1	Luso	14.06
		Carla Soares(91); Carolina Ornelas(89); Camila João(89); Liliana Henriques(90)					
(10)							
51,01		Sel. Lisboa de Juv			2 s3	Leiria	18.05
		Marta Onofre(91); Sténia Bentucal*(92); Claudina Borges*(91); Filipa Martins(92)					
51,27		Sel. das Beiras			3	Luso	10.06
		Andreia Nicolau(91); Susana Azevedo(91); Cíntia Ferreira(92); Viviana Couto(90)					
51,50		EBMDS			2	V.Novas	23.05
		Ana F. Mendes(94); Claudina Borges*(91); Mariana Silva(91); Filipa Gonçalves(91)					
51,65		Sel. Porto de Juv			3 s3	Leiria	18.05
		Márcia Vieira(91); Luísa Correia(92); Camila Carneiro(92); Susana Godinho(92)					
51,70		DE-EIDH			3	V.Novas	23.05
		Carla Araújo(91); Daniela Costa(91); Ana Rita Pereira(91); Rita Lourenço(91)					
51,77		Sel. Aveiro de Juv			4 s3	Leiria	18.05
		Soraia Ruas(92); Anabela Neto(91); Telma Neto(92); Catarina Amorim(92)					
51,7		SCB			1	Braga	11.06
		Rita Lourenço(92); Cláudia Santos(92); Daniela Costa(91); Vanda Pinto(93)					
52,05		CASM			1	Lisboa (U)	13.05
		Vanessa Prates(91); Sténia Bentucal(92); Solange Fernandes(91); Joana Vitorino(92)					
52,20		Sel. Coimbra de Juv			1 s2	Leiria	18.05
		Cristina Cavaleiro(91); Ana Figueiredo(91); Sílvia Soares(91); Cristiana Cunha(91)					
52,25		GDE			3 s1	Luso	14.06
		Antonela Viveiros(90); Carla Gois(91); Vanessa Rocha(90); Nídia Encarnação					
(20)							
52,27		Sel. Setúbal de Juv			5 s3	Leiria	18.05
		Inês Piló(92); Patrícia Raimundo(91); Cátia Costa(91); Verónica Cardoso(91)					
52,27		Sel. Braga de Juv			6 s3	Leiria	18.05
		Vera Castro(92); Rita Lourenço(92); Cátia Rodrigues(92); Cláudia Santos(92)					
52,48		GRECAS			1	Luso	10.05
		Mariana Pandeirada(90); Ana Costa(89); Carla Pinhão(90); Cátia Nunes(90)					
52,50		Sel. Algarve de Juv			2 s2	Leiria	18.05
		Anna Rosa(92); Sandra Rodrigues(91); Renata Calvinho(91); Ivânia Santos(91)					
52,57		ADRAB			2 s2	Luso	14.06
		Diana Nunes(92); Catarina Nunes(92); Ana C. Neves(89); Mª. Inês Tapadas(90)					
52,80		GS-RC			3	Coimbra (ECC)	12.07

52,6	Ana Figueiredo(91); Daniela Lopes(91); Rute Lopes(92); Sílvia Soares(92) Sel. Beja de Juv	1	Ponte de Sôr	26.04
52,92	CAMG	1 s4	Abrantes	28.06
53,00	Diana Oliveira(91); Cyntia Silva(91); Betrysa Lyashchenko*(91); Andreia Pinto(93) Sel. Santarém de Juv	3 s2	Leiria	18.05
53,13	Tânia Tristão(92); Cláudia Godinho(91); Carolina Josefa(92); Joana Lopes(91) Sel. V.Castelo de Juv	4 s2	Leiria	18.05
<b>(30)</b>	Déborá Gonçalves(92); Cristina Rodrigues(91); Virgínia Meira(91); Sara Esteves(92)			
53,53	JAM	1	Beja	07.06
53,59	Cristiana Cardoso(91); Andreia Carvalho(90); Nádia Santos(91); Catarina Silva(90) ACDC	1	Setúbal	21.06
53,63	Patrícia Raimundo(91); Jessica Viegas(94); Regina Rodrigues(93); Inês Piló(92) JDN	2	Beja	07.06
53,66	Telma Guerreiro(90); Joana Laurindo(91); Sandra Lopes(91); Liliane Amaro(92) Sel. Madeira de Juv	5 s2	Leiria	18.05
53,73	Nídia Encarnação(91); Carla Soares(91); Carla Muriel(91); Lídia Viveiros(92) CBF	1	Quarteira	26.04
53,89	Cátia Lourenço(92); Sandra Rodrigues(91); Carolina Silva (92); Anna Maria Rosa(92) DE-ESJD	1	Luso	12.03
53,90	Ana Cristina(91); Bárbara Amorim(91); Carolina Nunes(91); Bárbara Maia(91) DE-Sel. Norte	4	V.Novas	23.05
54,05	Sel. C.Branco de Juv	7 s3	Leiria	18.05
	Susana Azevedo(91); Diana Santos(91); Angela Rodrigues(91); Cátia Jacinto(92)			

\*-atletas estrangeiros

4x400 metros ( até 4.40,00)				
4.06,02	AJS	1 s2	Luso	15.06
4.11,53	Lúcia Serrão(91); Camila João(89); Carla Soares(91); Liliana Henriques(90) ADRAB	ex	Leiria	09.07
4.11,53	Diana Nunes(92); Catarina Nunes(92); Cláudia Godinho(91); Maria I. Tapadas(90) GS-RC	1	Leiria	09.07
4.12,33	Sílvia Soares(92); Daniela Lopes(91); Rute Lopes(92); Cristiana Cunha(91) CAO-F	2 s2	Luso	15.06
4.15,02	Sara Mestre(91); Ivania Santos(92); Marta Encarnação (92); Joceline Monteiro(90) JOMA	1 s1	Luso	15.06
4.16,17	Cristiana Silva(91); Cristiana Araújo(91); Jalma Teixeira*(89); Vera Barbosa(89) SCB	3 s2	Luso	15.06
4.17,30	Sara Pitães(89); Manuela Gonçalves(90); Joana Araújo(90); Joana Gomes(89) CFB	5	Espinho	03.02
4.17,64	Carolina Duarte(90); Ilizandra Lopes(92); Francisca Morgado(90); Tânia Duarte(90) JAM	4	Pombal	24.02
4.22,00	Catarina Silva(90); Nádia Santos(91); Patrícia Marques(89); Nadine Leite(90) JV	5 s2	Luso	15.06
4.24,86	Ana Rita Filipe(91); Liliana Jorge(91); Sandra Protássio(89); Leslie Delgado(89) ACDRA	5	M.Grande	25.05
	Mirian Tavares(91); Joana Brito(92); Andreia André(91); Ana Faria(90)			
<b>(10)</b>	JDN	5 s2	Setúbal	25.05
4.27,44	Elisa Contreiras(91); Joana Laurindo(91); Liliana Amaro(92); Rute Limpo(90) GRECAS	2 s1	Luso	15.06
4.29,04	Teresa Paulo*(92); Sónia Lourenço(90); Carla Pinhão(90); Ana P. Sousa(91) GRQL	3 s1	Setúbal	25.05
4.30,58	Lecabela Quaresma*(89); Cátia Simões(92); Ana Antunes(92); Sana Antunes(92) GDE	3 s1	Luso	15.06
4.34,76	Carla Macedo(90); Inocência Faria(89); Antonela Viveiros(90); Carla Gois(91) SSSJM	5 s2	Pombal	26.01
4.35,65	Diana Costa(90); Cátia Xara(92); Cátia Ferreira(92); Luísa Andrade(90) GDC	4 s1	Setúbal	25.05
4.37,09	Janete Trindade(92); Iris Antunes(89); Leonor Espada(92); Carla Gama(90) ADS	2	Espinho	06.01
4.37,37	Ana Almeida(91); Vânia Santos(91); Joana Pessoa(90); Vera Lima(89) Sel. Madeira de Juv	5 s2	Vieux-Habitants	29.05
4.38,00	Lúcia Serrão(91); Joana Soares(93); Nídia Encarnação(91); Ana L. Viveiros(92) SUOV	2	Leiria	09.07
4.38,29	Ana Cavaleiro(91); Joana Simões(91); Catarina Marques(91); Iolanda Gonçalves(90)			

\*-atletas estrangeiros



**Ao ar Livre:**

4.22,63	JAM	2	Aveiro	03.05
	Marina Silva(91); Patrícia Marques(89); Nadine Leite(90); Catarina Silva(90)			
4.38,54	SSSJM	6	Guimarães	25.05
	Diana Costa(90); Sónia Andrade(89); Cátia Ferreira(92); Luísa Andrade(90)			