



Femininos

50 Metros

Top

1 1,00

8,79	+ 0,6	LARA BASTOS	99 BEN-B Juventude Atlético Mozelense	20-12-2008	5ª	Maia 41003
8,7		MARIANA OLIVEIRA	00 BEN-A Serv Soc Trab Mun SJMadeira	28-03-2009	1ª	Estarreja 38021
8,8		ANA CORDEIRO	01 BEN-A Juventude Atlético Mozelense	28-03-2009	1ª	Estarreja 38021
8,9		GRAZZIELLY MOREIRA	00 BEN-A Sport Clube Beira Mar	28-03-2009	2ª	Estarreja 38021
9,0		BEATRIZ MELO	01 BEN-A Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2009	2ª	Estarreja 38021
9,1		BEATRIZ COSTAS	01 BEN-A Juventude Atlético Mozelense	28-03-2009	3ª	Estarreja 38021
9,4		SANDRA GONÇALVES	00 BEN-A Sport Clube Beira Mar	28-03-2009	4ª	Estarreja 38021
1 0,0		LUISA PEREIRA	01 BEN-A Ass. Desp. Cult. Recr. Serena	28-03-2009	3ª	Estarreja 38021
1 0,2		SARA POÇAS	01 BEN-A Juventude Atlético Mozelense	28-03-2009	5ª	Estarreja 38021
1 1,0		MARIANA RELVAS	02 BEN-A Juventude Atlético Mozelense	28-03-2009	4ª	Estarreja 38021





Femininos

60 Metros Planos

Top

9,68

8,45	+ 2,0	ELISABETE PEREIRA	96 INF	Ass. Atletismo Aveiro	01-05-2009	2ª Leiria 38026	
8,72		CATARINA ANSELMO	96 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	24-05-2009	1ª Aveiro 38033	
8,84		ANA ROCHA	96 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	24-05-2009	2ª Aveiro 38033	
9,02		INÊS RODRIGUES	98 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-05-2009	1ª Aveiro 38033	
8,8		MARGARIDA PEREIRA	96 INF	A. C. Bunheirense	28-03-2009	1ª Estarreja 38021	
9,10	+ 1,6	CAROLINA SARABAND	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	04-04-2009	1ª Luso 38022	
9,15	+ 1,6	FÁTIMA GONÇALVES	96 INF	Clube Desportivo Campinho	04-04-2009	2ª Luso 38022	
9,20	+ 0,2	ISABEL SILVA	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	14-06-2009	5ª Aveiro 38036	
9,32		RAQUEL SILVA	98 BEN-B	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	24-05-2009	2ª Aveiro 38033	
9,35		RAQUEL NEVES	96 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	24-05-2009	5ª Aveiro 38033	
9,39		DANIELA COUTO	96 INF	Juventude Atlético Mozelense	04-01-2009	2ª Espinho 38006	
9,41		ANA PINHO	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	24-05-2009	2ª Aveiro 38033	
9,42		ANA QUERIDO	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	24-05-2009	3ª Aveiro 38033	
9,2		RAQUEL POÇAS	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	28-03-2009	1ª Estarreja 38021	
9,50	+ 1,6	CRISTIANA ANDRADE	96 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	04-04-2009	4ª Luso 38022	
9,51		ANA TAVARES	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	01-02-2009	2ª Espinho 38009	TM
9,51	+ 0,1	SOFIA LENAROVNA	96 INF	Esc. Secundária Mealhada	14-06-2009	2ª Aveiro 38036	Q
9,55	+ 1,6	SARA TAVARES	96 INF	Grupo Cultural Desport. Sanfins	01-05-2009	5ª Leiria 38026	
9,62	+ 0,2	STEPHANIE JESUS	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	14-06-2009	7ª Aveiro 38036	
9,4		JÉSSICA SILVA	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	28-03-2009	2ª Estarreja 38021	
9,64	+ 0,4	VERA GUIMARÃES	96 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	14-06-2009	4ª Aveiro 38036	TM
9,67		SARA LEAL	96 INF	Núcleo de Atletismo Cucujães	24-05-2009	5ª Aveiro 38033	
9,68		TELMA COELHO	96 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-05-2009	6ª Aveiro 38033	
9,6		ANA RAQUEL CIRNE	97 INF	A. C. Bunheirense	28-03-2009	3ª Estarreja 38021	





Ranking 2009

Absoluto (até Infantis)

Femininos

80 Metros Planos

Top

1 3,45

1 1,04	+ 1,6	ELISABETE PEREIRA	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	15-07-2009	1ª <i>Maia 41036</i>
1 2,33	+ 1,6	STEPHANIE JESUS	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	15-07-2009	4ª <i>Maia 41036</i>
1 2,64	+ 1,6	CLÁUDIA RELVAS	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	15-07-2009	6ª <i>Maia 41036</i>
1 3,45	+ 1,1	ANGELINA MARQUES	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	15-07-2009	5ª <i>Maia 41036</i>





Ranking 2009

Absoluto (até Infantis)

Femininos

		150 Metros		Top	2 4,07	
2 0,48	+ 2,0	ELISABETE PEREIRA	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	08-07-2008	1ª Viseu 35039
2 2,09	+ 1,5	MARGARIDA PEREIRA	96 INF	A. C. Bunheirense	22-03-2009	1ª Aveiro 38020
2 2,20	+ 1,5	ANA ROCHA	96 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	22-03-2009	2ª Aveiro 38020
2 2,35		DANIELA COUTO	96 INF	Juventude Atlético Mozelense	28-12-2008	1ª Espinho 38005
2 2,47	+ 1,5	CAROLINA SARABAND	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	22-03-2009	3ª Aveiro 38020
2 2,50	+ 1,5	FÁTIMA GONÇALVES	96 INF	Clube Desportivo Campinho	22-03-2009	4ª Aveiro 38020
2 2,75	+ 1,5	ANA BEATRIZ SILVA	96 INF	Sport Clube Beira Mar	22-03-2009	5ª Aveiro 38020
2 2,98	- 0,6	ANA TAVARES	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	22-03-2009	1ª Aveiro 38020
2 3,09		ANDREIA OLIVEIRA	96 INF	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	28-12-2008	1ª Espinho 38005
2 3,15	- 0,6	ANA INÁCIO	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	22-03-2009	2ª Aveiro 38020
2 3,44		ISA SILVA	96 INF	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	28-12-2008	2ª Espinho 38005
2 3,49	+ 1,3	STEPHANIE JESUS	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	15-07-2009	5ª Maia 41036
2 3,74		ANA PINHO	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	28-12-2008	3ª Espinho 38005
2 3,92	- 0,6	CRISTIANA ANDRADE	96 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	22-03-2009	3ª Aveiro 38020
2 4,07		ISABEL SILVA	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	28-12-2008	2ª Espinho 38005





Ranking 2009

Absoluto (até Infantis)

Femininos**600 Metros**

Top 2 1 4,97

1 4 8,57	TATIANA HENRIQUES	97 INF	Centro Recreativo Estarreja	13-06-2009	1ª Aveiro 38036
1 4 8,63	ISA SILVA	96 INF	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	13-06-2009	2ª Aveiro 38036
1 5 2,04	ANA RAQUEL CIRNE	97 INF	A. C. Bunheirense	13-06-2009	3ª Aveiro 38036
1 5 6,62	MARGARIDA PEREIRA	96 INF	A. C. Bunheirense	08-07-2008	2ª Viseu 35039
1 5 7,11	RAFAELA ALMEIDA	97 INF	A. C. Bunheirense	13-06-2009	4ª Aveiro 38036
1 5 8,29	ANA PINHO	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	13-06-2009	5ª Aveiro 38036
1 5 9,95	ANDREIA OLIVEIRA	96 INF	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	03-01-2009	3ª Espinho 38006
2 0 0,07	ANA INÁCIO	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	13-06-2009	6ª Aveiro 38036
2 0 0,67	INÊS RODRIGUES	98 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-05-2009	1ª Aveiro 38033
2 0 1,66	TELMA FONSECA	96 INF	Centro Recreativo Estarreja	13-06-2009	7ª Aveiro 38036
2 0 2,25	ANA BARBOSA	96 INF	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	13-06-2009	8ª Aveiro 38036
2 0 3,11	ELISABETE PEREIRA	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	08-07-2008	5ª Viseu 35039
2 0 3,24	CAROLINA SARABAND	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-04-2009	1ª Luso 38025
2 0 4,17	ADRIANA PEIXOTO	98 BEN-B	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	24-05-2009	2ª Aveiro 38033
2 0 5,54	RUTE SILVA	97 INF	A D E C Macieira de Sarnes	13-06-2009	9ª Aveiro 38036
2 0 6,43	SARA LEAL	96 INF	Núcleo de Atletismo Cucujães	01-02-2009	2ª Espinho 38009
2 0 6,54	SILVIA MAIA	98 BEN-B	Núcleo de Atletismo Cucujães	24-05-2009	3ª Aveiro 38033
2 0 8,07	INÊS BATISTA	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-01-2009	6ª Espinho 38006
2 0 8,52	ANA TAVARES	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2009	7ª Espinho 38006
2 0 8,61	JOANA SANTOS	99 BEN-B	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	24-05-2009	4ª Aveiro 38033
2 1 0,60	MARIANA SANTOS	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	01-02-2009	3ª Espinho 38009
2 1 1,33	FILIPA MOTA	96 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	01-02-2009	4ª Espinho 38009
2 1 1,47	ANA CABRITA	99 BEN-B	Grupo Desportivo Lourocoop	24-05-2009	5ª Aveiro 38033
2 1 2,13	SOFIA BORRAS	98 BEN-B	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	24-05-2009	6ª Aveiro 38033
2 1 4,66	JESSICA BRITO	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	20-12-2008	19ª Maia 41003
2 1 4,97	ANDREIA MOURA	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	03-01-2009	9ª Espinho 38006





Ranking 2009

Absoluto (até Infantis)

Femininos**1.000 Metros**

Top 4 0 0,44

3 1 8,77	TATIANA HENRIQUES	97 INF	Centro Recreativo Estarreja	24-05-2009	1ª Aveiro 38033
3 2 1,25	ANA RAQUEL CIRNE	97 INF	A. C. Bunheirense	14-06-2009	2ª Aveiro 38036
3 2 2,88	ISA SILVA	96 INF	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	14-06-2009	3ª Aveiro 38036
3 2 3,40	ANDREIA OLIVEIRA	96 INF	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	11-04-2009	2ª Luso 38023
3 2 5,29	CLÁUDIA GOMES	96 INF	União Desportiva Valmaior	11-04-2009	5ª Luso 38023
3 3 0,48	MARIA JOÃO BAPTISTA	97 INF	Centro Recreativo Estarreja	14-06-2009	5ª Aveiro 38036
3 3 1,85	MARGARIDA PEREIRA	96 INF	A. C. Bunheirense	05-04-2009	2ª Luso 38022
3 3 3,08	RAFAELA ALMEIDA	97 INF	A. C. Bunheirense	24-05-2009	3ª Aveiro 38033
3 3 4,89	ELISABETE PEREIRA	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	23-05-2009	5ª Braga 47034
3 3 6,79	FÁTIMA GONÇALVES	96 INF	Clube Desportivo Campinho	05-04-2009	3ª Luso 38022
3 3 7,05	ANA PINHO	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	05-04-2009	4ª Luso 38022
3 3 7,07	SARA LEAL	96 INF	Núcleo de Atletismo Cucujães	14-06-2009	7ª Aveiro 38036
3 3 7,08	TELMA FONSECA	96 INF	Centro Recreativo Estarreja	22-03-2009	4ª Aveiro 38020
3 3 8,80	ANA BARBOSA	96 INF	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	14-06-2009	8ª Aveiro 38036
3 4 0,91	RUTE SILVA	97 INF	A D E C Macieira de Sarnes	14-06-2009	9ª Aveiro 38036
3 4 1,85	DANIELA COUTO	96 INF	Juventude Atlético Mozelense	05-04-2009	5ª Luso 38022
3 4 4,59	MARIANA MOREIRA	96 INF	Juventude Atlético Mozelense	27-12-2008	4ª Espinho 38005
3 4 4,95	JÉSSICA SILVA	96 INF	União Desportiva Valmaior	11-04-2009	12ª Luso 38023
3 4 6,03	CATARINA BARBOSA	96 INF	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	22-03-2009	6ª Aveiro 38020
3 4 6,55	ANA ROCHA	96 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	05-04-2009	7ª Luso 38022
3 4 6,93	CAROLINA SARABAND	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	05-04-2009	8ª Luso 38022
3 5 0,91	CÁTIA SILVA	96 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	01-05-2009	14ª Leiria 38026
3 5 1,70	ANA INÁCIO	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	11-04-2009	15ª Luso 38023
3 5 2,16	INÊS BATISTA	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	14-06-2009	12ª Aveiro 38036
3 5 4,90	ANDREIA MOURA	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	11-04-2009	17ª Luso 38023
4 0 0,44	MARIA SILVA	96 INF	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	14-06-2009	13ª Aveiro 38036



Femininos

60 M Barr.Inf.-0,76

Top 9 9 9 9,99

1 0,81	+ 1,3	ELISABETE PEREIRA	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	01-05-2009	1ª Leiria 38026	
1 1,77	- 1,1	MARGARIDA PEREIRA	96 INF	A. C. Bunheirense	05-04-2009	1ª Luso 38022	
1 2,44	+ 1,6	ANA ROCHA	96 INF	Ass. Atletismo Aveiro	26-04-2009	5ª Guarda 63012	
1 2,89	- 1,1	CRISTIANA ANDRADE	96 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	05-04-2009	2ª Luso 38022	TM
1 2,9		CARINA LOPES	98 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2009	1ª Estarreja 38021	
1 3,10	- 1,1	ISABEL SILVA	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	05-04-2009	4ª Luso 38022	
1 3,43	0,0	CRISTIANA MENDES	97 INF	Futebol Clube Cidade Lourosa	05-04-2009	1ª Luso 38022	
1 3,56		DANIELA COUTO	96 INF	Juventude Atlético Mozelense	27-12-2008	2ª Espinho 38003	
1 3,75		ANA TAVARES	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-12-2008	3ª Espinho 38003	
1 3,77		SARA LEAL	96 INF	Núcleo de Atletismo Cucujães	01-02-2009	1ª Espinho 38009	
1 3,82	0,0	ANA RAQUEL CIRNE	97 INF	A. C. Bunheirense	05-04-2009	2ª Luso 38022	
1 3,96	0,0	RAQUEL RODRIGUES	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	05-04-2009	3ª Luso 38022	
1 3,98	- 1,1	FÁTIMA GONÇALVES	96 INF	Clube Desportivo Campinho	05-04-2009	5ª Luso 38022	
1 3,99	0,0	ANA PINHO	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	05-04-2009	4ª Luso 38022	
1 4,29	0,0	FILIPA PEREIRA	96 INF	Juventude Atlético Mozelense	05-04-2009	5ª Luso 38022	
1 4,45		TELMA COELHO	96 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	01-02-2009	2ª Espinho 38009	
1 5,13		RAQUEL POÇAS	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	27-12-2008	6ª Espinho 38003	
1 5,22		ANGELINA MARQUES	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	27-12-2008	4ª Espinho 38003	
1 6,1		CÁTIA SILVA	99 BEN-B	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	28-03-2009	2ª Estarreja 38021	
1 6,16		FILIPA MOTA	96 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	27-12-2008	6ª Espinho 38003	
1 8,94		ANDREIA MOURA	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	27-12-2008	7ª Espinho 38003	
2 2,88		DIANA NEVES	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	27-12-2008	7ª Espinho 38003	
9 9 9 9,99	- 1,1	CAROLINA SARABAND	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	05-04-2009	9999ª Luso 38022	DN





Femininos

50 m Barreiras 0,60

Top

1 4,00

1 0,36	- 0,7	CARINA LOPES	98 BEN-B Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	22-03-2009	1ª Aveiro 38020
1 0,79	- 0,7	ADRIANA PEIXOTO	98 BEN-B Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	22-03-2009	1ª Aveiro 38020
1 1,07	- 4,0	GABRIELA SOUSA	98 BEN-B Grupo Cultural Desport. Sanfins	22-03-2009	1ª Aveiro 38020
1 1,87	- 0,7	ANA CRUZ	98 BEN-B Ass. Cult. Rec. Valdágua	22-03-2009	2ª Aveiro 38020
1 2,02	- 0,7	MARIANA ALMEIDA	99 BEN-B Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	22-03-2009	2ª Aveiro 38020
1 2,52	- 4,0	CÁTIA SILVA	99 BEN-B Serv Soc Trab Mun SJMadeira	22-03-2009	2ª Aveiro 38020
1 2,65	- 4,0	SILVIA MAIA	99 BEN-B Núcleo de Atletismo Cucujães	22-03-2009	3ª Aveiro 38020
1 2,93	- 0,7	ANA RITA SILVA	00 BEN-A Futebol Clube Cidade Lourosa	22-03-2009	3ª Aveiro 38020
1 3,87	- 0,7	SANDRA GONÇALVES	00 BEN-A Sport Clube Beira Mar	22-03-2009	3ª Aveiro 38020
1 4,0		BEATRIZ MONTEIRO	01 BEN-A Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2009	1ª Estarreja 38021



**Femininos****Salto em Altura**

Top 0,85

1,30	ISABEL SILVA	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	10-06-2009	1ª	Palhaça 38035
1,25	CRISTIANA ANDRADE	96 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-02-2009	1ª	Murtosa 38015
1,23	ANA QUERIDO	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	24-05-2009	2ª	Aveiro 38033
1,20	RAQUEL RODRIGUES	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-05-2009	3ª	Aveiro 38033
1,20	CATARINA ANSELMO	96 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	13-06-2009	2ª	Aveiro 38036
1,15	CRISTIANA MENDES	97 INF	Futebol Clube Cidade Lourosa	28-02-2009	3ª	Murtosa 38015
1,15	MARIANA SANTOS	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	24-05-2009	6ª	Aveiro 38033
1,10	CAROLINA SARABAND	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	28-02-2009	4ª	Murtosa 38015
1,10	SARA TAVARES	96 INF	Grupo Cultural Desport. Sanfins	28-02-2009	5ª	Murtosa 38015
1,10	ANGELINA MARQUES	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	10-06-2009	5ª	Palhaça 38035
1,06	INÊS RODRIGUES	98 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	22-03-2009	1ª	Aveiro 38020
1,05	FILIPA PEREIRA	96 INF	Juventude Atlético Mozelense	28-02-2009	7ª	Murtosa 38015
1,05	ANA TAVARES	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-02-2009	9ª	Murtosa 38015
1,05	ANA PINHO	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	28-02-2009	8ª	Murtosa 38015
1,03	CARINA LOPES	98 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	16-11-2008	2ª	Óbidos 24001
1,03	GABRIELA SOUSA	98 BEN-B	Grupo Cultural Desport. Sanfins	22-03-2009	2ª	Aveiro 38020
1,00	ANA RAQUEL CIRNE	97 INF	A. C. Bunheirense	28-02-2009	10ª	Murtosa 38015
1,00	GABRIELA CRUZ	98 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Valdágua	22-03-2009	3ª	Aveiro 38020
1,00	ANA BEATRIZ QUERID	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	13-06-2009	4ª	Aveiro 38036
0,95	JOANA VICENTE	96 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	28-02-2009	11ª	Murtosa 38015
0,90	ANA RITA SILVA	00 BEN-A	Futebol Clube Cidade Lourosa	22-03-2009	4ª	Aveiro 38020
0,90	GRAZZIELLY MOREIRA	00 BEN-A	Sport Clube Beira Mar	22-03-2009	5ª	Aveiro 38020
0,90	MARIANA SILVA	99 BEN-B	Sport Clube Beira Mar	22-03-2009	5ª	Aveiro 38020
0,85	RITA ARAÚJO	99 BEN-B	Núcleo de Atletismo Cucujães	22-03-2009	7ª	Aveiro 38020



Ranking 2009

Absoluto (até Infantis)

Femininos**Salto em Comprimento**

Top

3,21

4,43	- 1,4	ANA ROCHA	96 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	10-06-2009	1ª Palhaça 38035
4,37	+ 1,3	CATARINA ANSELMO	96 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	14-06-2009	1ª Aveiro 38036
4,26	- 0,8	ELISABETE PEREIRA	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	22-03-2009	1ª Aveiro 38020
3,95		INÊS RODRIGUES	98 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2009	1ª Estarreja 38021
3,89		DANIELA COUTO	96 INF	Juventude Atlético Mozelense	27-12-2008	2ª Espinho 38003
3,82	- 0,4	ANA PINHO	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	14-06-2009	3ª Aveiro 38036
3,80	- 0,7	STEPHANIE JESUS	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	14-06-2009	4ª Aveiro 38036
3,79	- 0,2	BÁRBARA VALENTE	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	14-06-2009	5ª Aveiro 38036
3,77		CRISTIANA ANDRADE	96 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	01-02-2009	2ª Espinho 38009
3,73		ANA TAVARES	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	01-02-2009	3ª Espinho 38009
3,60	+ 1,5	SARA TAVARES	96 INF	Grupo Cultural Desport. Sanfins	22-03-2009	5ª Aveiro 38020
3,50	- 1,0	JÉSSICA SILVA	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	22-03-2009	6ª Aveiro 38020
3,49	0,0	FÁTIMA GONÇALVES	96 INF	Clube Desportivo Campinho	05-04-2009	5ª Luso 38022
3,47	+ 0,3	CRISTIANA MENDES	97 INF	Futebol Clube Cidade Lourosa	05-04-2009	6ª Luso 38022
3,47	0,0	CAROLINA SARABAND	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	05-04-2009	7ª Luso 38022
3,46	+ 0,3	RAQUEL POÇAS	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	14-06-2009	7ª Aveiro 38036
3,45	+ 0,2	INÊS BATISTA	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	22-03-2009	8ª Aveiro 38020
3,44		TELMA COELHO	96 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	01-02-2009	5ª Espinho 38009
3,43	+ 0,9	ANDREIA MOURA	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	22-03-2009	9ª Aveiro 38020
3,37		MÓNICA RENDILHEIRO	96 INF	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	01-02-2009	6ª Espinho 38009
3,37	- 1,8	ISABEL SILVA	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	10-06-2009	7ª Palhaça 38035
3,27		LARA BASTOS	99 BEN-B	Juventude Atlético Mozelense	28-03-2009	2ª Estarreja 38021
3,24	0,0	FILIPA PEREIRA	96 INF	Juventude Atlético Mozelense	05-04-2009	9ª Luso 38022
3,22		MARIANA SILVA	99 BEN-B	Sport Clube Beira Mar	28-03-2009	3ª Estarreja 38021
3,22	- 2,4	MA CLARA CARVALHO	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	10-06-2009	9ª Palhaça 38035
3,21	- 0,6	CÁTIA SILVA	96 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	22-03-2009	11ª Aveiro 38020





Ranking 2009

Absoluto (até Infantis)

Femininos**Lançamento Peso-2Kg**

Top

5,74

9,66	MARGARIDA PEREIRA	96 INF	A. C. Bunheirense	24-05-2009	1ª Aveiro 38033
9,03	FILIPA MOTA	96 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	24-05-2009	2ª Aveiro 38033
8,69	ISABEL SILVA	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	24-05-2009	3ª Aveiro 38033
8,67	ELISABETE PEREIRA	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	24-05-2009	4ª Aveiro 38033
8,61	ANA ROCHA	96 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	24-05-2009	5ª Aveiro 38033
8,30	ANA RAQUEL CIRNE	97 INF	A. C. Bunheirense	14-06-2009	2ª Aveiro 38036
8,06	SARA TAVARES	96 INF	Grupo Cultural Desport. Sanfins	01-02-2009	1ª Espinho 38009
7,66	JÉSSICA FONTES	96 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	24-05-2009	6ª Aveiro 38033
7,44	CLARA CARVALHO	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	01-02-2009	3ª Espinho 38009
7,41	DANIELA COUTO	96 INF	Juventude Atlético Mozelense	27-12-2008	4ª Espinho 38003
7,25	FÁTIMA GONÇALVES	96 INF	Clube Desportivo Campinho	28-03-2009	1ª Estarreja 38021
7,14	CRISTIANA MENDES	97 INF	Futebol Clube Cidade Lourosa	04-04-2009	6ª Luso 38022
7,13	MA CLARA CARVALHO	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	22-03-2009	4ª Aveiro 38020
7,07	DIANA NEVES	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	24-05-2009	7ª Aveiro 38033
6,81	RITA VILAR	96 INF	Desportivo de Gondufe	28-03-2009	2ª Estarreja 38021
6,81	TELMA COELHO	96 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-05-2009	9ª Aveiro 38033
6,56	ANA PINHO	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	04-04-2009	8ª Luso 38022
6,54	RAQUEL RODRIGUES	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-05-2009	10ª Aveiro 38033
6,37	RAQUEL POÇAS	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	04-04-2009	9ª Luso 38022
6,25	CRISTIANA ANDRADE	96 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	04-04-2009	12ª Luso 38022
6,23	ISA SILVA	96 INF	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	14-06-2009	6ª Aveiro 38036
6,15	FILIPA PEREIRA	96 INF	Juventude Atlético Mozelense	04-04-2009	14ª Luso 38022
6,05	RAFAELA ALMEIDA	97 INF	A. C. Bunheirense	14-06-2009	7ª Aveiro 38036
5,89	ANDREIA MARABUTO	96 INF	Clube Desportivo Campinho	28-03-2009	4ª Estarreja 38021
5,77	JOÃO FERRAO	97 INF	Desportivo de Gondufe	22-03-2009	9ª Aveiro 38020
5,74	ANGELINA MARQUES	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	31-01-2009	7ª Braga 47017



Ranking 2009

Absoluto (até Infantis)

Femininos

Disco 0,750 Kg

Top

1 0,75

15,99	DIANA NEVES	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	13-06-2009	1 ^a	Aveiro 38036
14,44	ISABEL SILVA	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	13-06-2009	2 ^a	Aveiro 38036
10,75	RITA VILAR	96 INF	Desportivo de Gondufe	13-06-2009	3 ^a	Aveiro 38036





Ranking 2009

Absoluto (até Infantis)

Femininos

		Dardo 400 Gr		Top	0,00		
10,74	RITA VILAR	96 INF	Desportivo de Gondufe	13-06-2009	1 ^a	Aveiro 38036	
7,56	SARA PINTO	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	13-06-2009	2 ^a	Aveiro 38036	
0,00	RAQUEL POÇAS	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	20-12-2008	3999 ^a	Maia 41003	FLT





Ranking 2009

Absoluto (até Infantis)

Femininos**Pentatlo - Infantis**

Top 6 6 6,00

2220	+ 4,0	ELISABETE PEREIRA 616 420 527 338 319	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	26-04-2009	3ª	Guarda 63012
2003	+ 2,3	ANA ROCHA 608 352 268 386 389	96 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	05-04-2009	1ª	Luso 38022
1999	+ 2,3	MARGARIDA PEREIRA 546 423 417 122 491	96 INF	A. C. Bunheirense	05-04-2009	2ª	Luso 38022
1620	+ 1,6	FÁTIMA GONÇALVES 528 287 152 198 455	96 INF	Clube Desportivo Campinho	05-04-2009	4ª	Luso 38022
1584	+ 1,6	DANIELA COUTO 449 316 124 274 421	96 INF	Juventude Atlético Mozelense	05-04-2009	5ª	Luso 38022
1543	+ 2,6	ANA PINHO 419 307 151 212 454	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	05-04-2009	6ª	Luso 38022
1522	+ 1,6	ANA RAQUEL CIRNE 344 370 167 128 513	97 INF	A. C. Bunheirense	05-04-2009	7ª	Luso 38022
1486	+ 2,3	ISABEL SILVA 480 365 243 130 268	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	05-04-2009	8ª	Luso 38022
1351	+ 2,3	CRISTIANA MENDES 376 344 207 194 230	97 INF	Futebol Clube Cidade Lourosa	05-04-2009	9ª	Luso 38022
1318	+ 1,6	CAROLINA SARABAND 541 196 0 194 387	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	05-04-2009	10ª	Luso 38022
1274	+ 1,6	CRISTIANA ANDRADE 444 287 268 174 101	96 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	05-04-2009	11ª	Luso 38022
1098	+ 2,3	FILIPA PEREIRA 406 281 124 150 137	96 INF	Juventude Atlético Mozelense	05-04-2009	12ª	Luso 38022
1081	+ 1,6	RAQUEL RODRIGUES 338 284 154 122 183	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	05-04-2009	13ª	Luso 38022
979	+ 1,6	RAQUEL POÇAS 408 295 0 109 167	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	05-04-2009	14ª	Luso 38022
940	+ 2,3	TELMA COELHO 433 265 0 124 118	96 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	05-04-2009	15ª	Luso 38022
666	+ 1,6	MA CLARA CARVALHO 374 292	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	05-04-2009	16ª	Luso 38022





Femininos

Triatlo - Infantis

Top 2 4 9,00

949	ELISABETE PEREIRA 345 321 283	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	27-12-2008	1ª Espinho 38003
837	DANIELA COUTO 361 193 283	96 INF	Juventude Atlético Mozelense	27-12-2008	2ª Espinho 38003
739	MARGARIDA PEREIRA 386 277 76	96 INF	A. C. Bunheirense	27-12-2008	3ª Espinho 38003
702	ISABEL SILVA 356 242 104	96 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	27-12-2008	4ª Espinho 38003
563	CRISTIANA ANDRADE 283 64 216	96 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-12-2008	5ª Espinho 38003
537	ANA RAQUEL CIRNE 370 55 112	97 INF	A. C. Bunheirense	27-12-2008	6ª Espinho 38003
533	CRISTIANA MENDES 217 136 180	97 INF	Futebol Clube Cidade Lourosa	27-12-2008	7ª Espinho 38003
498	ANA TAVARES 202 174 122	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-12-2008	8ª Espinho 38003
430	ANGELINA MARQUES 243 57 130	96 INF	Clube Futebol União de Lamas	27-12-2008	9ª Espinho 38003
415	RAQUEL RODRIGUES 205 126 84	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-12-2008	10ª Espinho 38003
411	FILIPA MOTA 397 14	96 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	27-12-2008	14ª Espinho 38003
358	RAQUEL POÇAS 260 63 35	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	27-12-2008	11ª Espinho 38003
282	DIANA NEVES 267 0 15	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	27-12-2008	12ª Espinho 38003
249	ANDREIA MOURA 162 0 87	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	27-12-2008	13ª Espinho 38003





Ranking 2009

Absoluto (até Infantis)

Femininos

4 x 20 metros

Top

5 8,80

5 1,7	A C R D ESCAPAES	98 BEN-B Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2009	1ª Estarreja 38021
	<i>Beatriz Monteiro (2001) / Beatriz Melo (2001) / Carina Lopes (1998) / Inês Rodrigues (1998)</i>			
5 4,2	SERV. SOCIAIS S J M	99 BEN-B Serv Soc Trab Mun SJMadeira	28-03-2009	2ª Estarreja 38021
	<i>Cátia Silva (1999) / Mariana Oliveira (2000) / Tânia Costa (1998) / Carolina Pinho (1999)</i>			
5 4,7	S C BEIRA MAR	99 BEN-B Sport Clube Beira Mar	28-03-2009	3ª Estarreja 38021
	<i>Sandra Gonçalves (2000) / Madalena Lopes (1998) / Grazielly Moreira (2000) / Mariana Silva (1999)</i>			
5 8,8	J A MOZELENSE	99 BEN-B Juventude Atlético Mozelense	28-03-2009	4ª Estarreja 38021
	<i>Ana Cordeiro (2001) / Beatriz Costas (2001) / Sara Poças (2001) / Lara Bastos (1999)</i>			





Ranking 2009

Absoluto (até Infantis)

Femininos

4 x 60 Metros

Top

3 7,14

3 3,04	A A AVEIRO	96 INF	Ass. Atletismo Aveiro	01-05-2009	1ª Leiria 38026
	<i>Ana Rocha (1996) / Carolina Sarabando (1997) / Margarida Pereira (1996) / Elisabete Pereira (1996)</i>				
3 7,03	J A MOZELENSE	96 INF	Juventude Atlético Mozelense	11-04-2009	1ª Aveiro 38036
	<i>Jéssica Silva (1997) / Filipa Pereira (1996) / Raquel Poças (1997) / Daniela Couto (1996)</i>				
3 7,14	A C R D ESCAPAES	96 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	11-04-2009	2ª Aveiro 38036
	<i>Ana Tavares (1997) / Telma Coelho (1996) / Raquel Rodrigues (1997) / Cristiana Andrade (1996)</i>				





Ranking 2009

Absoluto (até Infantis)

Femininos

1 Km Marcha

Top 7 1 8,00

7 1 8

DIANA SILVA

98 BEN-B Grupo Desportivo Lourocoop

08-02-2009

4ª Lourosa 38010





Ranking 2009

Absoluto (até Infantis)

Femininos

2 Km marcha

Top 15 5 8,00

12 5 1	FILIPA MOTA	96 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	08-02-2009	1ª Lourosa 38010
13 2 3	SARA MARTINS	96 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	08-02-2009	2ª Lourosa 38010
13 3 5	SARA LEAL	96 INF	Núcleo de Atletismo Cucujães	08-02-2009	3ª Lourosa 38010
14 1 6	ANDREIA MOURA	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	08-02-2009	6ª Lourosa 38010
14 2 3	JULIANA RESENDE	96 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	08-02-2009	7ª Lourosa 38010
15 0 7	FABIANA TOMÁS	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	08-02-2009	10ª Lourosa 38010
15 1 3	MARIANA SANTOS	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	08-02-2009	11ª Lourosa 38010
15 5 8	NICOLE PINHO	96 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	08-02-2009	14ª Lourosa 38010





Ranking 2009

Absoluto (até Infantis)

Femininos

3.000 Metros Marcha

Top 2 2 1 6,02

1 9 0 2,46	SARA LEAL	96 INF	Núcleo de Atletismo Cucujães	13-06-2009	1ª Aveiro 38036	
2 2 1 6,02	FABIANA TOMÁS	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	13-06-2009	2ª Aveiro 38036	<

