

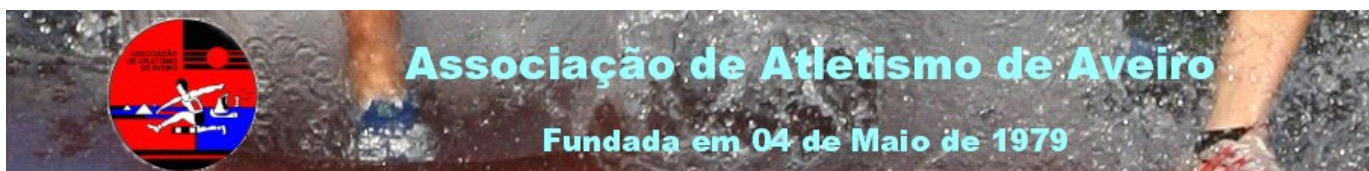


### Femininos

#### 60 Metros Planos

Top 9,63

8,62	+ 1,4	<b>INÊS RODRIGUES</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-03-2010	1ª Luso 38023
8,5	+ 1,4	<b>JOANA PEDREIRAS</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	1ª Aveiro 38110
8,79	- 1,7	<b>CAROLINA SARABAND</b>	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	10-04-2010	2ª Luso 38027
9,07	+ 1,4	<b>RAQUEL POÇAS</b>	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	27-03-2010	3ª Luso 38023
9,0	+ 1,4	<b>JOANA SANTOS</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	2ª Aveiro 38110
9,26	+ 1,4	<b>CRISTIANA MENDES</b>	97 INF	Futsal Clube Cidade Lourosa	27-03-2010	4ª Luso 38023
9,27	- 1,1	<b>ADRIANA PEIXOTO</b>	98 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	24-07-2010	3ª Palhaça 38045
9,29		<b>SUSAN MAIA</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	1ª Aveiro 38101
9,32		<b>JÉSSICA SILVA</b>	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	09-01-2010	3ª Espinho 38009
9,32	- 1,0	<b>INÊS ARADA</b>	98 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1ª Luso 38107
9,1	+ 1,1	<b>JOANA MORETO</b>	98 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	2ª Aveiro 38110
9,42	- 1,0	<b>CÁTIA VILAR</b>	97 INF	E B P. António M. Fonseca	17-03-2010	2ª Luso 38107
9,45		<b>RAFAELA ALMEIDA</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	1ª Espinho 38103
9,48	- 1,0	<b>ANA CORREIA</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	3ª Luso 38107
9,3		<b>INÊS OLIVEIRA</b>	97 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	13-01-2010	1ª Espinho 38102
9,60	- 0,4	<b>ÉRICA GRANJEIA</b>	00 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	2ª Luso 38107
9,63		<b>CÁTIA RODRIGUES</b>	99 INF	Esc. Secundária Sever Vouga	26-11-2009	2ª Aveiro 38101
9,4	+ 1,4	<b>RUTE FARIA</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	3ª Aveiro 38110
9,5	+ 2,0	<b>INÊS GOMES</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	1ª Aveiro 38110
9,6		<b>MARILISA GOMES</b>	97 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	13-01-2010	2ª Espinho 38102
9,6	+ 1,1	<b>CÁTIA OLIVEIRA</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	3ª Aveiro 38110
9,6	+ 1,4	<b>FLORA OLIVEIRA</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	10-05-2010	4ª Aveiro 38110





Ranking 2010

Absoluto ( até Infantis)

### Femininos

#### 80 Metros Planos

Top

1 1,62

1 1,44	+ 0,5	<b>CAROLINA SARABAND</b>	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	03-06-2010	3ª	Aveiro 38035
1 1,62	- 2,4	<b>SUSANA MAIA</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1ª	Luso 38107





### Femininos

150 Metros						Top	2 5,29
2 1,56	+ 0,2	<b>CAROLINA SARABAND</b>	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	09-07-2009	4ª	Guarda 63033
2 1,75		<b>INÊS RODRIGUES</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	13-02-2010	1ª	Espinho 38015
2 2,50		<b>RAQUEL POÇAS</b>	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	13-02-2010	3ª	Espinho 38015
2 3,03		<b>RAFAELA ALMEIDA</b>	97 INF	A. C. Bunheirense	13-02-2010	4ª	Espinho 38015
2 3,45	+ 0,2	<b>SANDRA OLIVEIRA</b>	98 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	09-07-2009	6ª	Guarda 63033
2 3,61		<b>VANESSA RODRIGUES</b>	99 BEN-B	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	17-01-2010	1ª	Espinho 38011
2 3,63		<b>JÉSSICA SILVA</b>	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	27-12-2009	4ª	Espinho 38006
2 3,65		<b>CRISTIANA MENDES</b>	97 INF	Futsal Clube Cidade Lourosa	20-02-2010	1ª	Espinho 38017
2 4,09	- 0,6	<b>INÊS SILVA</b>	97 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	22-05-2010	1ª	Coimbra 30031
2 4,62		<b>GABRIELA SOUSA</b>	98 INF	Grupo Cultural Desport. Sanfins	17-01-2010	5ª	Espinho 38011
2 4,64	+ 1,1	<b>ANA CRUZ</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	06-07-2010	3ª	Viana do Castelo 49042
2 4,67		<b>ANA CABRITA</b>	99 BEN-B	Grupo Desportivo Lourocoop	17-01-2010	1ª	Espinho 38011
2 4,71		<b>ANA BEATRIZ RODRIG</b>	98 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	20-02-2010	2ª	Espinho 38017
2 4,87		<b>INÊS BATISTA</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	27-12-2009	5ª	Espinho 38006
2 4,87		<b>RAQUEL RODRIGUES</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	13-02-2010	5ª	Espinho 38015
2 4,89		<b>MA CLARA CARVALHO</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	20-02-2010	3ª	Espinho 38017
2 4,97		<b>SORAIA MOREIRA</b>	97 INF	A. C. Bunheirense	13-02-2010	6ª	Espinho 38015
2 5,23		<b>DIANA SOARES</b>	99 BEN-B	Juventude Atlético Mozelense	27-12-2009	2ª	Espinho 38006
2 5,29		<b>MARIANA ALMEIDA</b>	99 BEN-B	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	17-01-2010	2ª	Espinho 38011





### Femininos

		600 Metros		Top	2 1 1,67
1 4 7,72	<b>TATIANA HENRIQUES</b>	97 INF	Centro Recreativo Estarreja	19-06-2010	1ª Aveiro 38037
1 5 0,68	<b>ANAIS PEREIRA</b>	97 INF	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	19-06-2010	2ª Aveiro 38037
1 5 4,06	<b>MARIA JOÃO BAPTISTA</b>	97 INF	Centro Recreativo Estarreja	02-05-2010	1ª Aveiro 38032
1 5 5,47	<b>CAROLINA SARABAND</b>	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	02-05-2010	2ª Aveiro 38032
1 5 6,42	<b>INÊS PINHO</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	19-06-2010	4ª Aveiro 38037
1 5 7,39	<b>INÊS RODRIGUES</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	02-05-2010	4ª Aveiro 38032
1 5 8,80	<b>INÊS SILVA</b>	97 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	03-01-2010	1ª Espinho 38008
1 5 9,13	<b>RAFAELA ALMEIDA</b>	97 INF	A. C. Bunheirense	03-01-2010	3ª Espinho 38008
2 0 0,17	<b>DANIELA CRISÓSTOM</b>	99 BEN-B	União Desportiva Valmaior	17-07-2010	1ª Aveiro 38042
2 0 0,81	<b>ADRIANA PEIXOTO</b>	98 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	03-01-2010	4ª Espinho 38008
2 0 1,4	<b>SÓNIA PEREIRA</b>	99 BEN-B	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	25-04-2010	1ª Lourosa 38031
2 0 2,34	<b>VANESSA RODRIGUES</b>	99 BEN-B	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	14-03-2010	1ª Aveiro 38021
2 0 3,49	<b>SILVIA RODRIGUES</b>	99 BEN-B	A. C. Bunheirense	14-03-2010	2ª Aveiro 38021
2 0 4,12	<b>JOANA CASTRO</b>	97 INF	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	02-05-2010	8ª Aveiro 38032
2 0 4,61	<b>MARIANA ALMEIDA</b>	99 BEN-B	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	14-03-2010	3ª Aveiro 38021
2 0 5,15	<b>ANA CRUZ</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	16-01-2010	6ª Espinho 38011
2 0 6,06	<b>MA FRANCISCA CASTR</b>	99 BEN-B	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	02-05-2010	9ª Aveiro 38032
2 0 6,94	<b>DIANA SOARES</b>	99 BEN-B	Juventude Atlético Mozelense	19-06-2010	6ª Aveiro 38037
2 0 7,48	<b>SONIA PEREIRA</b>	99 BEN-B	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	19-06-2010	7ª Aveiro 38037
2 0 8,45	<b>INÊS BATISTA</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-01-2010	8ª Espinho 38008
2 0 8,70	<b>LUANA FERREIRA</b>	99 BEN-B	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	14-03-2010	5ª Aveiro 38021
2 0 8,97	<b>ANA CABRITA</b>	99 BEN-B	Grupo Desportivo Lourocoop	19-06-2010	8ª Aveiro 38037
2 0 9,24	<b>ANA BEATRIZ RODRIG</b>	98 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	03-01-2010	9ª Espinho 38008
2 0 9,76	<b>ANDREIA MOURA</b>	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	03-01-2010	10ª Espinho 38008
2 1 1,59	<b>HELENA SANTOS</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	6ª Espinho 38103
2 1 1,67	<b>SILVIA ANDREIA MAIA</b>	98 INF	Núcleo de Atletismo Cucujães	03-01-2010	12ª Espinho 38008





**Femininos**

**1.000 Metros**

Top 3 4 9,38

3 1 4,46	<b>TATIANA HENRIQUES</b>	97 INF	Centro Recreativo Estarreja	17-07-2010	1ª Aveiro 38042
3 1 7,32	<b>RAFAELA ALMEIDA</b>	97 INF	A. C. Bunheirense	24-04-2010	3ª Viseu 38083
3 2 3,9	<b>ANA INÁCIO</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	25-04-2010	1ª Lourosa 38031
3 2 6,27	<b>MARIA JOÃO BAPTISTA</b>	97 INF	Centro Recreativo Estarreja	24-04-2010	5ª Viseu 38083
3 3 1,25	<b>ANAIS PEREIRA</b>	97 INF	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	14-03-2010	3ª Aveiro 38021
3 3 3,01	<b>CRISTIANA ALMEIDA</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	20-06-2010	2ª Aveiro 38037
3 3 6,51	<b>SANDRA OLIVEIRA</b>	98 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	20-06-2010	3ª Aveiro 38037
3 3 6,99	<b>RUTE SILVA</b>	97 INF	A D E C Macieira de Sarnes	03-04-2010	4ª Luso 38025
3 3 7,5	<b>ANA CRUZ</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	1ª Luso 38107
3 3 7,81	<b>SILVIA ANDREIA MAIA</b>	98 INF	Núcleo de Atletismo Cucujães	20-06-2010	5ª Aveiro 38037
3 3 8,8	<b>CÁTIA VILAR</b>	97 INF	E B P. António M. Fonseca	17-03-2010	2ª Luso 38107
3 3 8,87	<b>SILVIA RODRIGUES</b>	99 BEN-B	A. C. Bunheirense	20-06-2010	6ª Aveiro 38037
3 3 9,07	<b>RIANA BARBOSA</b>	98 INF	Centro Recreativo Estarreja	22-05-2010	4ª Leiria 24101
3 3 9,85	<b>ANA CRUZ</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	14-03-2010	4ª Aveiro 38021
3 4 0,10	<b>CAROLINA SARABAND</b>	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	11-04-2010	3ª Luso 38027
3 4 1,14	<b>INÊS SILVA</b>	97 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	03-04-2010	5ª Luso 38025
3 4 2,6	<b>SILVIA RODRIGUES</b>	99 INF	E B P. António M. Fonseca	17-03-2010	3ª Luso 38107
3 4 3,46	<b>MARILIA MARTINS</b>	99 BEN-B	Esc. Sec. Vale de Cambra	26-02-2010	1ª Espinho 38105
3 4 3,81	<b>SORAIA MOREIRA</b>	97 INF	A. C. Bunheirense	03-04-2010	7ª Luso 38025
3 4 4,45	<b>VANESSA RODRIGUES</b>	99 BEN-B	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	06-03-2010	1ª Aveiro 38020
3 4 5,07	<b>GISELA MAGALHÃES</b>	97 INF	A D E C Macieira de Sarnes	03-04-2010	8ª Luso 38025
3 4 5,09	<b>INÊS RODRIGUES</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	11-04-2010	2ª Luso 38027
3 4 6,82	<b>ADRIANA PEIXOTO</b>	98 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	03-04-2010	10ª Luso 38025
3 4 6,9	<b>GABRIELA SOUSA</b>	98 INF	Grupo Cultural Desport. Sanfins	25-04-2010	3ª Lourosa 38031
3 4 7,45	<b>JOANA CASTRO</b>	97 INF	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	17-07-2010	7ª Aveiro 38042
3 4 9,38	<b>JOANA OLIVEIRA</b>	98 INF	A D E C Macieira de Sarnes	03-04-2010	12ª Luso 38025





Ranking 2010

Absoluto ( até Infantis)

### Femininos

#### 1.500 Metros

Top 7 4 6,80

5 3 9,28	<b>FRANCISCA MARTINS</b>	98 INF	Movimento Jovens Branca	23-01-2010	2ª Espinho 38013
5 4 0,94	<b>RAFAELA ALMEIDA</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	3ª Luso 38107
5 5 7,84	<b>INÊS SILVA</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	6ª Luso 38107
6 1 6,65	<b>ANA DIAS</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	8ª Luso 38107
7 4 5,7	<b>MARIA OLIVEIRA</b>	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	26-03-2010	3ª Aveiro 38108
7 4 6,8	<b>JÉSSICA SANTOS</b>	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	26-03-2010	4ª Aveiro 38108



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979

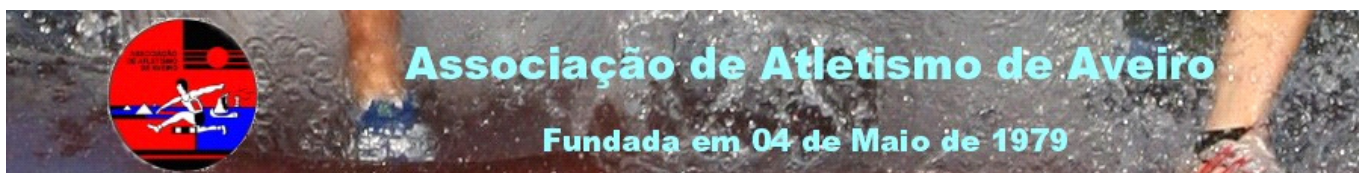


### Femininos

#### 60 M Barr.Inf.-0,76

Top 1 4,76

1 1,08	+ 0,9	<b>CAROLINA SARABAND</b>	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	11-04-2010	2ª Luso 38027
1 1,28		<b>RAQUEL SILVA</b>	98 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	2ª Espinho 38004
1 1,3	- 1,0	<b>JOANA MORETO</b>	98 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1ª Luso 38107
1 1,8	- 3,7	<b>SORAIA PINHO</b>	97 INF	E B 2, 3 de Fajões	26-03-2010	1ª Aveiro 38108
1 2,09	0,0	<b>CRISTIANA MENDES</b>	97 INF	Futsal Clube Cidade Lourosa	28-03-2010	2ª Luso 38023
1 2,33	+ 1,7	<b>ADRIANA PEIXOTO</b>	98 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	21-03-2010	1ª Estarreja 38022
1 2,34	+ 1,7	<b>GABRIELA CRUZ</b>	98 INF	A. C. Bunheirense	21-03-2010	2ª Estarreja 38022
1 2,2	- 1,0	<b>INÊS ARADA</b>	98 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	2ª Luso 38107
1 2,69	0,0	<b>INÊS RODRIGUES</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	3ª Luso 38023
1 2,7	- 1,0	<b>FLORA OLIVEIRA</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	3ª Luso 38107
1 3,14	0,0	<b>RAQUEL RODRIGUES</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	4ª Luso 38023
1 3,21	+ 1,9	<b>RAFAELA ALMEIDA</b>	97 INF	A. C. Bunheirense	14-03-2010	3ª Aveiro 38021
1 3,1	- 1,0	<b>SILVIA RODRIGUES</b>	99 INF	E B P. António M. Fonseca	17-03-2010	4ª Luso 38107
1 3,53		<b>MARILISA GOMES</b>	98 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	03-02-2010	2ª Espinho 38104
1 3,54		<b>INÊS SILVA</b>	97 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	26-12-2009	6ª Espinho 38004
1 3,70	+ 1,5	<b>GABRIELA SOUSA</b>	98 INF	Grupo Cultural Desport. Sanfins	14-03-2010	2ª Aveiro 38021
1 3,5	- 1,0	<b>NÚRIA SANTOS</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	5ª Luso 38107
1 3,6	- 1,0	<b>ANA CORREIA</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	6ª Luso 38107
1 4,10		<b>MA CLARA CARVALHO</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	7ª Espinho 38004
1 3,9	- 1,0	<b>BRUNA RODRIGUES</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	7ª Luso 38107
1 4,18		<b>SILVIA RODRIGUES</b>	99 BEN-B	A. C. Bunheirense	03-01-2010	3ª Espinho 38008
1 4,20		<b>INÊS OLIVEIRA</b>	97 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	13-01-2010	2ª Espinho 38102
1 4,40		<b>ANDREIA MOURA</b>	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	03-01-2010	5ª Espinho 38008
1 4,54	0,0	<b>RAQUEL POÇAS</b>	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	28-03-2010	7ª Luso 38023
1 4,57		<b>INÊS OLIVEIRA</b>	98 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	03-02-2010	3ª Espinho 38104
1 4,76	+ 1,5	<b>INÊS BATISTA</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	14-03-2010	4ª Aveiro 38021





Ranking 2010

Absoluto ( até Infantis)

### Femininos

#### 60 M Barr.Ini.Fem-76

Top

1 3,40

1 0,6	+ 0,1	<b>JOANA PEDREIRAS</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1ª	Luso 38107
1 0,7	+ 0,1	<b>SUSANA MAIA</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	2ª	Luso 38107
1 3,4	+ 0,1	<b>INÊS GOMES</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	4ª	Luso 38107





Ranking 2010

Absoluto ( até Infantis)

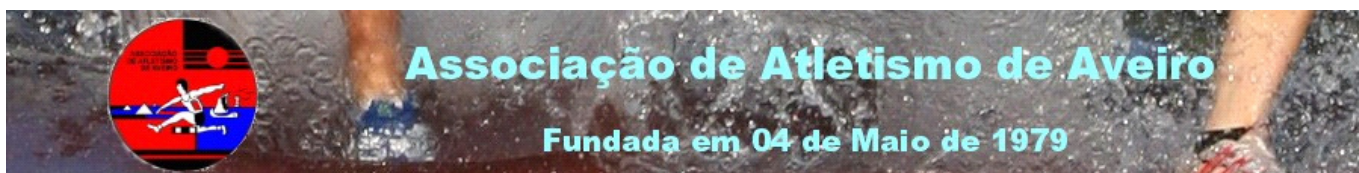
### Femininos

#### 50 m Barreiras 0,60

Top

1 7,35

1 2,62	+ 1,8	<b>BEATRIZ MONTEIRO</b>	01 BEN-A Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	14-03-2010	1ª Aveiro 38021
1 2,75		<b>BEATRIZ MELO</b>	01 BEN-A Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	1ª Espinho 38008
1 7,35	+ 1,6	<b>LARA CRISTINA COSTA</b>	03 BEN-A Serv Soc Trab Mun SJMadeira	21-03-2010	2ª Éstarreja 38022





Ranking 2010

Absoluto ( até Infantis)

### Femininos

Salto em Altura						Top	1,03
1,30	<b>JOANA PEDREIRAS</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	3ª	Luso 38107	
1,30	<b>RAQUEL RODRIGUES</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	19-06-2010	1ª	Aveiro 38037	
1,25	<b>JOANA MORETO</b>	98 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1ª	Luso 38107	
1,25	<b>RENATA RAMOS</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	10-05-2010	2ª	Aveiro 38110	
1,23	<b>ANA INÁCIO</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	21-03-2010	1ª	Estarreja 38022	
1,20	<b>NÚRIA SANTOS</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	3ª	Aveiro 38110	
1,20	<b>MARIANA CONDE</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	6ª	Aveiro 38110	
1,20	<b>MAFALDA OLIVEIRA</b>	99 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	5ª	Aveiro 38110	
1,18	<b>CAROLINA SARABAND</b>	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	20-02-2010	1ª	Espinho 38017	
1,16	<b>ANA CABRITA</b>	99 BEN-B	Grupo Desportivo Lourocoop	19-06-2010	2ª	Aveiro 38037	
1,15	<b>INÊS RODRIGUES</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	20-02-2010	3ª	Espinho 38017	
1,15	<b>MARIANA SILVA</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	3ª	Luso 38107	
1,15	<b>ANA RAFAELA ALMEID</b>	98 INF	E B 2, 3 de Fajões	26-03-2010	1ª	Aveiro 38108	
1,13	<b>CRISTIANA MENDES</b>	97 INF	Futsal Clube Cidade Lourosa	02-01-2010	6ª	Espinho 38007	
1,13	<b>MARIANA SANTOS</b>	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	7ª	Espinho 38007	
1,10	<b>ANA R ALMEIDA</b>	98 INF	E B 2, 3 de Fajões	13-01-2010	1ª	Espinho 38102	
1,09	<b>GABRIELA SOUSA</b>	98 INF	Grupo Cultural Desport. Sanfins	02-01-2010	9ª	Espinho 38007	
1,05	<b>MARILISA GOMES</b>	97 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	13-01-2010	3ª	Espinho 38102	
1,05	<b>SORAIA PINHO</b>	97 INF	E B 2, 3 de Fajões	13-01-2010	2ª	Espinho 38102	
1,05	<b>CATARINA CARVALHO</b>	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	03-02-2010	2ª	Espinho 38104	
1,05	<b>NURIA SANTOS</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	20-02-2010	4ª	Espinho 38017	
1,05	<b>SILVIA ANDREIA MAIA</b>	98 INF	Núcleo de Atletismo Cucujães	14-03-2010	3ª	Aveiro 38021	
1,05	<b>MA CLARA CARVALHO</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	14-03-2010	4ª	Aveiro 38021	
1,05	<b>OLÍVIA OLIVEIRA</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	6ª	Luso 38107	
1,05	<b>CATARINA PINHO</b>	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	26-03-2010	2ª	Aveiro 38108	
1,03	<b>ANA MOREIRA</b>	00 BEN-B	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	14-03-2010	1ª	Aveiro 38021	





Ranking 2010

Absoluto ( até Infantis)

## Femininos

### Salto Com Vara

Top

1,80

1,80

CAROLINA SARABAND

97 INF

Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António

03-06-2010

1ª Aveiro 38035





### Femininos

Salto em Comprimento						Top	3,46
4,32	+ 1,2	<b>INÊS RODRIGUES</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-04-2010	4ª	Viseu 38082
3,96		<b>CAROLINA SARABAND</b>	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	23-01-2010	4ª	Espinho 38012
3,91		<b>RENATA RAMOS</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	10-05-2010	1ª	Aveiro 38110
3,87		<b>SORAIA PINHO</b>	97 INF	E B 2, 3 de Fajões	26-02-2010	1ª	Espinho 38105
3,86		<b>MARILIA MARTINS</b>	99 BEN-B	Esc. Sec. Vale de Cambra	26-02-2010	1ª	Espinho 38105
3,83		<b>RAQUEL SILVA</b>	98 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	1ª	Espinho 38004
3,80	0,0	<b>FLORA OLIVEIRA</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	1ª	Luso 38107
3,79		<b>JÉSSICA SILVA</b>	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	2ª	Espinho 38004
3,74	0,0	<b>CRISTIANA MENDES</b>	97 INF	Futsal Clube Cidade Lourosa	28-03-2010	3ª	Luso 38023
3,73	0,0	<b>ANA BEATRIZ RODRIG</b>	98 INF	Escola Secundária da Mealhada	17-03-2010	3ª	Luso 38107
3,72		<b>JOANA SANTOS</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	2ª	Aveiro 38110
3,70		<b>INÊS SILVA</b>	97 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	30-01-2010	9ª	Braga 47015
3,70		<b>RUTE FARIA</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	4ª	Aveiro 38110
3,64		<b>CATARIN ALMEIDA</b>	98 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	26-02-2010	4ª	Espinho 38105
3,61		<b>SUSAN MAIA</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	1ª	Aveiro 38101
3,59		<b>INÊS GOMES</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	6ª	Aveiro 38110
3,55	0,0	<b>RAQUEL RODRIGUES</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	4ª	Luso 38023
3,54	- 0,4	<b>ADRIANA PEIXOTO</b>	98 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	22-05-2010	2ª	Coimbra 30031
3,53	0,0	<b>DEBORAH VALDEZ</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	4ª	Luso 38107
3,52		<b>INÊS OLIVEIRA</b>	98 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	03-02-2010	2ª	Espinho 38104
3,46		<b>NÚRIA SANTOS</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	7ª	Aveiro 38110





Ranking 2010

Absoluto ( até Infantis)

**Femininos**

**Salto c/ Vara Compr**

Top

2,27

2,27

ADRIANA PEIXOTO

98 INF

Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça

14-03-2010

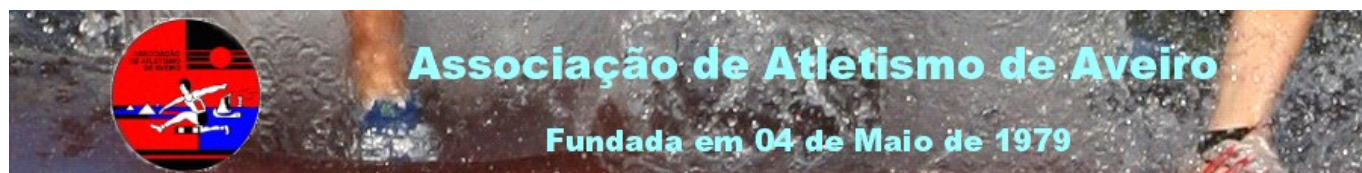
1ª Aveiro 38021





### Femininos

		Lançamento Peso-2Kg			Top	6,15
11,56	<b>CATARINA ALVES</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	1ª	Aveiro 38110
9,83	<b>RAQUEL SILVA</b>	98 INF	Ass. Atletismo Aveiro	24-04-2010	2ª	Viseu 38082
8,61	<b>REGINA OLIVEIRA</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	2ª	Aveiro 38101
8,07	<b>DIANA NEVES</b>	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	09-01-2010	1ª	Espinho 38009
7,58	<b>JOANA SANTOS</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	2ª	Luso 38107
7,56	<b>RAQUEL RODRIGUES</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	20-06-2010	2ª	Aveiro 38037
7,45	<b>MA CLARA CARVALHO</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	3ª	Espinho 38004
7,38	<b>INÊS BATISTA</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-01-2010	3ª	Espinho 38008
7,30	<b>ANA RAFAELA ALMEID</b>	98 INF	E B 2, 3 de Fajões	03-03-2010	1ª	Lourosa 38106
7,24	<b>HELENA SANTOS</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	2ª	Espinho 38103
7,15	<b>CRISTIANA MENDES</b>	97 INF	Futsal Clube Cidade Lourosa	27-03-2010	1ª	Luso 38023
7,10	<b>ANA PEREIRA</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	26-11-2009	3ª	Aveiro 38101
7,10	<b>INÊS RODRIGUES</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-03-2010	2ª	Luso 38023
7,07	<b>CRISTIANA ALMEIDA</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	20-06-2010	4ª	Aveiro 38037
7,06	<b>CLÁUDIA ALVES</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	3ª	Espinho 38103
7,03	<b>JOANA AFONSO</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	4ª	Espinho 38103
6,78	<b>RAQUEL POÇAS</b>	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	12-12-2009	3ª	Braga 47004
6,78	<b>CRISTIANA SOARES</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	5ª	Espinho 38103
6,56	<b>CAROLINA SARABAND</b>	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	27-03-2010	3ª	Luso 38023
6,51	<b>INÊS SILVA</b>	97 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	27-03-2010	5ª	Luso 38023
6,49	<b>NÚRIA SANTOS</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	6ª	Espinho 38103
6,43	<b>JULIANA VIEIRA</b>	99 INF	E B P. António M. Fonseca	10-05-2010	2ª	Aveiro 38110
6,42	<b>TÂNIA COSTA</b>	98 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	20-06-2010	5ª	Aveiro 38037
6,20	<b>MICHEL FORD</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	3ª	Aveiro 38110
6,18	<b>ANA DIAS</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	26-11-2009	5ª	Aveiro 38101
6,15	<b>ANA ISABEL PINTO</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	26-11-2009	6ª	Aveiro 38101





Ranking 2010

Absoluto ( até Infantis)

### Femininos

#### Disco 0,5 Kg

Top

1 1,12

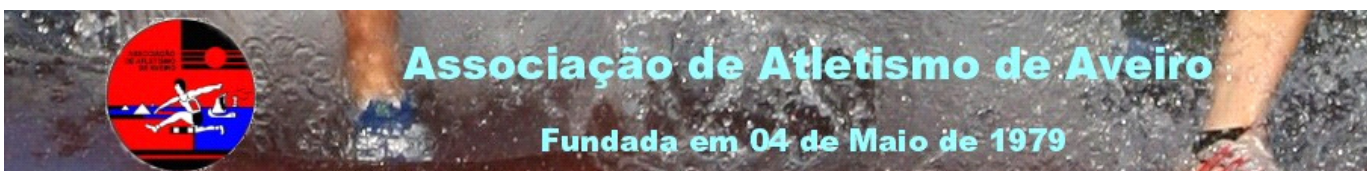
11,12

**PATRÍCIA SILVA**

99 BEN-B Ass. Cult. Rec. Valdágua

24-07-2010

1ª Palhaça 38045





Ranking 2010

Absoluto ( até Infantis)

### Femininos

#### Disco 0,750 Kg

Top

1 1,11

14,09	<b>DIANA NEVES</b>	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	19-06-2010	1ª Aveiro 38037
11,11	<b>SILVIA ANDREIA MAIA</b>	98 INF	Núcleo de Atletismo Cucujães	19-06-2010	2ª Aveiro 38037



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



### Femininos

#### Arremesso Bola-163Gr

Top

5,14

26,70	<b>ANA CATARINA LOPES</b>	00 BEN-B A. C. Bunheirense	14-03-2010	1ª	Aveiro 38021
23,59	<b>PATRÍCIA SILVA</b>	99 BEN-B Ass. Cult. Rec. Valdágua	14-03-2010	2ª	Aveiro 38021
20,31	<b>ÂNGELA CARDOSO</b>	00 BEN-B Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	14-03-2010	3ª	Aveiro 38021
16,36	<b>BRUNA VALENTE</b>	99 BEN-B Futsal Clube Cidade Lourosa	14-03-2010	4ª	Aveiro 38021
15,83	<b>SÓNIA PEREIRA</b>	99 BEN-B Serv Soc Trab Mun SJMadeira	14-03-2010	5ª	Aveiro 38021
8,23	<b>GRAZIELA ALVES</b>	99 BEN-B Futsal Clube Cidade Lourosa	14-03-2010	6ª	Aveiro 38021
5,14	<b>ANA OLIVEIRA</b>	02 BEN-A Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	14-03-2010	1ª	Aveiro 38021



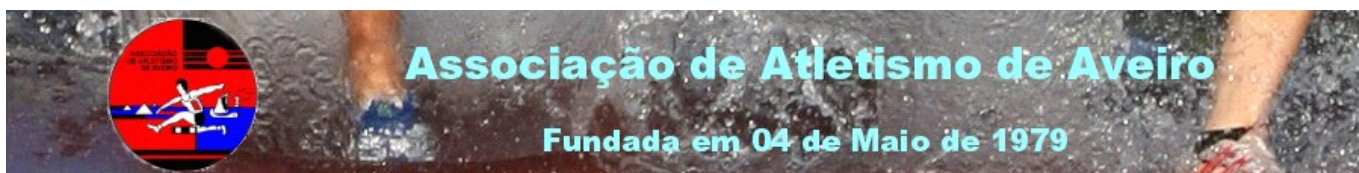


Ranking 2010

Absoluto ( até Infantis)

### Femininos

		<b>Dardo 400 Gr</b>		Top	8,20
13,33	<b>PATRÍCIA SILVA</b>	99 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Valdágua	19-06-2010	1ª Aveiro 38037
12,14	<b>INÉS RODRIGUES</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	12-12-2009	1ª Aveiro 38002
11,03	<b>TÂNIA COSTA</b>	98 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	19-06-2010	2ª Aveiro 38037
9,10	<b>SARA PINTO</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	19-06-2010	3ª Aveiro 38037
8,20	<b>SANDRA OLIVEIRA</b>	98 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	14-03-2010	1ª Aveiro 38021



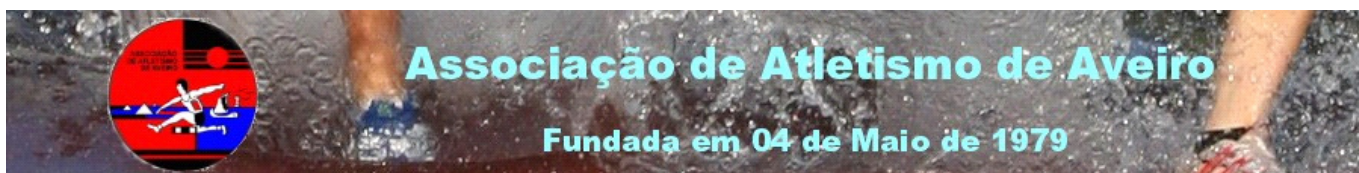


Ranking 2010

Absoluto ( até Infantis)

### Femininos

Triatlo - Infantis						Top	4 2 4,00
1273	<b>RAQUEL SILVA</b> 9,73 11,28 3,83	98 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	1ª	Espinho 38004	
1008	<b>CAROLINA SARABAND</b> 4,66 11,09 3,96	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	23-01-2010	6ª	Espinho 38012	
820	<b>CRISTIANA MENDES</b> 6,82 12,63 3,48	97 INF	Futsal Clube Cidade Lourosa	26-12-2009	4ª	Espinho 38004	
724	<b>INÊS RODRIGUES</b> 6,28 13,33 3,59	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	6ª	Espinho 38004	
663	<b>RAQUEL RODRIGUES</b> 6,29 13,38 3,30	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	7ª	Espinho 38004	
652	<b>FLORA OLIVEIRA</b> 6,14 13,98 3,60	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	8ª	Espinho 38004	
646	<b>INÊS SILVA</b> 6,50 13,54 3,23	97 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	26-12-2009	9ª	Espinho 38004	
644	<b>MA CLARA CARVALHO</b> 7,45 14,10 3,18	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	10ª	Espinho 38004	
538	<b>ADRIANA PEIXOTO</b> 5,80 13,91 3,08	98 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	26-12-2009	11ª	Espinho 38004	
448	<b>RAQUEL POÇAS</b> 5,91 18,35 3,41	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	12ª	Espinho 38004	
427	<b>JÉSSICA SILVA</b> 4,32 3,79	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	14ª	Espinho 38004	
424	<b>GABRIELA SOUSA</b> 5,84 16,13 3,23	98 INF	Grupo Cultural Desport. Sanfins	26-12-2009	13ª	Espinho 38004	





Ranking 2010

Absoluto ( até Infantis)

### Femininos

#### Pentatlo - Infantis

Top 1 1 8 1,00

1957	+ 1,4	<b>CAROLINA SARABAND</b>	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	28-03-2010	2ª	Luso 38023
		8,82 6,56 11,95 3,82	348,06				
1718	0,0	<b>INÊS RODRIGUES</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	11-04-2010	7ª	Luso 38027
		8,90 6,84 14,47 3,93	345,09				
1713	+ 1,4	<b>CRISTIANA MENDES</b>	97 INF	Futsal Clube Cidade Lourosa	28-03-2010	3ª	Luso 38023
		9,26 7,15 12,09 3,74	409,54				
1444	+ 1,4	<b>INÊS SILVA</b>	97 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	28-03-2010	4ª	Luso 38023
		9,73 6,51 13,89 3,38	343,33				
1295	+ 1,4	<b>RAQUEL RODRIGUES</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	5ª	Luso 38023
		9,68 6,40 13,14 3,55	427,73				
1192	+ 1,4	<b>RAQUEL POÇAS</b>	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	28-03-2010	6ª	Luso 38023
		9,07 6,52 14,54 3,27	440,25				
1181	+ 1,4	<b>GABRIELA SOUSA</b>	98 INF	Grupo Cultural Desport. Santins	28-03-2010	7ª	Luso 38023
		10,01 5,98 13,96 3,23	404,65				



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



### Femininos

#### 4 x 60 Metros

Top

4 1,65

3 4,49	<b>AVEIRO</b>	97 INF	Ass. Atletismo Aveiro	24-04-2010	3ª	Viseu 38082
	<i>Raquel Poças (1997) / Carolina Sarabando (1997) / Cristiana Mendes (1997) / Inês Rodrigues (1998)</i>					
3 5,46	<b>A A AVEIRO</b>	97 INF	Ass. Atletismo Aveiro	20-06-2010	1ª	Aveiro 38037
	<i>Inês Pinho (1998) / Raquel Poças (1997) / Carolina Sarabando (1997) / Inês Rodrigues (1998)</i>					
3 6,71	<b>A C R D ESCAPÃES</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-04-2010	1ª	Luso 38024
	<i>Raquel Rodrigues (1997) / Beatriz Melo (2001) / Ma Clara Carvalho (1997) / Inês Rodrigues (1998)</i>					
3 6,7	<b>I P S BAIARRADA</b>	98 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1ª	Luso 38107
3 7,17	<b>A C D ILHAVOS</b>	97 INF	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	20-06-2010	2ª	Aveiro 38037
	<i>Lara Bastos (1999) / Joana Castro (1997) / Anais Pereira (1997) / Ma Francisca Castro (1999)</i>					
3 7,34	<b>A D R E PALHAÇA</b>	98 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	03-04-2010	2ª	Luso 38024
	<i>Adriana Peixoto (1998) / Sofia Borrás (1998) / Inês Silva (1997) / Ana Beatriz Rodrigue (1998)</i>					
3 7,38	<b>A C BUNHEIRENSE</b>	97 INF	A. C. Bunheirense	03-04-2010	3ª	Aveiro 38037
3 8,0	<b>E S ESTARREJA</b>	98 INF	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	2ª	Luso 38107
3 8,5	<b>E S JULIO DINIS</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	3ª	Luso 38107
	<i>Bruna Rodrigues (1997) / Cátia Oliveira (1997) / Mariana Conde (1997) / Núria Santos (1997)</i>					
3 8,8	<b>E B P ANT M FONSECA</b>	97 INF	E B P. António M. Fonseca	17-03-2010	4ª	Luso 38107
	<i>Silvia Rodrigues (1999) / Cátia Vilar (1997) / Carolina Gomes (1998) / Sara Pinho (1998)</i>					
3 9,2	<b>E B FAJÕES</b>	97 INF	E B 2, 3 de Fajões	26-03-2010	1ª	Aveiro 38108
	<i>Bárbara Bessa (1998) / Mariana Almeida (1999) / Rafaela Oliveira (1998) / Soraia Pinho (1997)</i>					
4 1,65	<b>S SOC T S J MADEIRA</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-04-2010	4ª	Luso 38024
	<i>Tania Costa (1998) / Sonia Pereira (1999) / Olga Soares (1999) / Mariana Oliveira (2000)</i>					





Ranking 2010

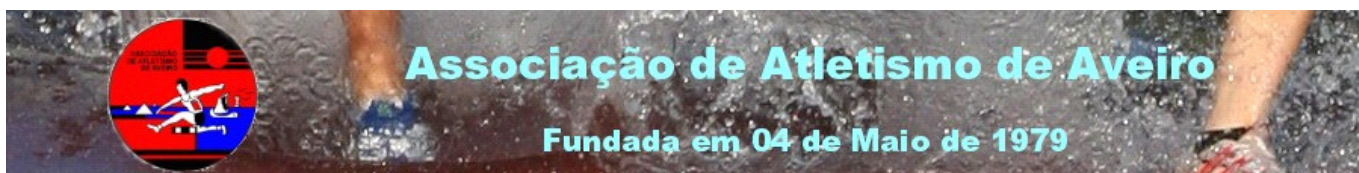
Absoluto ( até Infantis)

### Femininos

#### 1.000 Metros Marcha

Top 99 99,99

6 0 7,95	<b>ANA CABRITA</b>	99 BEN-B Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	1ª Espinho 38007	
99 9 9,99	<b>MARTA MARQUES</b>	99 BEN-B Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	3999ª Espinho 38007	DNI





Ranking 2010

Absoluto ( até Infantis)

### Femininos

#### 2 Km marcha

Top 14 06,00

1406

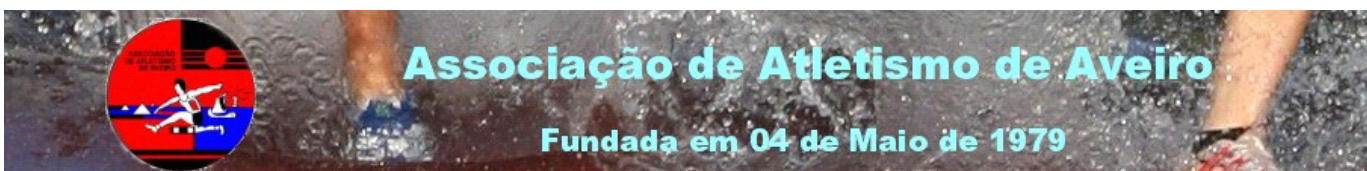
SOFIA BORRAS

98 INF

Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça

10-04-2010

34ª Rio Maior 20102





**Femininos**

**3.000 Metros Marcha**

Top 29 5 1,38

19 3 6,85	<b>SOFIA BORRAS</b>	98 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	19-06-2010	1ª Aveiro 38037	
22 0 2,06	<b>MARIANA SANTOS</b>	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	8ª Espinho 38007	
23 1 6,48	<b>ANDREIA MOURA</b>	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	9ª Espinho 38007	<
23 1 6,75	<b>DIANA NEVES</b>	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	10ª Espinho 38007	~
23 5 6,16	<b>FABIANA TOMÁS</b>	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	11ª Espinho 38007	
29 5 1,38	<b>DIANA SILVA</b>	98 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	13ª Espinho 38007	

