



Femininos

60 Metros Planos						Top	9,10
8,0	DÉBORA TAVARES	93 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	09-01-2010	2ª Espinho 38009	Q	
8,38	FLÁVIA RIBEIRO	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	16-01-2010	2ª Espinho 38011	Q	
8,47	JENNIFER GOMES	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	23-01-2010	2ª Espinho 38012		
8,49	- 0,4 STEPHANY SIMÕES	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	20-12-2009	2ª Aveiro 38003		
8,3	RITA SANTOS	94 JUV	E B 2, 3 de Fajões	13-01-2010	1ª Espinho 38102		
8,56	CLÁUDIA OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	09-01-2010	1ª Espinho 38009		
8,59	TERESA SARAMAGO	95 INI	A. C. Bunheirense	09-01-2010	3ª Espinho 38009		
8,62	+ 1,4 INÊS RODRIGUES	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-03-2010	1ª Luso 38023		
8,68	VANESSA ALVES	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	16-01-2010	3ª Espinho 38011		
8,74	SORAIA PIRES	95 INI	Juventude Atlético Mozelense	12-12-2009	1ª Braga 47004		
8,5	DANIELA LOPES	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	09-01-2010	6ª Espinho 38009		
8,5	+ 1,4 JOANA PEDREIRAS	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	1ª Aveiro 38110		
8,75	ANA ISABEL SANTOS	96 INI	Escola Secundária Serafim Leite	23-01-2010	1ª Espinho 38013		
8,78	CÁTIA COELHO	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	16-01-2010	4ª Espinho 38011		
8,79	INÊS JESUS	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	1ª Aveiro 38101		
8,79	- 1,7 CAROLINA SARABAND	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	10-04-2010	2ª Luso 38027		
8,80	MICHEL SANCHEZ	95 INI	Centro Recreativo Estarreja	26-12-2009	1ª Espinho 38004		
8,80	FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	09-01-2010	1ª Espinho 38009		
8,87	VANESSA COSTA	96 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	26-11-2009	2ª Aveiro 38101		
8,95	ANA CASTRO	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	23-01-2010	2ª Espinho 38012		
8,99	- 2,1 INÊS BOLA	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	20-12-2009	3ª Aveiro 38003		
9,07	- 0,4 CAROLINA PANDEIRAD	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	20-12-2009	6ª Aveiro 38003		
9,07	+ 1,4 RAQUEL POÇAS	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	27-03-2010	3ª Luso 38023		
9,0	+ 1,4 JOANA SANTOS	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	2ª Aveiro 38110		
9,1	+ 1,1 JOANA MORETO	98 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	2ª Aveiro 38110		





Femininos

80 Metros Planos

Top 1 2,01

1 0,69	+ 0,5	CLÁUDIA OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	03-06-2010	1ª Aveiro 38035	
1 0,97	+ 0,6	ANA ISABEL SANTOS	96 INI	Escola Secundária Serafim Leite	28-03-2010	2ª Luso 38023	
1 0,9	+ 2,0	ANDREIA SANTOS	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	31-07-2010	1ª Aveiro 38043	
1 1,17	+ 0,1	MICHEL SANCHEZ	95 INI	Centro Recreativo Estarreja	22-05-2010	5ª Leiria 24101	
1 1,30	+ 0,1	FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	22-05-2010	6ª Leiria 24101	
1 1,33	+ 0,5	TERESA SARAMAGO	95 INI	A. C. Bunheirense	03-06-2010	2ª Aveiro 38035	
1 1,44	+ 0,5	CAROLINA SARABAND	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	03-06-2010	3ª Aveiro 38035	
1 1,3	+ 2,0	TATIANA ALVES	95 INI	Assoc. Amigos Seixo Branco	31-07-2010	3ª Aveiro 38043	
1 1,60	- 2,0	VANESSA COSTA	96 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	1ª Luso 38107	
1 1,62	- 2,4	SUSANA MAIA	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1ª Luso 38107	
1 1,64	- 1,8	JENNIFER GOMES	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	14-03-2010	2ª Aveiro 38021	
1 1,69	- 1,5	JÉSSICA CLARA	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	24-04-2010	3ª Viseu 38082	X
1 1,75	- 0,8	ANA ROCHA	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	24-07-2010	3ª Palhaça 38045	
1 1,77	+ 0,6	ANA CASTRO	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	28-03-2010	4ª Luso 38023	
1 1,84	- 0,8	STEPHANIE JESUS	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	24-07-2010	4ª Palhaça 38045	
1 1,7	+ 2,0	ISABEL SILVA	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	31-07-2010	5ª Aveiro 38043	
1 1,97	- 0,9	CÁTIA CARDOSO	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	1ª Luso 38107	
1 2,01	- 0,7	VANESSA PINHO	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	24-07-2010	2ª Palhaça 38045	
1 1,8	0,0	CASSANDRA ALMEIDA	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	26-03-2010	1ª Aveiro 38108	
1 2,0	- 1,6	SUZANA CARVALHO	96 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	3ª Aveiro 38110	
1 2,0	+ 2,0	RAFAELA ALVES	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	31-07-2010	6ª Aveiro 38043	





Femininos

100 Metros planos

Top

1 5,00

1 2,48	+ 0,8	FLÁVIA RIBEIRO	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	19-06-2010	3ª	Guimarães 03030
1 2,7	0,0	RITA SANTOS	94 JUV	E B 2, 3 de Fajões	26-03-2010	1ª	Aveiro 38108
1 3,01	+ 1,9	STHEPHANY SIMÕES	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	16-06-2010	4ª	Luso 38036
1 3,18	+ 1,9	VANESSA ALVES	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	16-06-2010	6ª	Luso 38036
1 3,37	+ 1,2	CAROLINA PANDEIRAD	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	16-05-2010	4ª	Aveiro 38028
1 3,65	+ 1,2	DÉBORA TAVARES	93 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	16-05-2010	5ª	Aveiro 38028
1 3,6	+ 0,6	VANESSA COSTA	96 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	1ª	Aveiro 38110
1 3,84	+ 0,2	CÁTIA COELHO	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	16-06-2010	2ª	Luso 38036
1 3,92	- 0,3	FILIPA SILVA	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	14-03-2010	1ª	Aveiro 38021
1 3,98	+ 0,2	INÊS JESUS	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	22-05-2010	4ª	Luso 05001
1 4,03	+ 0,6	JÉSSICA PIRES	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	12-06-2010	7ª	Lisboa (E. Univ.) 03028
1 4,0	+ 0,6	AMANDA MARQUES	94 JUV	E B P. António M. Fonseca	10-05-2010	2ª	Aveiro 38110
1 4,32	- 0,9	IRINA SILVA	93 JUV	Clube Futebol União de Lamas	24-07-2010	4ª	Palhaça 38045
1 4,49	- 1,7	ANA RITA PEDREIRAS	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	4ª	Luso 38107
1 4,49	- 1,2	ANA RODRIGUES	93 JUV	Escola Secundária da Mealhada	17-03-2010	1ª	Luso 38107
1 4,63	- 0,3	ANA RODRIGUES	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	14-03-2010	5ª	Aveiro 38021
1 4,71	- 1,2	MARISA CONCEIÇÃO	94 JUV	EB 2,3 Cacia	17-03-2010	3ª	Luso 38107
1 5,00	- 1,7	ANABELA OLIVEIRA	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	5ª	Luso 38107
1 5,0	+ 0,6	ANDREIA SILVA	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	3ª	Aveiro 38110





Femininos

150 Metros Top **2 3,63**

2 0,22	CLÁUDIA OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	17-01-2010	1ª Espinho 38011
2 1,02	JENNIFER GOMES	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	17-01-2010	2ª Espinho 38011
2 1,18	TERESA SARAMAGO	95 INI	A. C. Bunheirense	17-01-2010	3ª Espinho 38011
2 1,31	ANA ISABEL SANTOS	96 INI	Escola Secundária Serafim Leite	17-01-2010	1ª Espinho 38011
2 1,35	FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	17-01-2010	4ª Espinho 38011
2 1,56	+ 0,2 CAROLINA SARABAND	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	09-07-2009	4ª Guarda 63033
2 1,75	INÊS RODRIGUES	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	13-02-2010	1ª Espinho 38015
2 2,09	ANA CASTRO	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	17-01-2010	2ª Espinho 38011
2 2,21	VANESSA COSTA	96 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	17-01-2010	1ª Espinho 38011
2 2,34	JÉSSICA CLARA	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	17-01-2010	5ª Espinho 38011
2 2,36	STEPHANIE JESUS	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	17-01-2010	2ª Espinho 38011
2 2,50	RAQUEL POÇAS	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	13-02-2010	3ª Espinho 38015
2 2,64	ISABEL SILVA	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	17-01-2010	3ª Espinho 38011
2 2,74	ANA PINHO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	17-01-2010	4ª Espinho 38011
2 3,03	RAFAELA ALMEIDA	97 INF	A. C. Bunheirense	13-02-2010	4ª Espinho 38015
2 3,07	ANA PINTO	95 INI	Ass. Desp. Cult. C. J. Clark's	17-01-2010	3ª Espinho 38011
2 3,38	SARA TAVARES	96 INI	Grupo Cultural Desport. Sanfins	17-01-2010	6ª Espinho 38011
2 3,45	+ 0,2 SANDRA OLIVEIRA	98 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	09-07-2009	6ª Guarda 63033
2 3,61	VANESSA RODRIGUES	99 BEN-B	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	17-01-2010	1ª Espinho 38011
2 3,63	JÉSSICA SILVA	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	27-12-2009	4ª Espinho 38006



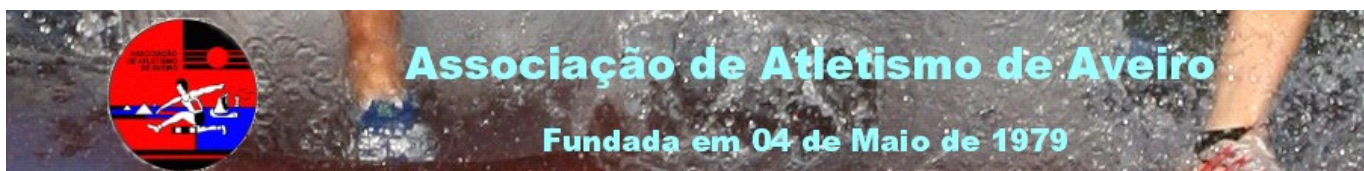


Femininos

200 Metros

Top 3 1,93

2 6,55	0,0	FLÁVIA RIBEIRO	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	07-07-2010	1ª Luso 38039	
2 7,99	+ 0,7	FILIPA SILVA	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	27-03-2010	1ª Luso 38023	
2 8,02		CLÁUDIA OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	02-01-2010	1ª Espinho 38007	
2 8,10	+ 0,7	STEPHANY SIMÕES	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	27-03-2010	2ª Luso 38023	
2 8,81		CÁTIA COELHO	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	20-02-2010	2ª Espinho 38017	
2 9,52	+ 0,2	INÊS BOLA	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	10-04-2010	5ª Luso 38027	
2 9,73	+ 0,7	CAROLINA PANDEIRAD	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	27-03-2010	3ª Luso 38023	
2 9,79		TERESA SARAMAGO	95 INI	A. C. Bunheirense	02-01-2010	1ª Espinho 38007	
2 9,95		FLÁVIA COSTA	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	02-01-2010	2ª Espinho 38007	
3 0,10	+ 0,2	IRINA SILVA	93 JUV	Clube Futebol União de Lamas	07-07-2010	4ª Luso 38039	q
3 0,52		STEPHANIE JESUS	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	02-01-2010	4ª Espinho 38007	
3 0,58		DANIELA LOPES	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	17-01-2010	3ª Espinho 38011	
3 0,85		DIANA ARAÚJO	93 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	10-01-2010	4ª Espinho 38009	
3 0,87	- 2,4	KATE SEABRA	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	20-12-2009	1ª Aveiro 38003	
3 0,90	0,0	SUSANA FONSECA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	09-05-2010	4ª Luso 38033	
3 1,15		SORAIA TAVARES	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	17-01-2010	5ª Espinho 38011	
3 1,51		ANA RODRIGUES	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	20-02-2010	5ª Espinho 38017	
3 1,57		ISABEL SILVA	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	02-01-2010	4ª Espinho 38007	
3 1,93	0,0	CRISTINA SILVA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	09-05-2010	4ª Luso 38033	





Femininos

250 Metros Planos

Top

4 8,27

3 5,38	CLÁUDIA OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	09-07-2009	2ª Guarda 63033
3 7,50	SANDRA ALMEIDA	95 INI	A. C. Bunheirense	13-02-2010	1ª Espinho 38015
3 7,92	SORAIA PIRES	95 INI	Juventude Atlético Mozelense	13-02-2010	2ª Espinho 38015
3 8,36	FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	27-12-2009	2ª Espinho 38006
3 9,09	MARGARIDA PEREIRA	95 INI	A. C. Bunheirense	27-12-2009	1ª Espinho 38006
3 9,21	JENNIFER GOMES	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	27-12-2009	3ª Espinho 38006
3 9,58	STEPHANIE JESUS	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	20-02-2010	3ª Espinho 38017
3 9,62	JÉSSICA CLARA	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	20-12-2009	3ª Aveiro 38003
3 9,88	ANA CASTRO	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	27-12-2009	1ª Espinho 38006
3 9,97	DANIELA COUTO	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	13-02-2010	1ª Espinho 38015
4 0,19	SARA TAVARES	96 INI	Grupo Cultural Desport. Sanfins	20-02-2010	1ª Espinho 38017
4 0,30	ANA PINHO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	20-02-2010	4ª Espinho 38017
4 1,02	ISABEL SILVA	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	13-02-2010	3ª Espinho 38015
4 1,74	MARGARIDA PEREIRA	96 INI	A. C. Bunheirense	20-12-2009	4ª Aveiro 38003
4 1,98	SARA LEAL	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	27-12-2009	6ª Espinho 38006
4 2,00	TELMA COELHO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	20-02-2010	3ª Espinho 38017
4 2,10	JÉSSICA FONTES	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	22-05-2010	2ª Coimbra 30031
4 2,28	FILIPA PEREIRA	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	20-02-2010	4ª Espinho 38017
4 2,97	MARIANA MOREIRA	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	13-02-2010	3ª Espinho 38015
4 3,26	SÉRGIA FRANÇA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	27-12-2009	4ª Espinho 38006
4 6,19	FILIPA MOTA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	27-12-2009	5ª Espinho 38006
4 7,50	MA ASSUNÇÃO PINTO	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	13-02-2010	4ª Espinho 38015
4 8,27	VÂNIA SANTOS	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-12-2009	5ª Espinho 38006





Femininos

300 Metros Planos

Top 9 9 9,99

4 3,89	ANDREIA SANTOS	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	19-06-2010	2ª	Guimarães 03030	
4 4,88	JÉSSICA PIRES	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	01-05-2010	1ª	Aveiro 38032	
4 5,56	MÁRCIA CARDOSO	94 JUV	Ass. Desp. Cult. Recr. Serena	14-03-2010	1ª	Aveiro 38021	
4 5,96	JÉSSICA MATOS	94 JUV	Centro Recreativo Estarreja	15-05-2010	2ª	Aveiro 38028	
4 7,96	INÊS BOLA	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	27-12-2009	1ª	Espinho 38006	
4 8,96	JÉSSICA COELHO	94 JUV	Ass. Desp. Cult. Recr. Serena	14-03-2010	3ª	Aveiro 38021	
4 9,16	MARGARIDA PEREIRA	96 INI	A. C. Bunheirense	01-05-2010	3ª	Aveiro 38032	
4 9,53	EMA COSTA	93 JUV	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	15-05-2010	3ª	Aveiro 38028	
4 9,85	STEPHANIE JESUS	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	01-05-2010	1ª	Aveiro 38032	
5 0,22	SARA PEREIRA	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	27-12-2009	3ª	Espinho 38006	
5 0,75	VANESSA FERNANDES	95 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	01-05-2010	2ª	Aveiro 38032	
5 0,78	SUSANA FONSECA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	27-12-2009	2ª	Espinho 38006	
5 1,46	SARA CRUZ	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	15-05-2010	4ª	Aveiro 38028	
5 1,63	ISA SILVA	96 INI	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	01-05-2010	3ª	Aveiro 38032	
5 1,82	LINDA LUCAS	95 INI	União Desportiva Valmaior	01-05-2010	4ª	Aveiro 38032	
5 2,32	SARA FILIPA SANTOS	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	15-05-2010	5ª	Aveiro 38028	
5 2,35	JÉSSICA FONTES	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	01-05-2010	5ª	Aveiro 38032	
5 2,91	DIANA RELVAS	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	15-05-2010	6ª	Aveiro 38028	
5 4,54	VERA GUIMARÃES	96 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	01-05-2010	4ª	Aveiro 38032	
5 5,35	SARA CRISTINA SANTO	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	27-12-2009	3ª	Espinho 38006	
5 6,29	ANA SANTOS	93 JUV	A D E C Macieira de Sarnes	15-05-2010	7ª	Aveiro 38028	
5 7,69	SARAH CONCEIÇÃO	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	15-05-2010	8ª	Aveiro 38028	
9 9 9,99	INÊS FILIPA ARAÚJO	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	14-03-2010	999ª	Aveiro 38021	DQ
9 9 9,99	CÁTIA COELHO	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	27-12-2009	999ª	Espinho 38006	





Femininos

400 Metros Planos

Top 1 1 6,32

6 2,30	JÉSSICA PIRES	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	16-06-2010	1ª Luso 38036
6 3,48	JÉSSICA MATOS	94 JUV	Centro Recreativo Estarreja	16-06-2010	3ª Luso 38036
6 7,81	DIANA AGUIAR	94 JUV	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	16-01-2010	1ª Espinho 38011
6 8,01	EMA COSTA	93 JUV	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	13-02-2010	1ª Espinho 38015
6 8,71	SARA PEREIRA	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	13-02-2010	2ª Espinho 38015
6 9,26	KATE SEABRA	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	16-01-2010	4ª Espinho 38011
6 9,72	CRISTINA SILVA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	08-05-2010	1ª Luso 38033
1 1 1,87	SARA CRUZ	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	16-06-2010	1ª Luso 38036
1 1 2,51	RENATA PAIVA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-06-2010	3ª Aveiro 38035
1 1 2,69	SORAIA TAVARES	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	09-01-2010	3ª Espinho 38009
1 1 5,83	SARA SANTOS	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	29-05-2010	6ª Póvoa Varzim/Abrantes/Lis X
1 1 6,32	CARLA CABEÇA	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	03-06-2010	5ª Aveiro 38035





Femininos

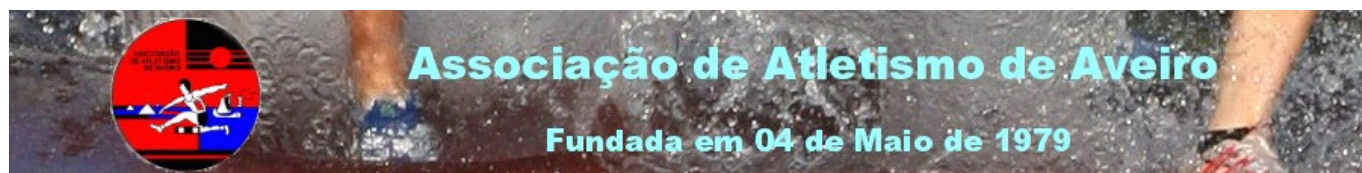
		600 Metros		Top	2 1 1,67
1 4 7,72	TATIANA HENRIQUES	97 INF	Centro Recreativo Estarreja	19-06-2010	1ª Aveiro 38037
1 5 0,68	ANAIS PEREIRA	97 INF	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	19-06-2010	2ª Aveiro 38037
1 5 4,06	MARIA JOÃO BAPTISTA	97 INF	Centro Recreativo Estarreja	02-05-2010	1ª Aveiro 38032
1 5 5,47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





Femininos

		800 Metros			Top	2 4 4,88
2 1 9,68	SANDRA ALMEIDA	95 INI	A. C. Bunheirense	20-06-2010	1ª	Guimarães 03030
2 2 1,21	JÉSSICA PIRES	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	30-05-2010	4ª	Póvoa Varzim/Abrantes/Lisb
2 2 3,19	JÉSSICA MATOS	94 JUV	Centro Recreativo Estarreja	19-05-2010	5ª	Maia 41023
2 2 5,96	ANDREIA SANTOS	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	22-05-2010	1ª	Leiria 24101
2 3 1,83	SORAIA SILVA	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	02-05-2010	4ª	Aveiro 38032
2 3 3,0	DIANA VEIGAS	93 JUV	Escola Secundária da Mealhada	10-05-2010	1ª	Aveiro 38110
2 3 3,29	DIANA AGUIAR	94 JUV	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	17-01-2010	5ª	Espinho 38011
2 3 5,1	SUSANA FONSECA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	25-04-2010	1ª	Lourosa 38031
2 3 5,24	LINDA LUCAS	95 INI	União Desportiva Valmaior	04-07-2010	3ª	Aveiro 38040
2 3 6,76	JÉSSICA MATOS	93 JUV	Centro Recreativo Estarreja	02-02-2010	1ª	Espinho 38103
2 3 9,26	EMA COSTA	93 JUV	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	16-05-2010	2ª	Aveiro 38028
2 3 9,55	ISA SILVA	96 INI	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	24-01-2010	1ª	Espinho 38013
2 3 9,9	CÁTIA LOPES	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	25-04-2010	4ª	Lourosa 38031
2 3 9,96	SARA PEREIRA	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	02-05-2010	6ª	Aveiro 38032
2 4 0,20	MARGARIDA PEREIRA	96 INI	A. C. Bunheirense	17-07-2010	5ª	Aveiro 38042
2 4 0,23	CÁTIA SILVA	95 INI	Centro Recreativo Estarreja	22-05-2010	9ª	Leiria 24101
2 4 1,69	FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	24-01-2010	2ª	Espinho 38013
2 4 4,53	MARIANA TAVARES	94 JUV	A. C. Bunheirense	17-01-2010	9ª	Espinho 38011
2 4 4,70	LILIANA BASTOS	95 INI	Esc. Secundária Sever Vouga	26-11-2009	2ª	Aveiro 38101
2 4 4,85	RUTE SILVA	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	16-05-2010	4ª	Aveiro 38028
2 4 4,86	ANA PINHO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	24-01-2010	3ª	Espinho 38013
2 4 4,87	SARA CRUZ	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	19-05-2010	11ª	Maia 41023
2 4 4,88	CLÁUDIA GOMES	95 INI	Centro Recreativo Estarreja	22-05-2010	13ª	Leiria 24101





Femininos

		1.000 Metros		Top	3 3 0,70
3 0 0,40	SANDRA ALMEIDA	95 INI	A. C. Bunheirense	22-05-2010	2ª Lisboa - Estádio Universitári
3 0 6,25	JÉSSICA PIRES	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	22-05-2010	3ª Lisboa - Estádio Universitári
3 0 9,14	JESSICA MATOS	94 JUV	Centro Recreativo Estarreja	22-05-2010	6ª Lisboa - Estádio Universitári
3 0 9,88	ANDREIA SANTOS	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	16-05-2010	2ª Aveiro 38028
3 1 0,34	JÉSSICA MATOS	94 JUV	Centro Recreativo Estarreja	24-04-2010	4ª Viseu 38083
3 1 1,51	PATRÍCIA TAVARES	95 INI	União Desportiva Valmaior	16-05-2010	3ª Aveiro 38028
3 1 2,94	SORAIA SILVA	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	03-04-2010	2ª Luso 38025
3 1 4,46	TATIANA HENRIQUES	97 INF	Centro Recreativo Estarreja	17-07-2010	1ª Aveiro 38042
3 1 7,32	RAFAELA ALMEIDA	97 INF	A. C. Bunheirense	24-04-2010	3ª Viseu 38083
3 1 7,60	PATRICIA TAVARES	95 INI	E B 2, 3 Sever Vouga	21-04-2010	2ª Aveiro 38109
3 1 8,08	DIANA AGUIAR	94 JUV	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	03-04-2010	3ª Luso 38025
3 2 0,80	DIANA VIEGAS	93 JUV	Esc. Secundária Mealhada	21-04-2010	1ª Aveiro 38109
3 2 2,21	CLÁUDIA SANTOS	95 INI	A D E C Macieira de Sarnes	03-04-2010	5ª Luso 38025
3 2 2,70	MARGARIDA PEREIRA	96 INI	E B P. António M. Fonseca	21-04-2010	3ª Aveiro 38109
3 2 3,26	SUSANA FONSECA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-04-2010	4ª Luso 38025
3 2 3,9	ANA INÁCIO	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	25-04-2010	1ª Lourosa 38031
3 2 4,39	ISA SILVA	96 INI	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	26-12-2009	3ª Espinho 38006
3 2 6,27	MARIA JOÃO BAPTISTA	97 INF	Centro Recreativo Estarreja	24-04-2010	5ª Viseu 38083
3 2 6,61	PATRÍCIA PAIS	96 INI	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	16-05-2010	1ª Aveiro 38028
3 2 6,80	ANA RAMOS	96 INI	Escola Secundária de Ílhavo	21-04-2010	4ª Aveiro 38109
3 2 6,98	EMA COSTA	93 JUV	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-04-2010	5ª Luso 38025
3 2 7,16	ANA LAURA MARTINS	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	16-05-2010	5ª Aveiro 38028
3 2 7,18	CÁTIA LOPES	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-04-2010	6ª Luso 38025
3 2 8,88	DIANA VEIGAS	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	03-04-2010	7ª Luso 38025
3 2 9,87	MARIANA TAVARES	94 JUV	A. C. Bunheirense	26-12-2009	4ª Espinho 38006
3 3 0,70	LILIANA BASTOS	95 INI	Esc. Secundária Sever Vouga	21-04-2010	5ª Aveiro 38109





Femininos

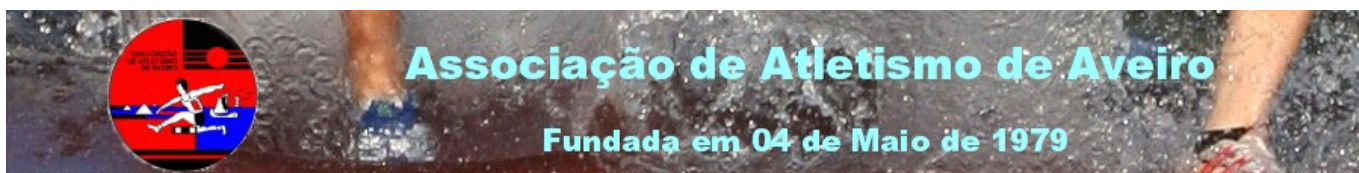
		1.500 Metros		Top	5 5 3,59
4 5 2,27	SANDRA ALMEIDA	95 INI	A. C. Bunheirense	19-06-2010	6ª Guimarães 03030
4 5 7,93	JÉSSICA MATOS	94 JUV	Centro Recreativo Estarreja	01-05-2010	2ª Aveiro 38032
4 5 9,87	JÉSSICA PIRES	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	10-07-2010	7ª Luso 38044
5 0 8,43	SORAIA SILVA	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	01-05-2010	3ª Aveiro 38032
5 1 2,49	DIANA VEIGAS	93 JUV	Escola Secundária da Mealhada	17-03-2010	3ª Luso 38107
5 2 1,09	MARIANA TAVARES	94 JUV	E B P. António M. Fonseca	17-03-2010	4ª Luso 38107
5 2 1,46	SUSANA FONSECA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	16-01-2010	6ª Espinho 38011
5 2 1,62	CÁTIA LOPES	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	29-05-2010	5ª Póvoa Varzim/Abrantes/Lis X
5 2 8,31	ANDREIA SANTOS	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	02-01-2010	5ª Espinho 38007
5 3 0,80	DIANA AGUIAR	94 JUV	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	02-01-2010	6ª Espinho 38007
5 3 2,08	ISA SILVA	96 INI	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	02-01-2010	7ª Espinho 38007
5 3 3,02	RUTE SIMÕES	94 JUV	Individual Aveiro	13-02-2010	3ª Espinho 38015
5 3 3,32	MARGARIDA PEREIRA	96 INI	E B P. António M. Fonseca	17-03-2010	2ª Luso 38107
5 3 8,39	EMA COSTA	93 JUV	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	01-05-2010	4ª Aveiro 38032
5 3 9,28	FRANCISCA MARTINS	98 INF	Movimento Jovens Branca	23-01-2010	2ª Espinho 38013
5 3 9,87	RUTE SILVA	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	08-05-2010	7ª Luso 38033
5 4 0,94	RAFAELA ALMEIDA	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	3ª Luso 38107
5 4 4,18	SARA CRUZ	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	5ª Luso 38107
5 4 4,58	SARA PEREIRA	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	16-01-2010	9ª Espinho 38011
5 4 5,01	ANA BARBOSA	96 INI	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	01-05-2010	5ª Aveiro 38032
5 4 5,09	ANA PINHO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	23-05-2010	14ª Luso 05001
5 4 6,77	AMANDA MARQUES	94 JUV	E B P. António M. Fonseca	17-03-2010	6ª Luso 38107
5 5 0,47	CRISTINA SILVA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	09-01-2010	6ª Espinho 38009
5 5 3,34	LEANDRA PINHO	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	4ª Luso 38107
5 5 3,37	DANIELA CAMPOS	94 JUV	Esc. Sec. Oliveira do Bairro	17-03-2010	8ª Luso 38107
5 5 3,59	LILIANA BASTOS	95 INI	Esc. Secundária Sever Vouga	17-03-2010	5ª Luso 38107





Femininos

		3.000 Metros			Top	9 9 9 9,99	
1 0 3 1,78	JÉSSICA MATOS	94 JUV	Ass. Atletismo Aveiro	06-06-2010	3ª	Leiria 03020	
1 1 3 6,19	DIANA AGUIAR	94 JUV	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	24-01-2010	2ª	Espinho 38013	
1 1 3 6,88	CÁTIA LOPES	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	10-01-2010	3ª	Espinho 38009	
1 1 4 9,06	DIANA VEIGAS	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	16-05-2010	2ª	Aveiro 38028	
1 1 5 6,18	RUTE SILVA	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	07-07-2010	7ª	Luso 38039	
1 2 0 9,59	MARIANA BASTOS	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	07-07-2010	8ª	Luso 38039	
1 2 2 2,67	CRISTINA SILVA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	16-05-2010	4ª	Aveiro 38028	
1 2 3 1,79	EMA COSTA	93 JUV	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-01-2010	10ª	Espinho 38008	
1 2 5 3,22	LISA RESENDE	94 JUV	União Desportiva Valmaior	16-05-2010	5ª	Aveiro 38028	
1 3 5 7,70	RENATA PAIVA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	16-05-2010	6ª	Aveiro 38028	
9 9 9 9,99	SUSANA FONSECA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-01-2010	9999ª	Espinho 38008	DNI





Femininos

60 M Barr.Inf.-0,76

Top 1 4,76

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





Femininos

60 M Barr.Ini.Fem-76

Top

1 5,25

1 0,26	+ 1,4	CLÁUDIA OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	12-12-2009	1ª Aveiro 38002
1 0,33		FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	06-02-2010	5ª Alpiarça 03007
1 0,51		TERESA SARAMAGO	95 INI	A. C. Bunheirense	23-01-2010	1ª Espinho 38012
1 0,6	+ 0,1	JOANA PEDREIRAS	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1ª Luso 38107
1 0,7	+ 0,1	SUSANA MAIA	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	2ª Luso 38107
1 1,31		ANA ISABEL SANTOS	96 INI	Escola Secundária Serafim Leite	03-02-2010	1ª Espinho 38104
1 1,97		ANA ROCHA	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	03-01-2010	5ª Espinho 38008
1 1,8	- 4,5	ANA CASTRO	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	26-03-2010	2ª Aveiro 38108
1 2,08		MARGARIDA PEREIRA	96 INI	A. C. Bunheirense	03-01-2010	6ª Espinho 38008
1 2,25		ELISABETE OLIVEIRA	96 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	03-02-2010	2ª Espinho 38104
1 2,42		ISABEL SILVA	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	26-12-2009	2ª Espinho 38004
1 2,61	0,0	SUZANNA CARVALHO	96 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	2ª Aveiro 38101
1 2,72		ANA MARCELA	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	03-02-2010	3ª Espinho 38104
1 2,5	+ 0,1	MICHEL SANCHEZ	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	3ª Luso 38107
1 2,76		SORAIA PIRES	95 INI	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	3ª Espinho 38004
1 2,99		STEPHANIE JESUS	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	03-01-2010	2ª Espinho 38008
1 3,04		SARA TAVARES	96 INI	Grupo Cultural Desport. Sanfins	26-12-2009	5ª Espinho 38004
1 2,8	- 2,0	CATARINA CARVALHO	95 INI	Esc. Secundária Sever Vouga	17-03-2010	3ª Luso 38107
1 3,10	0,0	JÉSSICA AZEVEDO	96 INI	Colégio D. José I	26-11-2009	3ª Aveiro 38101
1 2,9	- 2,0	CÁTIA CARDOSO	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	4ª Luso 38107
1 3,26		ANA PINHO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	26-12-2009	6ª Espinho 38004
1 3,50		DIANA BAPTISTA	95 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	03-02-2010	4ª Espinho 38104
1 3,51	0,0	MARIA SANTOS	95 INI	Esc. Secundária Sever Vouga	26-11-2009	4ª Aveiro 38101
1 3,57		SÉRGIA FRANÇA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	03-01-2010	5ª Espinho 38008
1 3,4	+ 0,1	INÊS GOMES	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	4ª Luso 38107
1 5,25		CÁTIA SILVA	96 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	03-02-2010	5ª Espinho 38104





Femininos

60 M Barr.Juv.Fem-76

Top 1 3,45

9,70	+ 1,3	STEPHANY SIMÕES	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	12-12-2009	2ª Aveiro 38002
9,90		ANA PEDREIRAS	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	1ª Aveiro 38101
9,95		FILIPA SILVA	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	26-12-2009	2ª Espinho 38004
10,49		CÁTIA COELHO	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	1ª Espinho 38004
10,49		DÉBORA TAVARES	93 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	03-01-2010	3ª Espinho 38008
10,63		INÊS BOLA	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	23-01-2010	1ª Espinho 38012
10,73		FLÁVIA COSTA	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	26-12-2009	3ª Espinho 38004
10,79		CAROLINA PANDEIRAD	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	4ª Espinho 38004
11,15		SORAIA TAVARES	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	03-01-2010	2ª Espinho 38008
12,32		MARIANA TAVARES	94 JUV	A. C. Bunheirense	03-01-2010	4ª Espinho 38008
12,88		SARA CRISTINA SANTO	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	26-12-2009	3ª Espinho 38004
13,15		SARA PEREIRA	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	4ª Espinho 38004
13,45		DÉBORA GREGÓRIO	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	26-12-2009	5ª Espinho 38004





Femininos

60 M Barreiras-0.84

Top

1 1,25

9,64	STEPHANY SIMÕES	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	24-01-2010	2ª Pombal 03005	Q-F
1 0,43	DÉBORA TAVARES	93 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	17-01-2010	3ª Espinho 38011	
1 0,92	FILIPA SILVA	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	10-01-2010	5ª Espinho 38009	
1 0,96	CÁTIA COELHO	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	17-01-2010	5ª Espinho 38011	
1 1,25	FLÁVIA COSTA	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	10-01-2010	7ª Espinho 38009	





Femininos

80 M Barreiras-0,76

Top 2 0,13

1 3,27	+ 1,7	FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	10-04-2010	2ª Luso 38027
1 3,50	- 1,2	JENNIFER GOMES	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	22-05-2010	4ª Luso 05001
1 3,55	+ 0,8	CLÁUDIA OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	10-04-2010	1ª Luso 38027
1 3,70	+ 0,5	CÁTIA COELHO	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	22-05-2010	4ª Luso 05001
1 4,39	+ 1,2	ANA ISABEL SANTOS	96 INI	Escola Secundária Serafim Leite	27-03-2010	1ª Luso 38023
1 5,00	0,0	FLÁVIA COSTA	94 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	2ª Luso 38107
1 5,19	+ 0,2	MARIANA TAVARES	94 JUV	E B P. António M. Fonseca	17-03-2010	1ª Luso 38107
1 5,77	0,0	ANDREIA SILVA	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	3ª Luso 38107
1 6,17	- 3,2	ISABEL SILVA	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	06-03-2010	1ª Aveiro 38020
1 6,94	0,0	ANDREIA VIEIRA	94 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	4ª Luso 38107
1 7,51	+ 1,2	FILIPA PEREIRA	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	27-03-2010	2ª Luso 38023
1 7,55	+ 1,2	JÉSSICA FONTES	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	27-03-2010	3ª Luso 38023
1 7,67	+ 0,2	ANABELA OLIVEIRA	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	2ª Luso 38107
1 7,82	- 3,2	SARA TAVARES	96 INI	Grupo Cultural Desport. Sanfins	06-03-2010	2ª Aveiro 38020
1 8,59	0,0	INÊS ALMEIDA	93 JUV	Esc. Sec. Oliveira do Bairro	17-03-2010	5ª Luso 38107
1 8,97	+ 0,2	CAROLINA SANTOS	93 JUV	Esc. Sec. Oliveira do Bairro	17-03-2010	3ª Luso 38107
2 0,13	+ 0,2	MÁRCIA MARQUES	94 JUV	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	4ª Luso 38107





Femininos

100 M Barreiras-0.76

Top

2 2,22

1 5,48	0,0	STEPHANY SIMÕES	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	05-06-2010	4ª Leiria 03020
1 6,09	+ 1,2	FILIPA SILVA	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	27-03-2010	2ª Luso 38023
1 7,55	+ 1,2	CAROLINA PANDEIRAD	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	27-03-2010	3ª Luso 38023
1 7,61	+ 0,3	FLÁVIA COSTA	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	24-04-2010	1ª Luso 38030
1 8,01	+ 1,2	INÊS BOLA	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	27-03-2010	5ª Luso 38023
2 2,22	+ 1,2	DÉBORA GREGÓRIO	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	27-03-2010	6ª Luso 38023





Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

100 M Barreiras-0.84

Top

9 9 9,99

1 6,10	+ 0,4	STEPHANY SIMÕES	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	29-05-2010	1ª	Póvoa Varzim/Abrantes/Lisb
1 7,50	+ 1,1	DÉBORA TAVARES	93 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	30-06-2010	2ª	Luso 38039
9 9 9,99	+ 1,8	CÁTIA COELHO	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	10-06-2010	3999ª	Aveiro 38035



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



Femininos

250 M Barreiras-0,76

Top 9 9 9,99

3 9,23	CLÁUDIA OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	24-04-2010	1ª	Viseu 38082	
4 0,9	FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	24-04-2010	2ª	Viseu 38082	X
4 2,6	MARGARIDA PEREIRA	96 INI	A. C. Bunheirense	24-04-2010	3ª	Viseu 38082	X
4 3,80	JÉSSICA CLARA	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	20-06-2010	1ª	Aveiro 38037	
4 4,09	ANA ROCHA	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	20-06-2010	2ª	Aveiro 38037	
4 4,31	TATIANA ALVES	95 INI	Assoc. Amigos Seixo Branco	04-07-2010	2ª	Aveiro 38040	
4 4,55	SÉRGIA FRANÇA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	20-06-2010	3ª	Aveiro 38037	
4 4,57	ISABEL SILVA	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	20-06-2010	4ª	Aveiro 38037	
4 4,80	STEPHANIE JESUS	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	20-06-2010	5ª	Aveiro 38037	
4 6,5	SARA LEAL	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	24-04-2010	4ª	Viseu 38082	X
9 9 9,99	SARA TAVARES	96 INI	Grupo Cultural Desport. Sanfins	20-06-2010	3999ª	Aveiro 38037	





Femininos

300 M Barreiras-0,76

Top

6 4,64

4 9,63	CLÁUDIA OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	20-06-2010	6ª	Guimarães 03030
5 0,61	FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	02-05-2010	1ª	Aveiro 38032
5 2,69	DIANA AGUIAR	94 JUV	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	02-05-2010	2ª	Aveiro 38032
5 4,71	MARGARIDA PEREIRA	96 INI	A. C. Bunheirense	02-05-2010	3ª	Aveiro 38032
5 7,52	CÁTIA COELHO	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	02-05-2010	4ª	Aveiro 38032
5 8,74	SÉRGIA FRANÇA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	02-05-2010	5ª	Aveiro 38032
6 4,64	FILIPA PEREIRA	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	02-05-2010	6ª	Aveiro 38032





Ranking 2010

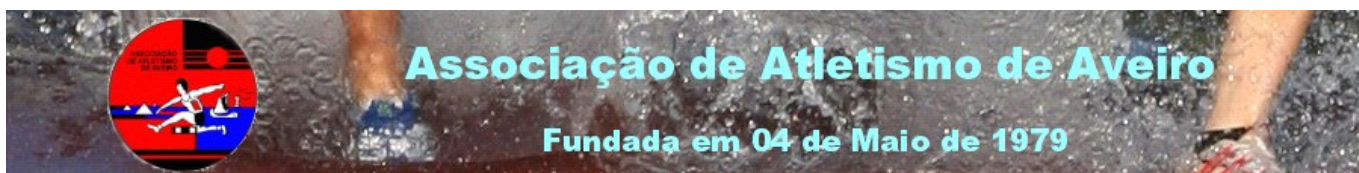
Absoluto (até Juvenis)

Femininos

400 M Barreiras-0.76

Top 99 99,99

7 4,82	DIANA AGUIAR	94 JUV	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	08-05-2010	3ª Luso 38033	
99 9 9,99	SARA PEREIRA	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	03-06-2010	9999ª Aveiro 38035	DNI





Ranking 2010

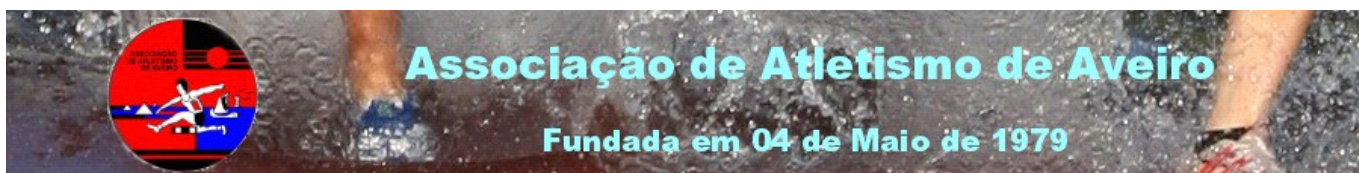
Absoluto (até Juvenis)

Femininos

50 m Barreiras 0,60

Top 1 7,35

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



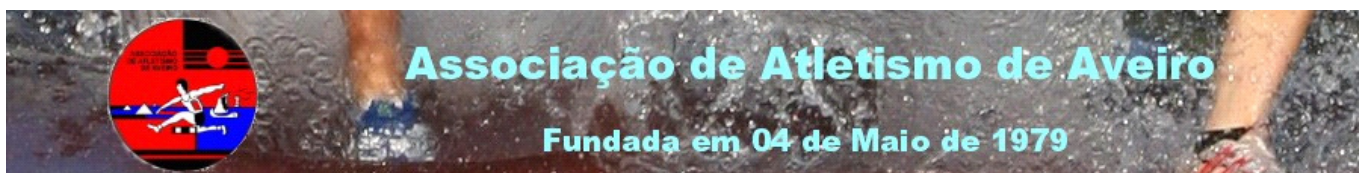


Femininos

1.500 Met Obstáculos

Top 99 99,99

5 0 5,75	SANDRA ALMEIDA	95 INI	A. C. Bunheirense	05-06-2010	1ª	Leiria 03020	RN
5 3 3,30	ANDREIA SANTOS	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	15-05-2010	2ª	Aveiro 38028	
5 3 7,88	SORAIA SILVA	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	27-03-2010	1ª	Luso 38023	
5 5 1,82	CLÁUDIA SANTOS	95 INI	A D E C Macieira de Sarnes	15-05-2010	4ª	Aveiro 38028	
5 5 6,02	MARGARIDA PEREIRA	96 INI	A. C. Bunheirense	15-05-2010	5ª	Aveiro 38028	
6 1 5,27	CLÁUDIA GOMES	96 INI	Grupo Desportivo da Gafanha	15-05-2010	6ª	Aveiro 38028	
6 2 3,64	SUSANA MARINA RIBEI	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	15-05-2010	7ª	Aveiro 38028	
6 3 9,12	MARIANA MOREIRA	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	15-05-2010	8ª	Aveiro 38028	
99 9 9,99	VANESSA FERNANDES	95 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	15-05-2010	999ª	Aveiro 38028	DNI





Femininos

2.000 Met Obstáculos

Top 8 5 8,90

8 0 9,90	DIANA AGUIAR	94 JUV	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	01-05-2010	1ª Aveiro 38032
8 1 2,20	DIANA VEIGAS	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	15-05-2010	1ª Aveiro 38028
8 2 7,63	CÁTIA LOPES	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	01-05-2010	3ª Aveiro 38032
8 2 8,71	SUSANA FONSECA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	15-05-2010	2ª Aveiro 38028
8 3 9,00	RUTE SILVA	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	01-05-2010	4ª Aveiro 38032
8 4 7,39	CRISTINA SILVA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	15-05-2010	4ª Aveiro 38028
8 5 1,59	MARIANA TAVARES	94 JUV	A. C. Bunheirense	01-05-2010	5ª Aveiro 38032
8 5 8,90	SARA PEREIRA	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	01-05-2010	6ª Aveiro 38032





Femininos

Salto em Altura						Top	1,30
1,56	CAROLINA PANDEIRAD	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	24-07-2010	1ª	Palhaça 38045	
1,55	VANESSA ALVES	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	22-05-2010	3ª	Luso 05001	
1,54	FILIPA SILVA	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	10-04-2010	1ª	Luso 38027	
1,53	JENNIFER GOMES	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	17-07-2010	1ª	Aveiro 38042	
1,48	FLÁVIA COSTA	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	14-02-2010	4ª	Pombal 03010	
1,48	INÊS BOLA	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	10-06-2010	2ª	Aveiro 38035	
1,45	ANA PEDREIRAS	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	1ª	Aveiro 38101	
1,44	JENNIFER GOMES	95 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	2ª	Aveiro 38110	
1,44	CLÁUDIA OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	24-07-2010	2ª	Palhaça 38045	
1,41	ANDREIA SILVA	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	09-05-2010	2ª	Luso 38033	
1,41	SUZANA CARVALHO	96 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	1ª	Aveiro 38110	
1,41	JÉSSICA CLARA	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	15-05-2010	3ª	Aveiro 38028	
1,40	SUZANNA CARVALHO	96 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	2ª	Aveiro 38101	
1,40	ANDREIA VIEIRA	95 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	2ª	Aveiro 38101	
1,40	FLÁVIA COSTA	96 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	2ª	Aveiro 38101	
1,40	ANA ISABEL SANTOS	96 INI	Escola Secundária Serafim Leite	20-02-2010	1ª	Espinho 38017	
1,40	SUZANNA CARVALHO	95 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	22-05-2010	9ª	Luso 05001	
1,40	RENATA PAIVA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	10-06-2010	3ª	Aveiro 38035	
1,39	FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	27-03-2010	1ª	Luso 38023	
1,38	PATRÍCIA SÁ	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	16-05-2010	4ª	Aveiro 38028	
1,36	PATRÍCIA MARTINS	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	01-05-2010	4ª	Aveiro 38032	
1,35	ANDREIA VIEIRA	94 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	4ª	Luso 38107	
1,34	ISABEL SILVA	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	06-07-2010	1ª	Viana do Castelo 49042	
1,30	STHEPHANY SIMÕES	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	4ª	Espinho 38004	
1,30	JOANA PEDREIRAS	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	3ª	Luso 38107	
1,30	INÊS SÁ	94 JUV	E B 2, 3 de Fajões	26-03-2010	1ª	Aveiro 38108	
1,30	PATRÍCIA MARTINS	95 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	3ª	Aveiro 38110	
1,30	RAQUEL RODRIGUES	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	19-06-2010	1ª	Aveiro 38037	



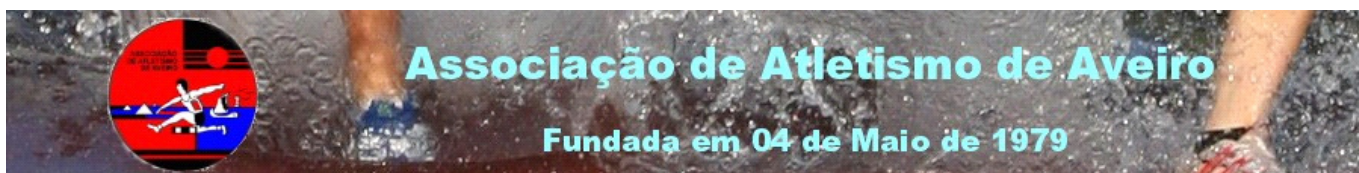


Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

		Salto Com Vara		Top	1,75	
2,80	CAROLINA PANDEIRAD	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	23-01-2010	2ª Pombal 03005	RR
2,00	CLÁUDIA OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	02-01-2010	2ª Espinho 38007	RR
1,80	CAROLINA SARABAND	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	03-06-2010	1ª Aveiro 38035	
1,75	ISABEL SILVA	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	02-05-2010	2ª Aveiro 38032	





Femininos

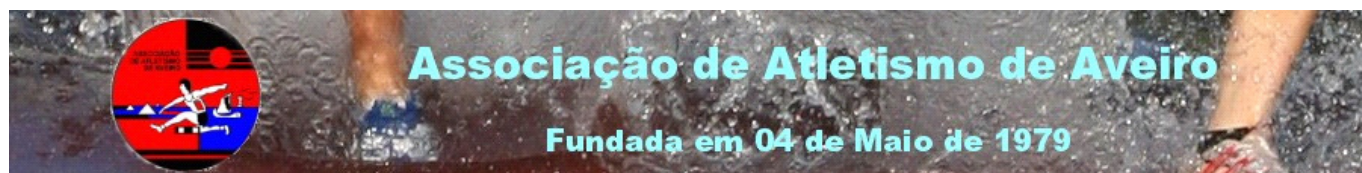
Salto em Comprimento						Top	4,26
5,16		FILIPA SILVA	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	16-01-2010	1ª	Espinho 38011
5,16	- 1,4	CAROLINA PANDEIRAD	93 JUV	Ass. Atletismo Aveiro	05-06-2010	3ª	Leiria 03020
5,05		VANESSA ALVES	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	1ª	Aveiro 38110
4,95		DÉBORA TAVARES	93 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	16-01-2010	3ª	Espinho 38011
4,87	+ 1,2	FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	04-07-2010	1ª	Aveiro 38040
4,75	+ 0,9	JENNIFER GOMES	95 INI	Ass. Atletismo Aveiro	06-06-2010	5ª	Leiria 03020
4,74	+ 2,0	INÊS BOLA	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	02-05-2010	7ª	Aveiro 38032
4,71	+ 1,6	ANA ROCHA	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	04-07-2010	2ª	Aveiro 38040
4,67	0,0	ANA RITA PEDREIRAS	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	2ª	Luso 38107
4,63		TERESA SARAMAGO	95 INI	A. C. Bunheirense	23-01-2010	4ª	Espinho 38012
4,60	+ 1,4	INÊS JESUS	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	22-05-2010	7ª	Luso 05001
4,55	+ 1,1	RITA SANTOS	94 JUV	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	02-05-2010	3ª	Aveiro 38032
4,52		STHEPHANY SIMÕES	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	02-01-2010	7ª	Espinho 38007
4,50	0,0	FLÁVIA RIBEIRO	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	4ª	Luso 38107
4,42		CLÁUDIA OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	3ª	Espinho 38004
4,42		ANA CASTRO	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	26-12-2009	2ª	Espinho 38004
4,41	0,0	VANESSA COSTA	96 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	2ª	Luso 38107
4,38		ANA ISABEL SANTOS	96 INI	Escola Secundária Serafim Leite	23-01-2010	7ª	Espinho 38012
4,38		VANESSA COSTA	96 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	3ª	Aveiro 38110
4,36	+ 0,1	JÉSSICA CLARA	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	03-04-2010	3ª	Luso 38024
4,34	+ 1,5	ISABEL SILVA	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	16-05-2010	5ª	Aveiro 38028
4,32	+ 1,2	INÊS RODRIGUES	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-04-2010	4ª	Viseu 38082
4,28		ANA MARCELA	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	03-02-2010	1ª	Espinho 38104
4,26		DIANA ARAÚJO	93 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	09-01-2010	11ª	Espinho 38009





Femininos

						Top	9,04
						Triplo Salto	
11,78	+ 0,6	FILIPA SILVA	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	19-06-2010	1ª	Guimarães 03030
11,00	0,0	CAROLINA PANDEIRAD	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	30-06-2010	1ª	Luso 38039
10,69	+ 1,0	INÊS BOLA	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	08-05-2010	1ª	Luso 38033
10,08		DÉBORA TAVARES	93 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	20-02-2010	2ª	Espinho 38017
9,59		FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	03-01-2010	2ª	Espinho 38008
9,04		ISABEL SILVA	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	20-02-2010	1ª	Espinho 38017





Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

Salto c/ Vara Compr

Top

2,27

2,27

ADRIANA PEIXOTO

98 INF

Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça

14-03-2010

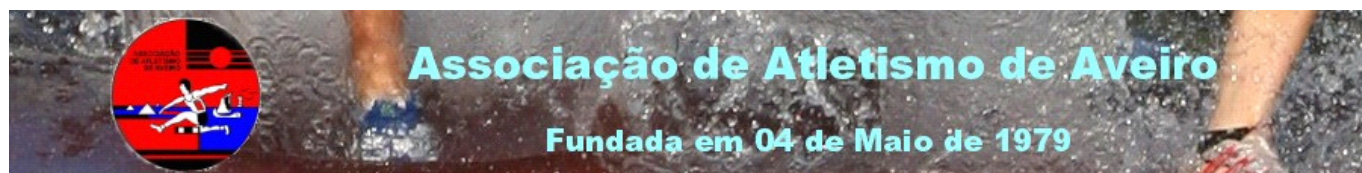
1ª Aveiro 38021





Femininos

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





Femininos

Lançamento Peso-3Kg						Top	7,59
14,20	DIANA HERNANDEZ	93 JUV	Ass. Atletismo Aveiro	06-06-2010	1ª	Leiria 03020	
12,03	ANA TERESA COELHO	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Valdágua	20-12-2009	1ª	Aveiro 38003	
12,03	CAMILA SOUSA	94 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1ª	Luso 38107	
11,84	CRISTIANA CAMPOS	95 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	1ª	Aveiro 38110	
11,74	ANA COELHO	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	2ª	Aveiro 38110	
11,28	ANDREIA GOMES	94 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	16-05-2010	3ª	Aveiro 38028	
11,22	DÉBORA TAVARES	93 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	03-01-2010	2ª	Espinho 38008	
10,46	CRISTIANA CAMPOS	95 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	3ª	Aveiro 38101	
10,24	FLÁVIA COSTA	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	24-07-2010	2ª	Palhaça 38045	
10,05	FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	26-12-2009	1ª	Espinho 38004	
9,74	CATARINA ALVES	97 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1ª	Luso 38107	
9,67	TERESA SARAMAGO	95 INI	A. C. Bunheirense	23-01-2010	1ª	Espinho 38012	
9,36	CAROLINA PANDEIRAD	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	27-03-2010	2ª	Luso 38023	
9,32	SARA BORGES	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	23-05-2010	11ª	Luso 05001	
9,21	TATIANA TEIXEIRA	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	4ª	Aveiro 38110	
8,55	FILIPA SILVA	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	27-03-2010	3ª	Luso 38023	
8,46	INÉS BOLA	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	23-01-2010	3ª	Espinho 38012	
8,44	SORAIA TAVARES	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	26-12-2009	3ª	Espinho 38004	
8,31	MARGARIDA PEREIRA	96 INI	A. C. Bunheirense	01-05-2010	7ª	Aveiro 38032	
8,04	JENNIFER GOMES	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	23-01-2010	5ª	Espinho 38012	
7,97	LILIANA RESENDE	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	26-11-2009	1ª	Aveiro 38101	
7,73	FÁTIMA SANTOS	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	16-05-2010	6ª	Aveiro 38028	
7,71	ISABEL SILVA	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	17-07-2010	8ª	Aveiro 38042	
7,69	DÉBORA GREGÓRIO	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	25-04-2010	6ª	Lourosa 38031	
7,60	CATARINA ALMEIDA	94 JUV	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	6ª	Luso 38107	
7,59	PATRÍCIA SÁ	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	03-01-2010	9ª	Espinho 38008	





Femininos

Lançamento Peso-4Kg						Top	4,77
12,78	DIANA HERNANDEZ	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	03-06-2010	1ª	Aveiro 38035	
10,67	ANA TERESA COELHO	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Valdágua	23-01-2010	7ª	Pombal 03005	
9,68	DÉBORA TAVARES	93 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	02-01-2010	2ª	Espinho 38007	
9,47	ANDREIA GOMES	94 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	09-05-2010	6ª	Luso 38033	
8,90	SORAIA TAVARES	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	09-01-2010	6ª	Espinho 38009	
7,68	TATIANA TEIXEIRA	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	09-05-2010	7ª	Luso 38033	
7,55	SARA BORGES	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	09-05-2010	8ª	Luso 38033	
7,44	FLÁVIA COSTA	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	09-05-2010	9ª	Luso 38033	
6,24	DÉBORA GREGÓRIO	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	02-01-2010	6ª	Espinho 38007	
6,18	ANA RITA SOUSA	94 JUV	Clube Futebol União de Lamas	09-05-2010	10ª	Luso 38033	
4,77	VÂNIA DIAS	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-06-2010	6ª	Aveiro 38035	





Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

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



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



Femininos

Disco 0,750 Kg

Top

1 1,11

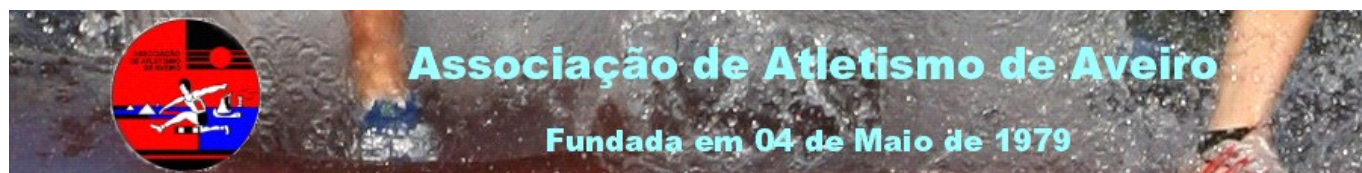
26,58	FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	20-02-2010	2ª Aveiro 38018
18,38	SARA TAVARES	96 INI	Grupo Cultural Desport. Sanfins	04-07-2010	1ª Aveiro 38040
14,71	TERESA SOFIA COELH	95 INI	Assoc. Amigos Seixo Branco	04-07-2010	2ª Aveiro 38040
14,09	DIANA NEVES	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	19-06-2010	1ª Aveiro 38037
13,62	ISABEL SILVA	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	12-12-2009	3ª Aveiro 38002
13,16	DANIELA OLIVEIRA	96 INI	Grupo Cultural Desport. Sanfins	04-07-2010	3ª Aveiro 38040
11,23	JÉSSICA MIC CORREIA	95 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	04-07-2010	4ª Aveiro 38040
11,11	SILVIA ANDREIA MAIA	98 INF	Núcleo de Atletismo Cucujães	19-06-2010	2ª Aveiro 38037





Femininos

				Disco 1 Kg		Top	0,00	
44,44	DIANA HERNANDEZ	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	14-07-2010	1ª	Aveiro 38041		
30,33	ANA TERESA COELHO	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Valdágua	02-05-2010	2ª	Aveiro 38032		
27,63	FLÁVIA COSTA	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	24-07-2010	2ª	Palhaça 38045		
23,84	CAROLINA PANDEIRAD	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	14-07-2010	4ª	Aveiro 38041		
21,64	DÉBORA TAVARES	93 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	12-12-2009	5ª	Aveiro 38002		
20,37	ANDREIA GOMES	94 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	10-06-2010	5ª	Aveiro 38035		
18,20	DIANA LARANJEIRA	94 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	12-12-2009	7ª	Aveiro 38002		
18,08	SARA BORGES	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	02-05-2010	3ª	Aveiro 38032		
16,80	VÂNIA DIAS	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	10-06-2010	8ª	Aveiro 38035		
16,71	TATIANA TEIXEIRA	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	02-05-2010	4ª	Aveiro 38032		
15,70	DIANA NOGUERA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	08-05-2010	10ª	Luso 38033		
14,96	ANA RITA SOUSA	94 JUV	Clube Futebol União de Lamas	02-05-2010	5ª	Aveiro 38032		
13,46	SARAH CONCEIÇÃO	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	02-05-2010	6ª	Aveiro 38032		
13,14	VANIA DIAS	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	07-07-2010	7ª	Luso 38039		
12,73	FILIPA MOTA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	02-05-2010	7ª	Aveiro 38032		
9,47	JÉSSICA MIC CORREIA	95 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	02-05-2010	8ª	Aveiro 38032		
0,00	VANESSA PINHO	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	02-05-2010	3999ª	Aveiro 38032		SM





Femininos

Lançam.Martelo-3Kg

Top

1 3,93

45,27	ANDREIA GOMES	94 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	19-06-2010	6ª	Guimarães 03030
44,98	DIANA HERNANDEZ	93 JUV	Ass. Atletismo Aveiro	05-06-2010	3ª	Leiria 03020
35,57	ANA TERESA COELHO	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Valdágua	20-02-2010	6ª	Aveiro 38018
27,44	DÉBORA GREGÓRIO	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	02-05-2010	3ª	Aveiro 38032
17,17	ANA RITA SOUSA	94 JUV	Clube Futebol União de Lamas	02-05-2010	4ª	Aveiro 38032
15,74	VÂNIA DIAS	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	02-05-2010	5ª	Aveiro 38032
14,57	FILIPA MOTA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	02-05-2010	6ª	Aveiro 38032
13,93	SARA LEAL	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	04-07-2010	1ª	Aveiro 38040





Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

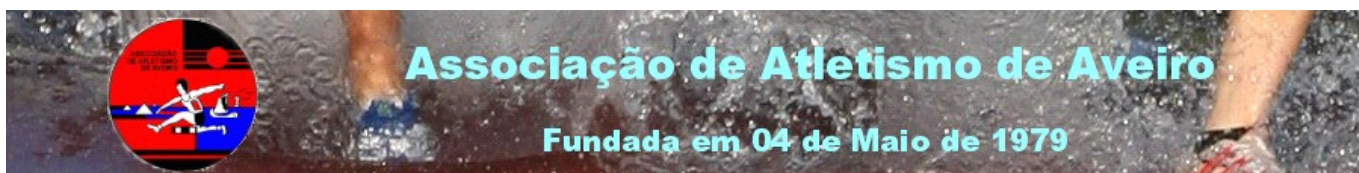
Femininos

Lançam.Martelo-4Kg

Top

1 2,81

36,87	DIANA HERNANDEZ	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	09-05-2010	2ª Luso 38033
31,28	ANDREIA GOMES	94 JUV	Grupo Cultural Desport. Sanfins	10-06-2010	3ª Aveiro 38035
28,12	ANA TERESA COELHO	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Valdágua	09-05-2010	3ª Luso 38033
12,81	VÂNIA DIAS	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	30-06-2010	6ª Luso 38039





Femininos

Arremesso Bola-163Gr

Top

5,14

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



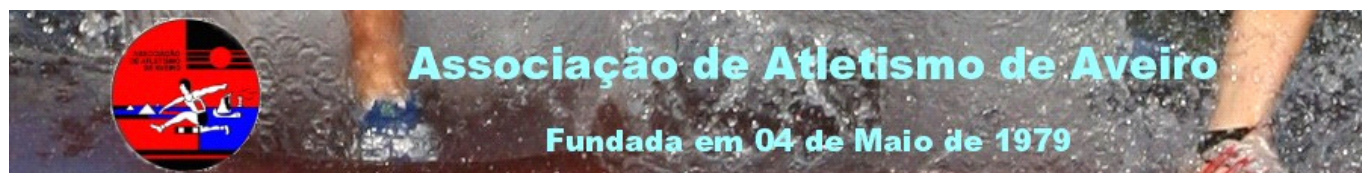


Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

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





Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

Dardo 500 Gr						Top	0,00
32,82	FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	31-07-2010	1ª	Aveiro 38043	
21,19	ANA PINHO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	03-04-2010	1ª	Luso 38024	
18,98	ANA ROCHA	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	03-04-2010	2ª	Luso 38024	
15,06	FILIPA MOTA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	16-05-2010	2ª	Aveiro 38028	
13,64	CLÁUDIA OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	10-04-2010	3ª	Luso 38027	
13,42	JÉSSICA CLARA	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	27-03-2010	3ª	Luso 38023	
13,41	JÉSSICA FONTES	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	27-03-2010	4ª	Luso 38023	
12,61	ANA CASTRO	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	27-03-2010	5ª	Luso 38023	
11,73	SARA TAVARES	96 INI	Grupo Cultural Desport. Sanfins	27-03-2010	7ª	Luso 38023	
10,96	RAFAELA ALVES	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	31-07-2010	2ª	Aveiro 38043	
10,19	ANA ISABEL SANTOS	96 INI	Escola Secundária Serafim Leite	27-03-2010	9ª	Luso 38023	
9,02	JÉSSICA CORREIA	95 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	16-05-2010	3ª	Aveiro 38028	
0,00	FILIPA PEREIRA	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	27-03-2010	999ª	Luso 38023	SM



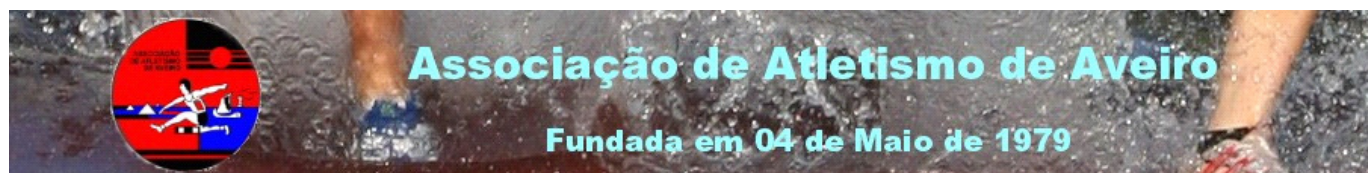


Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

Dardo 600 Gr						Top	8,79
36,15	FLÁVIA COSTA	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	20-06-2010	1ª	Guimarães 03030	
30,89	FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	20-06-2010	5ª	Guimarães 03030	
21,32	CAROLINA PANDEIRAD	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	28-03-2010	2ª	Luso 38023	
20,30	SORAIA TAVARES	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	01-05-2010	3ª	Aveiro 38032	
19,44	INÊS BOLA	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	28-03-2010	3ª	Luso 38023	
18,98	ANA PINHO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	01-05-2010	4ª	Aveiro 38032	
18,91	FILIPA SILVA	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	11-04-2010	5ª	Luso 38027	
14,88	DÉBORA GREGÓRIO	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	03-04-2010	3ª	Luso 38024	
14,48	VÂNIA DIAS	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	07-07-2010	7ª	Luso 38039	
13,13	ANA RITA SOUSA	94 JUV	Clube Futebol União de Lamas	09-05-2010	4ª	Luso 38033	
13,13	SARA CRISTINA SANTO	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	03-06-2010	9ª	Aveiro 38035	
9,89	DIANA NOGUERA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	09-05-2010	5ª	Luso 38033	
9,46	SARAH CONCEIÇÃO	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	09-05-2010	6ª	Luso 38033	
9,43	DIANA NOGUEIRA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	30-05-2010	9ª	Póvoa Varzim/Abrantes/Lis X	
8,79	JÉSSICA MIC CORREIA	95 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	01-05-2010	6ª	Aveiro 38032	





Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

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





Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

Triatlo - Iniciados

Top 3 0 7,00

1584	FABIANA FERREIRA 4,48 10,33 9,68	95 INI	Desportivo de Gondufe	06-02-2010	3ª	Alpiarça 03007
1433	TERESA SARAMAGO 4,43 10,84 8,92	95 INI	A. C. Bunheirense	26-12-2009	2ª	Espinho 38004
1399	CLÁUDIA OLIVEIRA 4,42 10,29 6,95	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	3ª	Espinho 38004
1148	ANA ISABEL SANTOS 4,38 11,48 6,29	96 INI	Escola Secundária Serafim Leite	23-01-2010	6ª	Espinho 38012
1143	ANA ROCHA 4,41 12,01 7,31	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	26-12-2009	4ª	Espinho 38004
970	ISABEL SILVA 4,02 12,42 6,94	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	26-12-2009	6ª	Espinho 38004
866	SORAIA PIRES 3,74 12,76 6,97	95 INI	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	7ª	Espinho 38004
778	ANA PINHO 3,76 13,26 6,44	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	26-12-2009	8ª	Espinho 38004
733	SARA TAVARES 3,43 13,04 6,41	96 INI	Grupo Cultural Desport. Sanfins	26-12-2009	9ª	Espinho 38004
506	DANIELA COUTO 3,73 9999,995,79	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	10ª	Espinho 38004
307	JÉSSICA FONTES 16,60 6,52	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	26-12-2009	11ª	Espinho 38004





Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

Triatlo - Juvenis						Top	2 0 4,00
1572	FILIPA SILVA 1,42 10,12 7,21	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	23-01-2010	5ª	Espinho 38012	
1485	STHEPHANY SIMÕES 1,30 9,84 6,99	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	2ª	Espinho 38004	
1473	FLÁVIA COSTA 1,34 10,73 8,66	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	26-12-2009	3ª	Espinho 38004	
1449	INÊS BOLA 1,42 10,86 7,31	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	4ª	Espinho 38004	
1445	CAROLINA PANDEIRAD 1,30 10,79 9,01	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	5ª	Espinho 38004	
1237	CÁTIA COELHO 1,18 10,49 6,78	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	6ª	Espinho 38004	
1183	SORAIA TAVARES 1,18 11,47 8,44	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	26-12-2009	7ª	Espinho 38004	
819	SARA CRISTINA SANTO 1,14 12,88 6,34	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	26-12-2009	9ª	Espinho 38004	
564	SARA PEREIRA 1,14 13,15 4,90	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	10ª	Espinho 38004	
204	DÉBORA GREGÓRIO 13,45	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	26-12-2009	11ª	Espinho 38004	





Femininos

Triatlo Opcional						Top	5 3 5,00
1509	JENNIFER GOMES	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	26-12-2009	2ª	Espinho 38004	
	7,04 8,65 1,40						
1235	ANA CASTRO	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	26-12-2009	5ª	Espinho 38004	
	5,76 8,98 4,42						
1220	MICHEL SANCHEZ	95 INI	Centro Recreativo Estarreja	26-12-2009	6ª	Espinho 38004	
	6,00 8,80 4,10						
1060	JÉSSICA CLARA	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	26-12-2009	8ª	Espinho 38004	
	5,90 9,26 3,94						
947	STEPHANIE JESUS	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	26-12-2009	9ª	Espinho 38004	
	4,88 9,29 3,75						
890	SARA LEAL	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	26-12-2009	10ª	Espinho 38004	
	6,18 9,87 3,71						
882	SÉRGIA FRANÇA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	26-12-2009	11ª	Espinho 38004	
	5,58 9,70 3,68						
838	FILIPA MOTA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	26-12-2009	12ª	Espinho 38004	
	7,32 10,12 3,35						
826	MARIANA RODRIGUES	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	13ª	Espinho 38004	
	5,20 9,95 3,78						
813	TELMA COELHO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	14ª	Espinho 38004	
	5,25 9,59 3,32						
535	VÂNIA SANTOS	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	15ª	Espinho 38004	
	4,79 9,98						





Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

Pentatlo - Infantis

Top 1 1 8 1,00

1957	+ 1,4	CAROLINA SARABAND	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	INÊS RODRIGUES	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	CRISTIANA MENDES	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	INÊS SILVA	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	RAQUEL RODRIGUES	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	RAQUEL POÇAS	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	28-03-2010	6ª	Luso 38023
		9,07 6,52 14,54 3,27	440,25				
1181	+ 1,4	GABRIELA SOUSA	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



Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

Heptatlo Iniciados

Top 1 1 6 0,00

3526	+ 2,2	FABIANA FERREIRA	95 INI	Desportivo de Gondufe	28-03-2010	1ª	Luso 38023
		13,32 27,73 1,39 11,35 4,53 9,15 244,51					
2951	+ 2,2	CLÁUDIA OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	28-03-2010	2ª	Luso 38023
		13,58 11,37 1,33 10,84 4,14 7,23 250,26					
2629	+ 1,2	ANA ISABEL SANTOS	96 INI	Escola Secundária Serafim Leite	28-03-2010	3ª	Luso 38023
		14,39 10,19 1,36 10,97 3,98 6,80 307,05					
2340	+ 2,2	ANA ROCHA	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	28-03-2010	4ª	Luso 38023
		16,02 12,49 1,27 12,03 4,34 7,07 306,35					
2325	+ 2,2	ANA CASTRO	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	28-03-2010	5ª	Luso 38023
		16,33 12,61 1,18 11,77 4,24 5,80 252,26					
2294	+ 2,2	JÉSSICA CLARA	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	28-03-2010	6ª	Luso 38023
		16,46 13,42 1,30 11,90 3,83 6,64 301,63					
2206	+ 2,2	ANA PINHO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Valdágua	28-03-2010	7ª	Luso 38023
		16,79 18,19 1,09 12,38 3,83 6,41 247,74					
1894	+ 2,2	SARA TAVARES	96 INI	Grupo Cultural Desport. Sanfins	28-03-2010	8ª	Luso 38023
		16,91 11,73 1,12 12,36 3,53 6,57 304,18					
1719	+ 1,2	JÉSSICA FONTES	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	28-03-2010	9ª	Luso 38023
		17,55 13,41 1,21 12,69 5,43 254,95					
1160	+ 1,2	FILIPA PEREIRA	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	28-03-2010	10ª	Luso 38023
		17,51 12,98 3,25 6,48 325,18					





Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

Heptatlo Juvenis

Top 8 0 6,00

3449	+ 3,5	FILIPA SILVA	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	11-04-2010	5ª	Luso 38027
		16,90 1,54 7,72 28,42 4,81 18,91 254,44					
3181	+ 1,2	FLÁVIA COSTA	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	28-03-2010	2ª	Luso 38023
		17,83 1,43 9,88 31,16 4,03 31,60 258,10					
3087	+ 1,2	INÊS BOLA	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	28-03-2010	3ª	Luso 38023
		18,01 1,46 7,49 30,01 4,59 19,44 251,61					
2978	+ 1,2	CAROLINA PANDEIRAD	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	28-03-2010	4ª	Luso 38023
		17,55 1,34 9,36 29,73 4,46 21,32 310,58					
2383	+ 1,2	STHEPHANY SIMÕES	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	28-03-2010	6ª	Luso 38023
		15,91 1,25 7,07 28,10 4,12					
806	+ 1,2	DÉBORA GREGÓRIO	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	28-03-2010	5ª	Luso 38023
		22,22 7,14 36,35 3,17 348,85					





Femininos

4 x 60 Metros

Top

4 1,65

3 4,49	AVEIRO	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	A A AVEIRO	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	A C R D ESCAPÃES	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	I P S BAIRRADA	98 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1ª Luso 38107
3 7,17	A C D ILHAVOS	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	A D R E PALHAÇA	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	A C BUNHEIRENSE	97 INF	A. C. Bunheirense	03-04-2010	3ª Aveiro 38037
3 8,0	E S ESTARREJA	98 INF	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	2ª Luso 38107
3 8,5	E S JULIO DINIS	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	E B P ANT M FONSECA	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	E B FAJÕES	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	S SOC T S J MADEIRA	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 Juvenis)

Femininos

4 x 80 Metros

Top

5 4,50

4 3,83	A C BUNHEIRENSE	95 INI	A. C. Bunheirense	03-04-2010	1ª Luso 38024
	<i>Sandra Almeida (1995) / Rafaela Almeida (1997) / Margarida Pereira (1996) / Teresa Saramago (1995)</i>				
4 5,90	E S ESTARREJA	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	1ª Luso 38107
	<i>Teresa Resende (1995) / Michel Sanchez (1995) / Patrícia Ferreira (1996) / Mariana Rodrigues (1996)</i>				
4 7,00	E S JULIO DINIS	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	2ª Luso 38107
	<i>Vanessa Costa (1996) / Cátia Cardoso (1995) / Diana Teixeira (1996) / Beatriz Monteiro (1996)</i>				
4 7,20	I P S BARRADA	95 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	3ª Luso 38107
4 7,8	E SERAFIM LEITE	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	26-03-2010	1ª Aveiro 38108
	<i>Ana Castro (1995) / Catarina Dias (1995) / Cassandra Almeida (1995) / Ana Santos (1996)</i>				
5 2,73	S SOC T S J MADEIRA	98 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-04-2010	2ª Luso 38024
	<i>Jéssica Correia (1995) / Vera Guimarães (1996) / Ana Rita Almeida (1995) / Tania Costa (1998)</i>				
5 4,50	E B ESCARIZ	95 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	26-03-2010	2ª Aveiro 38108
	<i>Diana Baptista (1995) / Elisabete Oliveira (1996) / Catia Silva (1996) / Vanessa Oliveira (1995)</i>				





Femininos

4 x 100 Metros

Top

6 6,10

5 0,82	A A AVEIRO	93 JUV	Ass. Atletismo Aveiro	06-06-2010	2ª Leiria 03020
	<i>Sthephany Simoes (1994) / Vanessa Alves (1994) / Carolina Pandeirada (1993) / Flavia Ribeiro (1994)</i>				
5 1,00	GRECAS - VAGOS	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	19-06-2010	4ª Guimarães 03030
	<i>Sthephany Simoes (1994) / Vanessa Alves (1993) / Carolina Pandeirada (1993) / Claudia Oliveira (1995)</i>				
5 1,85	E S JULIO DINIS	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	22-05-2010	1ª Luso 05001
	<i>Cátia Coelho (1993) / Vanessa Alves (1993) / Jennifer Gomes (1995) / Flavia Ribeiro (1994)</i>				
5 2,69	GRECAS - VAGOS	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	01-05-2010	1ª Aveiro 38032
	<i>Claudia Oliveira (1995) / Vanessa Alves (1993) / Carolina Pandeirada (1993) / Sthephany Simões (1994)</i>				
5 3,0	E S JULIO DINIS	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	1ª Luso 38107
	<i>Cátia Coelho (1993) / Vanessa Alves (1993) / Jennifer Gomes (1995) / Flávia Ribeiro (1994)</i>				
5 6,0	I P S BAIRRADA	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	2ª Luso 38107
5 6,54	I P S B	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	22-05-2010	6ª Luso 05001
	<i>Inês Jesus (1993) / Suzanna Carvalho (1995) / Cristiana Ferreira (1995) / Flávia Costa (1994)</i>				
5 9,4	E S ESTARREJA	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	3ª Luso 38107
6 4,19	S SOC T S J MADEIRA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	08-05-2010	3ª Luso 38033
	<i>Cristina Silva (1994) / Sarah Conceição (1994) / Diana Noguera (1994) / Renata Paiva (1994)</i>				
6 5,76	S SOC T S J MADEIRA	95 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	01-05-2010	3ª Aveiro 38032
	<i>Renata Paiva (1994) / Sarah Conceição (1994) / Diana Noguera (1994) / Vanessa Fernandes (1995)</i>				
6 6,1	E S OLIVEIRA BAIRRO	93 JUV	Esc. Sec. Oliveira do Bairro	17-03-2010	4ª Luso 38107
	<i>Carolina Santos (1993) / Daniela Campos (1994) / Sandra Santos (1993) / Inês Almeida (1993)</i>				





Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

4 x 300 metros

Top 99 99,99

336,41	J A MOZELENSE	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	02-05-2010	1ª Aveiro 38032	
	<i>Diana Relvas (1994) / Filipa Pereira (1996) / Mariana Moreira (1996) / Soraia Pires (1995)</i>					
411,55	S S O C T S J MADEIRA	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	02-05-2010	2ª Aveiro 38032	
	<i>Vania Dias (1993) / Diana Nogueira (1994) / Jessica Correia (1995) / Sarah Conceição (1994)</i>					
9999,99	A C D VILA CESARI	94 JUV	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	02-05-2010	3999ª Aveiro 38032	DQ
	<i>Rita Santos (1994) / Inês Sá (1994) / Diana Aguiar (1994) / Isa Silva (1996)</i>					





Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

4 x 400 Metros

Top 99 99,99

99 99,99

SEIXO BRANCO

95 JUV

Assoc. Amigos Seixo Branco

10-06-2010

9999^a

Aveiro 38035

DQ

Tatiana Alves (1995) Teresa Coelho () Natália Marques () Inês Rodrigues ()





Ranking 2010

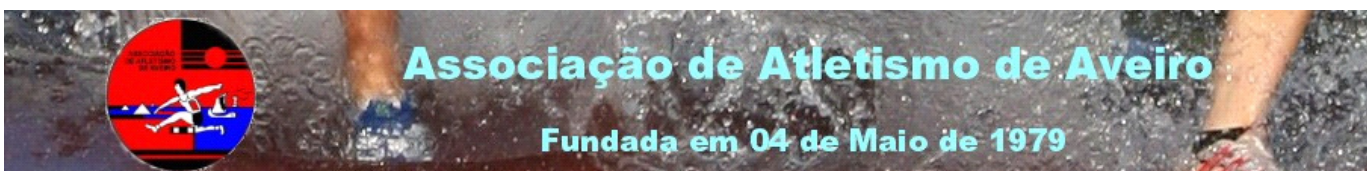
Absoluto (até Juvenis)

Femininos

1.000 Metros Marcha

Top 99 99,99

6 0 7,95	ANA CABRITA	99 BEN-B Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	1ª Espinho 38007	
99 9 9,99	MARTA MARQUES	99 BEN-B Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	9999ª Espinho 38007	DNI





Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

2 Km marcha

Top 14 06,00

1406

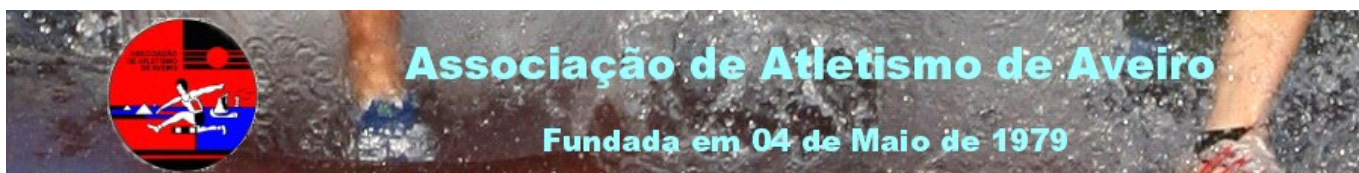
SOFIA BORRAS

98 INF

Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça

10-04-2010

34ª Rio Maior 20102



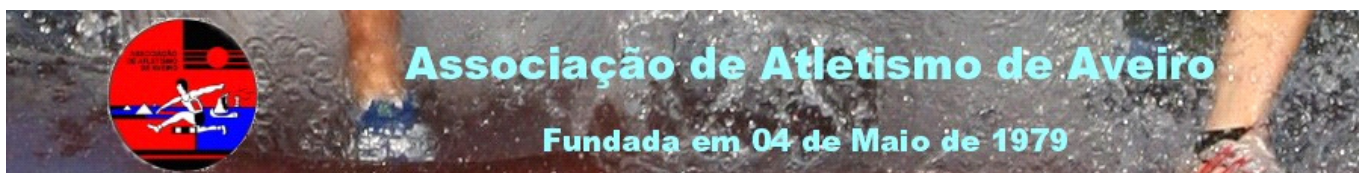


Femininos

3.000 Metros Marcha

Top 2 9 5 1,38

1 8 2 4,16	DIANA RELVAS	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	09-01-2010	4ª Espinho 38009	
1 8 5 1,29	SARA CRISTINA SANTO	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	09-01-2010	5ª Espinho 38009	~
1 9 3 6,85	SOFIA BORRAS	98 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	19-06-2010	1ª Aveiro 38037	
2 0 1 6,06	FILIPA MOTA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	02-01-2010	5ª Espinho 38007	
2 0 1 9,05	CARLA CABEÇA	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	16-01-2010	8ª Espinho 38011	~<
2 0 4 6,79	CRISTINA SILVA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	29-05-2010	9ª Póvoa Varzim/Abrantes/Lis X	
2 2 0 2,06	MARIANA SANTOS	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	8ª Espinho 38007	
2 3 1 6,48	ANDREIA MOURA	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	9ª Espinho 38007	<
2 3 1 6,75	DIANA NEVES	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	10ª Espinho 38007	~
2 3 5 6,16	FABIANA TOMÁS	97 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	11ª Espinho 38007	
2 5 1 1,24	NICOLE PINHO	96 INI	Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	12ª Espinho 38007	
2 9 5 1,38	DIANA SILVA	98 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	13ª Espinho 38007	





Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

4.000 Metros Marcha

Top 2 9 5 5,05

2 3 2 4,98	SARA LEAL	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	05-06-2010	6ª Leiria 03020
2 9 5 5,05	FILIPA MOTA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	15-05-2010	2ª Aveiro 38028



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

5.000 Metros Marcha

Top 4 0 3 4,28

3 1 5 0,92	SARA LEAL	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	01-05-2010	1ª Aveiro 38032
3 2 3 3,30	DIANA RELVAS	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	01-05-2010	2ª Aveiro 38032
3 3 0 1,24	CARLA CABEÇA	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	01-05-2010	3ª Aveiro 38032
3 3 2 2,55	FILIPA MOTA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	01-05-2010	4ª Aveiro 38032
3 4 3 9,73	SARA CRISTINA SANTO	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	01-05-2010	5ª Aveiro 38032
4 0 3 4,28	CRISTINA SILVA	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	01-05-2010	6ª Aveiro 38032



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



Ranking 2010

Absoluto (até Juvenis)

Femininos

10.000 Metros Marcha

Top 1 1 1 4 7,24

1 1 1 4 7,24

DIANA RELVAS

94 JUV

Juventude Atlético Mozelense

03-04-2010

4ª Luso 38024

~

