



Heptatlo Iniciados (Femininos)

Regional AAA

Iniciados 3 5 9 5

Fabiana Ferreira

1995 Ini

DG

11-04-2010 Luso 38027

80bar - 13,27(+1,7), dardo5 - 31,19, altura - 1,35, 80 - 11,31(-0,9), comprim - 4,65(+0,8), peso3 - 9,21, 800m - 244,50





100 Metros planos (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	1 1,56	+ 1,6	Sónia Tavares	1986 Sen	SCBM	17-06-2012 Lisboa 03053
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	1 2,07	+ 1,0	Flavia Ribeiro	1994 Jun	ESJD	23-06-2012 Luso 03035
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	1 2,07	+ 1,0	Flavia Ribeiro	1994 Jun	ESJD	23-06-2012 Luso 03035
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	1 2,25		Cristina Morujão	1973 Juv	CDE	22-07-1989



80 Metros Planos (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Iniciados</i>	1 0,0	Rosário Gestosa	1976 Ini	NAC	13-04-1991 Gafanha
<i>Regional AAA</i>	<i>Iniciados</i>	1 0,0	Susana Abreu	1977 Ini	SCBM	13-04-1991 Gafanha





60 Metros Planos (Femininos)

---

Regional AAA

Infantis

8,0

Susana Abreu

1977 Inf

SCBM

24-03-1990 Oliveir



200 Metros (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	2 3,84	Sónia Tavares	1986 Sen	SCBM	21-07-2013 Luso 38035
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	2 5,30	Cristina Morujão	1973 Juv	CDE	29-07-1990 LisboaN
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	2 5,30	Cristina Morujão	1973 Juv	CDE	29-07-1990 LisboaN
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	2 5,30	Cristina Morujão	1973 Juv	CDE	29-07-1990 LisboaN



150 Metros (Femininos)

---

Regional AAA	Infantis	1 9,62	+ 1,7	Sofia Almeida	2002 Inf	ADERCUS	29-07-2015 Vagos 38035
Regional AAA	Benjamins - A	2 0,60		Sofia Almeida	2002 Ben-B	ADERCUS	30-06-2013 Aveiro 38033





250 Metros Planos (Femininos)

---

Regional AAA

Iniciados

3 4,96

Claudia Oliveira

1995 Ini

GRECAS

16-07-2010 Aveiro 38040



300 Metros Planos (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	4 1,06	Catarina Amorim	1992 Juv	JAM	27-06-2009 Luso 03031
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	4 1,06	Catarina Amorim	1992 Juv	JAM	27-06-2009 Luso 03031
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	4 1,06	Catarina Amorim	1992 Juv	JAM	27-06-2009 Luso 03031
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	4 1,06	Catarina Amorim	1992 Juv	JAM	27-06-2009 Luso 03031
<i>Regional AAA</i>	<i>Iniciados</i>	4 1,9	Sandra Cruz	1980 Ini	ARCO	24-06-1995 Oliveir





400 Metros Planos (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	5 5,85	Cátia Nunes	1990 Jun	GRECAS	14-06-2008 Luso 03033
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	5 5,85	Cátia Nunes	1990 Jun	GRECAS	14-06-2008 Luso 03033
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	5 5,85	Cátia Nunes	1990 Jun	GRECAS	14-06-2008 Luso 03033
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	5 7,60	Andreia Santos	1995 Juv	ADREP	07-07-2012 Lisboa 03037





600 Metros (Femininos)

---

Regional AAA

Infantis 1 4 1,95

Sofia Almeida

2002 Inf

AAA

01-05-2014 Cantanhede 30029





800 Metros (Femininos)

---

Regional AAA	Seniores	2 1 0,42	Clarisse Cruz	1978 Sen	CAO	27-05-2001
Regional AAA	Sub23	2 1 1,6	Glória Marques	1961 Juv	CDE	25-06-1977 Copenha
Regional AAA	Juniores	2 1 1,6	Glória Marques	1961 Juv	CDE	25-06-1977 Copenha
Regional AAA	Juvenis	2 1 1,6	Glória Marques	1961 Juv	CDE	25-06-1977 Copenha
Regional AAA	Iniciados	2 1 2,8	Glória Marques	1961 Ini	CDE	11-07-1976 LisboaN



1.000 Metros (Femininos)

---

<b>Regional AAA</b>	<b>Seniores</b>	<b>2 5 1,5</b>	<b>Ma Fátima Cabral</b>	1972 S23	CCSJM	16-04-1994
<b>Regional AAA</b>	<b>Sub23</b>	<b>2 5 1,5</b>	<b>Ma Fátima Cabral</b>	1972 S23	CCSJM	16-04-1994
<b>Regional AAA</b>	<b>Juniores</b>	<b>2 5 9,48</b>	<b>Beatriz Rodrigues</b>	1999 Ini	AAA	15-06-2014 Lisboa 03029
<b>Regional AAA</b>	<b>Juvenis</b>	<b>2 5 7,3</b>	<b>Ilda Estrela</b>	1976 Juv	GRECAS	22-03-1992
<b>Regional AAA</b>	<b>Iniciados</b>	<b>2 5 9,48</b>	<b>Beatriz Rodrigues</b>	1999 Ini	ADERCUS	15-06-2014
<b>Regional AAA</b>	<b>Infantis</b>	<b>3 0 2,62</b>	<b>Ilda Estrela</b>	1976 Inf	GRECAS	07-05-1989 LisboaN





1.500 Metros (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	4 2 1,46	Clarisse Cruz	1978 S23	CAO	29-07-2000 Funchal
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	4 2 1,46	Clarisse Cruz	1978 S23	CAO	29-07-2000 Funchal
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	4 2 5,3	Regina Gonçalves	1963 Jun	SCBM	11-07-1981 LisboaL
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	4 3 1,5	Marina Bastos	1971 Ini	JOBRA	05-07-1986 LisboaN
<i>Regional AAA</i>	<i>Iniciados</i>	4 3 1,5	Marina Bastos	1971 Ini	JOBRA	05-07-1986 LisboaN



Milha (Femininos)

---

<b>Regional AAA</b>	<b>Seniores</b>	<b>5 3 1,89</b>	<b>Ana Pinto</b>	1991 Jun	<b>ADREP</b>	31-07-2010 Aveiro 38043
<b>Regional AAA</b>	<b>Juniores</b>	<b>5 3 1,89</b>	<b>Ana Pinto</b>	1991 Jun	<b>ADREP</b>	31-07-2010 Aveiro 38043
<b>Regional AAA</b>	<b>Juvenis</b>	<b>5 5 1,57</b>	<b>Carla Reis</b>	1997 Ini	<b>ADREP</b>	30-07-2011 Aveiro 38043
<b>Regional AAA</b>	<b>Iniciados</b>	<b>5 5 1,57</b>	<b>Carla Reis</b>	1997 Ini	<b>ADREP</b>	30-07-2011 Aveiro 38043





**3.000 Metros (Femininos)**

---

<b>Regional AAA</b>	<b>Seniores</b>	<b>9 0 5,52</b>	<b>Clarisse Cruz</b>	<b>1978 Sen</b>	<b>CAO</b>	<b>16-06-2001 LisboaU</b>
<b>Regional AAA</b>	<b>Juniores</b>	<b>9 4 1,45</b>	<b>Ma Fátima Cabral</b>	<b>1972 Jun</b>	<b>AAA</b>	<b>27-07-1991</b>
<b>Regional AAA</b>	<b>Juvenis</b>	<b>9 4 3,0</b>	<b>Regina Gonçalves</b>	<b>1963 Juv</b>	<b>SCBM</b>	<b>20-07-1980 LisboaN</b>



5.000 Metros (Femininos)

---

Regional AAA	Seniores 1 5 4 9,16	Clarisse Cruz	1978 Sen	CAO	14-07-2001
Regional AAA	Juniores 1 7 2 6,48	Clarisse Cruz	1978 Jun	ADO	20-07-1997 Coimbra







10.000 Metros (Femininos)

---

Regional AAA	Seniores 3 3 5 0,90	Ma Fátima Cabral	1972 Sen	GRECAS	12-04-2003
Regional AAA	Juniores 3 9 4 4,04	Liliana Bastos	1995 Jun	CDC	06-04-2013 Luso 38019





60 M barreiras 0,76 (Femininos)

---

Regional AAA

Seniores

9,91

Mariana Conde

1997 Juv

ESJD

25-04-2013 Lourosa 38024





60 M Barr.Inf.-0,76 (Femininos)

---

Regional AAA

Infantis

9,69

Solange Santos

1976 Inf

SCBM

06-05-1989 LisboaN



60 M Barr.Ini.Fem-76 (Femininos)

Regional AAA

Iniciados 1 0,10

Ana Rita Pedreiras

1993 Ini IPSB

12-03-2008 Luso 38108





60 M Barr.Juv.Fem-76 (Femininos)

Regional AAA

Juvenis

9,70 + 1,3

Sthephany Simões

1994 Juv

GRECAS

12-12-2009 Aveiro 38002





80 M Barreiras-0,76 (Femininos)

---

Regional AAA

Iniciados

1 2,49 + 1,7

Débora Tavares

1993 Ini

GCDS

17-05-2008 Leiria 03022





100 M Barreiras-0.76 (Femininos)

---

<b>Regional AAA</b>	<b>Juvenis</b>	<b>1 5,04</b>	<b>0,0</b>	<b>Sthephany Simões</b>	1994 Juv	<b>AAA</b>	04-06-2011 Leiria 03025
<b>Regional AAA</b>	<b>Iniciados</b>	<b>1 5,57</b>	<b>+ 1,4</b>	<b>Débora Tavares</b>	1993 Ini	<b>GCDS</b>	26-04-2008 Luso 38029





100 M Barreiras-0.84 (Femininos)

---

<b>Regional AAA</b>	<b>Seniores</b>	<b>1 4,80</b>	<b>- 0,4</b>	<b>Rosário Gestosa</b>	<b>1976 Jun</b>	<b>NAC</b>	<b>16-07-1995</b> <i>Viseu 03031</i>
<b>Regional AAA</b>	<b>Sub23</b>	<b>1 4,80</b>	<b>- 0,4</b>	<b>Rosário Gestosa</b>	<b>1976 Jun</b>	<b>NAC</b>	<b>16-07-1995</b> <i>Viseu 03031</i>
<b>Regional AAA</b>	<b>Juniores</b>	<b>1 4,80</b>	<b>- 0,4</b>	<b>Rosário Gestosa</b>	<b>1976 Jun</b>	<b>NAC</b>	<b>16-07-1995</b> <i>Viseu 03031</i>
<b>Regional AAA</b>	<b>Juvenis</b>	<b>1 5,76</b>	<b>+ 0,1</b>	<b>Sthephany Simões</b>	<b>1994 Juv</b>	<b>GRECAS</b>	<b>12-06-2011</b> <i>Luso 38035</i>





**300 M Barreiras-0,76 (Femininos)**

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	<b>4 5,58</b>	<b>Rosário Gestosa</b>	1976 Juv	<b>NAC</b>	20-06-1993
<i>Regional AAA</i>	<i>Iniciados</i>	<b>4 6,51</b>	<b>Sandra Cruz</b>	1980 Ini	<b>ARCO</b>	14-05-1995 LisboaU





250 M Barreiras-0,76 (Femininos)

---

Regional AAA

Iniciados 3 9,03

Sthephany Simões

1994 Ini

ACDI

25-04-2008 Viseu 35051





400 M Barreiras-0.76 (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	6 1,24	Clarinda Faria	1962 Sen	CCSJM	10-08-1986 LisboaN
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	6 1,97	Mafalda Oliveira	1982 Jun	CCSJM	07-07-2001
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	6 5,54	Ma Isabel Areias	1985 Juv	ADREP	26-06-2001 Coimbra



1.500 Met Obstáculos (Femininos)

Regional AAA

Iniciados 5 0 2,71

Tatiana Henriques

1997 Ini

AAA

02-06-2012 Fátima 03030



2.000 Mt.Obstáculos (Femininos)

---

Regional AAA

Juvenis 7 1 0,71

Solange Jesus

1987 Juv

ADERC

29-05-2004 Aveiro 38031



3.000 Mt.Obstáculos (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores 1 0 0 2,95</i>	<i>Clarisse Cruz</i>	1978 Sen	CAO	05-06-2002
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23 1 0 1 4,01</i>	<i>Solange Jesus</i>	1987 S23	ADERCU	25-07-2009 Seixal 03034
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores 1 0 4 4,24</i>	<i>Solange Jesus</i>	1987 Jun	ADERCU	15-08-2006
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis 1 1 2 5,91</i>	<i>Solange Jesus</i>	1987 Juv	ADERCU	12-05-2004 Aveiro 38030



Salto em Altura (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	1,70	Anabela Neto	1991 Juv	ACRDE	22-06-2008 Luso 38042
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	1,70	Anabela Neto	1991 Juv	ACRDE	22-06-2008 Luso 38042
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	1,70	Anabela Neto	1991 Juv	ACRDE	22-06-2008 Luso 38042
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	1,70	Anabela Neto	1991 Juv	ACRDE	22-06-2008 Luso 38042
<i>Regional AAA</i>	<i>Iniciados</i>	1,56	Miriam Tavares	2000 Ini	ACRVD	09-05-2015 Aveiro 38026
<i>Regional AAA</i>	<i>Infantis</i>	1,43	Solange Santos	1976 Inf	SCBM	06-05-1989 LisboaN



Salto Com Vara (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	3,55	Tânia António	1987 S23	GRECAS	23-06-2007 Luso 38046
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	3,55	Tânia António	1987 S23	GRECAS	23-06-2007 Luso 38046
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	3,35	Tânia António	1987 Jun	GRECAS	25-06-2006 Aveiro 38052
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	2,80	Carolina Pandeirada	1993 Juv	GRECAS	20-06-2010 Guimarães 03030
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	2,80	Carolina Pandeirada	1993 Juv	GRECAS	03-06-2010 Aveiro 38035
<i>Regional AAA</i>	<i>Iniciados</i>	2,60	Carolina Pandeirada	1993 Ini	GRECAS	29-06-2008 Abrantes 03034
<i>Regional AAA</i>	<i>Infantis</i>	1,80	Carolina Sarabando	1997 Inf	GRECAS	04-07-2010 Aveiro 38040
<i>Regional AAA</i>	<i>Infantis</i>	1,80	Carolina Sarabando	1997 Inf	GRECAS	03-06-2010 Aveiro 38035







Salto em Comprimento (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	<b>6,07</b>	<b>Cristina Morujão</b>	1973 Juv	CDE	20-07-1990
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	<b>6,07</b>	<b>Cristina Morujão</b>	1973 Juv	CDE	20-07-1990
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	<b>6,07</b>	<b>Cristina Morujão</b>	1973 Juv	CDE	20-07-1990
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	<b>6,07</b>	<b>Cristina Morujão</b>	1973 Juv	CDE	20-07-1990
<i>Regional AAA</i>	<i>Iniciados</i>	<b>5,53</b>	<b>Cristina Morujão</b>	1973 Ini	CDE	10-07-1988
<i>Regional AAA</i>	<i>Infantis</i>	<b>4,69</b> + 0,2	<b>Beatriz Santos</b>	2000 Inf	ACRDE	14-12-2013 Aveiro 38001



**Triplo Salto (Femininos)**

---

<b>Regional AAA</b>	<b>Seniores</b>	<b>12,81</b>	<b>+ 1,4</b>	<b>Sandra Cruz</b>	<b>1980 S23</b>	<b>GRECAS</b>	<b>21-07-2001 Lisboa (U) 03036</b>
<b>Regional AAA</b>	<b>Sub23</b>	<b>12,81</b>	<b>+ 1,4</b>	<b>Sandra Cruz</b>	<b>1980 S23</b>	<b>GRECAS</b>	<b>21-07-2001 Lisboa (U) 03036</b>
<b>Regional AAA</b>	<b>Juniores</b>	<b>12,05</b>	<b>+ 0,2</b>	<b>Carla Pinhão</b>	<b>1990 Jun</b>	<b>GRECAS</b>	<b>20-06-2008 Luso 38042</b>
<b>Regional AAA</b>	<b>Juvenis</b>	<b>11,78</b>	<b>+ 0,6</b>	<b>Filipa Silva</b>	<b>1994 Juv</b>	<b>FCCL</b>	<b>19-06-2010 Guimarães 03030</b>
<b>Regional AAA</b>	<b>Juvenis</b>	<b>11,78</b>	<b>+ 2,0</b>	<b>Carla Pinhão</b>	<b>1990 Juv</b>	<b>GRECAS</b>	<b>24-07-2007 Belgrado 02051</b>
<b>Regional AAA</b>	<b>Iniciados</b>	<b>11,14</b>	<b>+ 1,6</b>	<b>Carla Pinhão</b>	<b>1990 Ini</b>	<b>GRECAS</b>	<b>25-06-2005 Seixal 03033</b>



Lançam.Martelo-2Kg (Femininos)

---

Regional AAA

Infantis

48,29

Eva Gonçalves

2002 Inf

NAC

29-07-2015 Vagos 38035





Lançam.Martelo-3Kg (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	<b>47,68</b>	<b>Joana Esgueirão</b>	1992 Juv	<b>GRECAS</b>	28-06-2009 Luso 03031
<i>Regional AAA</i>	<i>Iniciados</i>	<b>37,23</b>	<b>Eva Gonçalves</b>	2002 Inf	<b>NAC</b>	10-05-2015 Aveiro 38026



Lançam.Martelo-4Kg (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	<b>46,97</b>	<b>Fernanda Silva</b>	1981 Sen	<b>GRECAS</b>	<i>12-05-2007 Coimbra (U) 30101</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	<b>46,20</b>	<b>Joana Esgueirão</b>	1992 Jun	<b>GRECAS</b>	<i>27-03-2010 Vila Nova de Cerveira 49022</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	<b>46,20</b>	<b>Joana Esgueirão</b>	1992 Jun	<b>GRECAS</b>	<i>27-03-2010 Vila Nova de Cerveira 49022</i>



Lançamento Peso-2Kg (Femininos)

---

Regional AAA

Infantis

12,82

Eva Gonçalves

2002 Inf

NAC

28-03-2015 Aveiro 38015





Lançamento Peso-3Kg (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	15,38	Soraia Ruas	1992 Juv	ADREP	17-05-2009 Albufeira 03020
<i>Regional AAA</i>	<i>Iniciados</i>	12,68	Diana Hernandez	1993 Ini	GRECAS	12-07-2008 Vila Nova Cerveira 49049





Lançamento Peso-4Kg (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	<b>16,74</b>	<b>Teresa Machado</b>	1969	Sen	JFSJ	17-04-1994 S.Jacin
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	<b>13,40</b>	<b>Teresa Machado</b>	1969	Jun	CG	07-06-1986 LisboaN
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	<b>13,40</b>	<b>Teresa Machado</b>	1969	Jun	CG	07-06-1986 LisboaN
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	<b>13,40</b>	<b>Teresa Machado</b>	1969	Jun	CG	07-06-1986 LisboaN







Arremesso Bola-163Gr (Femininos)

---

Regional AAA

Infantis 42,18

Sandra Cruz

1980 Inf ARCO

25-06-1993 Oliveir





Dardo 400 Gr (Femininos)

---

Regional AAA

Infantis

23,58

Fabiana Ferreira

1995 Inf

DG

07-06-2008 Aveiro 38039





Dardo 500 Gr (Femininos)

---

Regional AAA	Juvenis	33,33	Flávia Costa	1994 Ini	ADREP	04-04-2009 Luso 38022
Regional AAA	Iniciados	34,41	Flavia Costa	1994 Juv	ADREP	12-12-2009 Aveiro 38002

*Marca obtida com engenho de 600 g*





Dardo 600 Gr (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	<b>41,39</b>	<b>Flávia Costa</b>	1994 Jun	<b>ADREP</b>	03-03-2012 <i>Leiria 03015</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	<b>41,39</b>	<b>Flávia Costa</b>	1994 Jun	<b>ADREP</b>	03-03-2012 <i>Leiria 03015</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	<b>41,39</b>	<b>Flávia Costa</b>	1994 Jun	<b>ADREP</b>	03-03-2012 <i>Leiria 03015</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	<b>38,10</b>	<b>Flávia Costa</b>	1994 Juv	<b>ADREP</b>	06-03-2011 <i>Leiria (CNL) 03017</i>





Disco 600 g (Femininos)

Regional AAA

Infantis

37,35

Eva Gonçalves

2002 Inf

NAC

07-02-2015 Aveiro 38011





Disco 0,750 Kg (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Iniciados</i>	41,71	Rosa Domingues	1983 Ini	CC	09-05-1998 VRSAnto
<i>Regional AAA</i>	<i>Infantis</i>	34,28	Eva Gonçalves	2002 Inf	NAC	28-06-2014 Aveiro 38052





Disco 1 Kg (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	<b>62,00</b>	<b>Teresa Machado</b>	1969 Sen	JFSJ	17-04-1994 S.Jacin
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	<b>47,56</b>	<b>Diana Hernandez</b>	1993 Jun	GRECAS	16-07-2011 Aveiro 38042
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	<b>47,56</b>	<b>Diana Hernandez</b>	1993 Jun	GRECAS	16-07-2011 Aveiro 38042
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	<b>47,56</b>	<b>Diana Hernandez</b>	1993 Jun	GRECAS	16-07-2011 Aveiro 38042
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	<b>47,56</b>	<b>Diana Hernandez</b>	1993 Jun	GRECAS	16-07-2011 Aveiro 38042
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	<b>46,30</b>	<b>Teresa Machado</b>	1969 Juv	CG	10-08-1986 LisboaN
<i>Regional AAA</i>	<i>Iniciados</i>	<b>37,20</b>	<b>Rosa Domingues</b>	1983 Ini	CC	21-06-1998 Coimbra



Tetratlo - Infantis (Femininos)

Regional AAA

Infantis 1901

Carla Pinhão  
60bar - 11,03, peso2 - 9,27, altura - 1,34, 1000 - 3.39,25

1990 Inf

GRECAS

06-04-2003 Aveiro 38024







Tetratlo Infantis DE (Femininos)

Regional AAA

Infantis 2096

Susana Abreu

1977 Inf

SCBM

01-07-1990

60 - 8,43, peso2 - 10,72, comp - 4,44, 1000 - 3.40,36



Triatlo - Infantis (Femininos)

Regional AAA

Infantis 1 3 4 6

Beatriz Santos  
523 480 343

2000 Inf

ACRDE

05-01-2013 Aveiro 38005





Pentatlo - Infantis (Femininos)

Regional AAA

Infantis 2 6 2 1

Diana Silva

2000 Inf

JAM

05-05-2013 Luso 38026

643 444 560 416  
558





Triatlo - Iniciados (Femininos)

Regional AAA

Iniciados 1 2 5 9

Carolina Sarabando  
388 577 294

1997 Ini

GRECAS

07-01-2012 Aveiro 38006





Triatlo - Juvenis (Femininos)

Regional AAA

Juvenis 1 7 3 9

Cláudia Oliveira  
632 712 395

1995 Juv

GRECAS

07-01-2012 Aveiro 38006





Heptatlo Juvenis (Femininos)

Regional AAA

Juvenis 4 0 8 6

Cláudia Oliveira  
755 666 443 704 535 319 664

1995 Juv

GRECAS

27-05-2012 Rio Maior 03027





Hexatlo Iniciados (Femininos)

Regional AAA

Iniciados 3471

Sandra Cruz

1980 Ini

ADREP

02-04-1995 LisboaU

80 - 10,70, Peso3 - 7,49, Altura - 1,42, 60B -  
10,49, comprim - 5,09, 1000 - 3.19,04





Hexatlo Juvenis (Femininos)

Regional AAA

Juvenis 3290

Cátia Silva

1988 Juv

CFUL

24-04-2005 Óbidos 03021

100bar - 16,93, altura - 1,47, peso3 - 10,11,  
comprim - 4,41, dardo6 - 29,40, 800 - 2 30,21





Heptalo - Juniores (Femininos)

Regional AAA

Juniores 3 4 6 4

Mariana Conde

1997 Jun

ACRVD

31-05-2015 Pombal 03034

714 491 352 618 428 312 549



Heptalo - Seniores (Femininos)

---

<i>Regional AAA</i>	<b>Seniores</b>	<b>4499</b>	<b>Rosa Domingues</b>	1983 Jun	<b>GRECAS</b>	20-05-2001 Luso 38033
			<i>100bar - 15,9, altura - 1,61, peso4 - 11,71, 200 - 27,0, comprim - 5,40, dardo6 - 29,85, 800 - 239,7</i>			
<i>Regional AAA</i>	<b>Sub23</b>	<b>4499</b>	<b>Rosa Domingues</b>	1983 Jun	<b>GRECAS</b>	20-05-2001 Aveiro 38033
			<i>100bar - 15,9, altura - 1,61: peso - 11,71, 200 - 27,0, comprim - 5,40, dardo6 - 29,85, 800 - 2.39,7</i>			
<i>Regional AAA</i>	<b>Juniores</b>	<b>4499</b>	<b>Rosa Domingues</b>	1983 Jun	<b>GRECAS</b>	20-05-2001 Aveiro 38033
			<i>100bar - 15,9, altura - 1,61: peso - 11,71, 200 - 27,0, comprim - 5,40, dardo6 - 29,85, 800 - 2.39,7</i>			





4X60 Metros (Femininos)

---

<b>Regional AAA</b>	<b>Infantis</b>	<b>3 3,04</b>	<b>Seleção</b>	1996 Inf	<b>AAA</b>	01-05-2009 Leiria 38026
			Ana Rocha (1996) Carolina Sarabando(1997) Margarida Pereira (1996) ElisabetePereira (1996)			
<b>Regional AAA</b>	<b>Infantis</b>	<b>3 3,05</b>	<b>Seleção</b>	1977 Inf	<b>AAA</b>	05-05-1990 Lisboa (N) 03119
			Tânia Santos (77) Iva Costa (77) Maria Correia (77) Celda Alves (77)			





**4X80 Metros (Femininos)**

**Regional AAA**

**Iniciados**

**4 1,32**

**Seleção**

1994 Ini

AAA

16-05-2009 Albufeira 03020

*Sthephany Simões (1994) Inês Bola (1994)  
Filipa Silva (1994) Rita Santos (1994)*





4X100 Metros Planos (Femininos)

---

Regional AAA	Seniores	4 8,40	<b>G R E C A S</b> <i>Sthephany Simões (1994) / Cláudia Oliveira (1995) / Catarina Silva (1990) / Lisandra Lopes (1988)</i>	1980 Sen	<b>GRECAS</b>	09-06-2012 Lisboa (EUL) 03031
Regional AAA	Sub23	4 9,85	<b>Grecas</b> <i>Patricia Leite (83) Celsa Gomes (81) Susana Silva (79) Sandra Cruz (80)</i>	1979 S23	<b>GRECAS</b>	30-06-2001
Regional AAA	Juniores	4 9,91	<b>A A Aveiro</b> <i>Cátia Oliveira (1997) / Ana Rita Marques (1996) / Carolina Sarabando (1997) / Diana Reis (1997)</i>	1996 Juv	<b>AAA</b>	02-06-2013 Fátima 03033
Regional AAA	Juvenis	4 9,91	<b>A A Aveiro</b> <i>Cátia Oliveira (1997) / Ana Rita Marques (1996) / Carolina Sarabando (1997) / Diana Reis (1997)</i>	1996 Juv	<b>AAA</b>	02-06-2013 Fátima 03033



4X200 Metros (Femininos)

---

<b>Regional AAA</b>	<b>Seniores</b>	<b>2 0 3,22</b>	<b>A C R Valdagua</b>	1993 Jun	ACRVD	22-07-2012 Luso 38044
			<i>Ariana Teixeira (1993) / Ana Pinho (1996) / Isabel Silva (1996) / Catia Coelho (1993)</i>			
<b>Regional AAA</b>	<b>Juniores</b>	<b>2 0 3,22</b>	<b>A C R Valdagua</b>	1993 Jun	ACRVD	22-07-2012 Luso 38044
			<i>Ariana Teixeira (1993) / Ana Pinho (1996) / Isabel Silva (1996) / Catia Coelho (1993)</i>			





4X400 Metros (Femininos)

---

<b>Regional AAA</b>	<b>Seniores</b>	<b>3 5 9,12</b>	<b>A D R E Palhaça</b>	1989 Sen	<b>ADREP</b>	08-07-2012 Lisboa 03037
			<i>Vera Lima (1989) / Márcia Cardoso (1994) / Daniela Urbano (1995) / Andreia Santos (1995)</i>			
<b>Regional AAA</b>	<b>Sub23</b>	<b>4 0 1,95</b>	<b>A D R E P</b>	1992 Jun	<b>ADREP</b>	10-07-2011 Lisboa 03035
			<i>Daniela Urbano (1995) / Andreia Santos (1995) / Jessica Pires (1993) / Márcia Cardoso (1994)</i>			
<b>Regional AAA</b>	<b>Juniores</b>	<b>4 0 1,95</b>	<b>A D R E P</b>	1992 Jun	<b>ADREP</b>	10-07-2011 Lisboa 03035
			<i>Daniela Urbano (1995) / Andreia Santos (1995) / Jessica Pires (1993) / Márcia Cardoso (1994)</i>			





4X800 Metros (Femininos)

Regional AAA

Seniores 1 0 4 1,52

J A Mozelense

1966 Vet

JAM

03-05-2008 Aveiro 38031

Ana Rosa Santos (1991) / Ma Matilde Batista (1966) / Nadine Leite (1990) / Nadia Santos (1991)







Estafeta "Meddley" (Femininos)

Regional AAA

Juvenis 2 4 5,90

Juv. Atl. Mozelense

1999 Juv

JAM

26-04-2015 Luso 38023

Júlia Conceição (2001) / Lara Bastos (1999) /  
Ana Cordeiro (2001) / Diana Silva (2000)





1.000 Metros Marcha (Femininos)

---

Regional AAA

Infantis 4 5 5,0

Clementina Costa

1979 Inf

GDL

02-05-1992 LisboaN





2.000 Metros Marcha (Femininos)

Regional AAA

Infantis 1 2 1 1,6

Patrícia Pinto

1985 Inf

GDL

17-07-1997 Coimbra



**3.000 Metros Marcha (Femininos)**

---

<b>Regional AAA</b>	<b>Seniores 1 4 3 9,50</b>	<b>Sandra Silva</b>	1975 Sen	<b>GRECAS</b>	24-05-2008 M. Grande 1-2/Guimarães 3-4/Setubal
<b>Regional AAA</b>	<b>Juniores 1 4 3 4,9</b>	<b>Rita Silva</b>	1973 Juv	<b>ARCO</b>	16-06-1990
<b>Regional AAA</b>	<b>Iniciados 1 5 2 4,61</b>	<b>Fátima Rodrigues</b>	1986 Ini	<b>ADREP</b>	01-05-2001
<b>Regional AAA</b>	<b>Infantis 1 8 1 4,55</b>	<b>Ana Lúcia Resende</b>	1999 Inf	<b>GDL</b>	30-06-2012 Aveiro 38039



4.000 Metros Marcha (Femininos)

Regional AAA

Iniciados 2 3 2 4,98

Sara Leal

1996 Ini

NAC

05-06-2010 Leiria 03020





5.000 Metros Marcha (Femininos)

---

Regional AAA	Seniores 2 4 0 4,90	Sandra Vieira Leitão	1975 Sen	ADREP	01-06-2002
Regional AAA	Juniores 2 4 5 2,89	Fátima Rodrigues	1986 Jun	ADREP	07-05-2005
Regional AAA	Juvenis 2 8 3 9,30	Sara Leal	1996 Ini	NAC	26-03-2011 Aveiro 38018



5 Km marcha (Femininos)

Regional AAA

Seniores 2 4 4 5

Sandra Vieira Leitão

1975 Sen

ADREP

09-03-2002 V.Figue





10.000 Metros Marcha (Femininos)

---

Regional AAA	Seniores 5 0 1 7,24	Sandra Vieira Leitão	1975 Sen	ADREP	16-06-2002
Regional AAA	Juniores 5 0 4 5,98	Fátima Rodrigues	1986 Jun	ADREP	12-06-2004







15 Km marcha (Femininos)

---

<b>Regional AAA</b>	<b>Seniores 1 9 4 5</b>	<b>Sandra Vieira Leitão</b>	1975 Sen	ADREP	13-01-2001 <i>SJMadei</i>
<b>Regional AAA</b>	<b>Juniores 2 1 1 3</b>	<b>Fátima Rodrigues</b>	1986 Jun	ADREP	07-05-2005





Maratona (Femininos)

Regional AAA

Seniores 3 3 3 2

Ma Fátima Cabral

1972 Sen

GRECAS

30-11-2003

