



60 Metros Planos (Femininos)

Regional AAA	Seniores	7,39	Sónia Tavares	1986 Sen	SCBM	18/02/2012 Espinho 03012
Regional AAA	Sub23	7,80	Cristina Morujão	1973 Juv	CDE	04/02/1989
Regional AAA	Juniores	7,80	Cristina Morujão	1973 Juv	CDE	04/02/1989
Regional AAA	Juvenis	7,80	Cristina Morujão	1973 Juv	CDE	04/02/1989
Regional AAA	Iniciados	7,7	Cristina Morujão	1973 Ini	CDE	27/12/1986
Regional AAA	Infantis	8,0	Susana Abreu	1977 Inf	SCBM	24/03/1990 Oliveir



80 Metros Planos (Femininos)

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



100 Metros planos (Femininos)

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



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



200 Metros (Femininos)

Regional AAA	Seniores	2 3,84	Sónia Tavares	1986 Sen	SCBM	21/07/2013 Luso 38035
Regional AAA	Sub23	2 5,30	Cristina Morujão	1973 Juv	CDE	29/07/1990 LisboaN
Regional AAA	Juniores	2 5,30	Cristina Morujão	1973 Juv	CDE	29/07/1990 LisboaN
Regional AAA	Juvenis	2 5,30	Cristina Morujão	1973 Juv	CDE	29/07/1990 LisboaN
Regional AAA	Iniciados	2 6,65	Sofia Almeida	2002 Ini	RDA	18/12/2016 Braga 47005



250 Metros Planos (Femininos)

Regional AAA

Iniciados

3 4,38

Sofia Almeida

2002 Ini

RDA

03/12/2016 Pombal 24003



300 Metros Planos (Femininos)

Regional AAA	Seniores	4 1,06	Catarina Amorim	1992 Juv	JAM	27/06/2009 Luso 03031
Regional AAA	Sub23	4 1,06	Catarina Amorim	1992 Juv	JAM	27/06/2009 Luso 03031
Regional AAA	Juniores	4 1,06	Catarina Amorim	1992 Juv	JAM	27/06/2009 Luso 03031
Regional AAA	Juvenis	4 1,06	Catarina Amorim	1992 Juv	JAM	27/06/2009 Luso 03031
Regional AAA	Iniciados	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	<i>14/06/2008 Luso 03033</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	5 5,85	Cátia Nunes	1990 Jun	GRECAS	<i>14/06/2008 Luso 03033</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	5 5,85	Cátia Nunes	1990 Jun	GRECAS	<i>14/06/2008 Luso 03033</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	5 7,60	Andreia Santos	1995 Juv	ADREP	<i>07/07/2012 Lisboa 03037</i>



600 Metros (Femininos)

Regional AAA	Infantis	1 4 1,95	Sofia Almeida	2002 Inf	AAA	01/05/2014 Cantanhede 30029
Regional AAA	Benjamins - A	1 4 8,70	Sofia Almeida	2 Ben-A	ADERCUS	29/12/2013 Pombal 24004



800 Metros (Femininos)

Regional AAA	Seniores	2 0 8,93	Beatriz Rodrigues	1999 Jun	RDA	02/07/2017 Pombal 03042
Regional AAA	Sub23	2 0 8,93	Beatriz Rodrigues	1999 Jun	RDA	02/07/2017 Pombal 03042
Regional AAA	Juniores	2 0 8,93	Beatriz Rodrigues	1999 Jun	RDA	02/07/2017 Pombal 03042
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)

Regional AAA	Seniores	2 5 1,5	Ma Fátima Cabral	1972 S23	CCSJM	16/04/1994
Regional AAA	Sub23	2 5 1,5	Ma Fátima Cabral	1972 S23	CCSJM	16/04/1994
Regional AAA	Juniores	2 5 7,30	Ilda Estrela	1976 Juv	GRECAS	22/03/1992
Regional AAA	Juvenis	2 5 7,3	Ilda Estrela	1976 Juv	GRECAS	22/03/1992
Regional AAA	Iniciados	2 5 9,48	Beatriz Rodrigues	1999 Ini	ADERCUS	15/06/2014 Lisboa 03029
Regional AAA	Infantis	3 0 2,62	Ilda Estrela	1976 Inf	GRECAS	07/05/1989 LisboaN
Regional AAA	Benjamins - B	3 3 7,70	Leonor Pinho	2007 Ben-B	CJSA	29/04/2018 Vagos 38024



1.500 Metros (Femininos)

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



Milha (Femininos)

Regional AAA	Seniores	5 3 1,19	Beatriz Valente	2003 Juv	CSJSC	13/04/2019 Vagos 38017
Regional AAA	Sub23	5 3 1,19	Beatriz Valente	2003 Juv	CSJSC	13/04/2019 Vagos 38017
Regional AAA	Juniores	5 3 1,19	Beatriz Valente	2003 Juv	CSJSC	13/04/2019 Vagos 38017
Regional AAA	Juvenis	5 3 1,19	Beatriz Valente	2003 Juv	CSJSC	13/04/2019 Vagos 38017
Regional AAA	Iniciados	5 4 0,9	Sofia Almeida	2002 Ini	RDA	23/12/2017 Aveiro 38005



3.000 Metros (Femininos)

Regional AAA	Seniores	9 0 5,52	Clárisse Cruz	1978 Sen	CAO	16/06/2001 LisboaU
Regional AAA	Sub23	9 2 2,80	Clárisse Cruz	1978 S23	CAO	13/02/2000 Espinho 03013
Regional AAA	Juniores	9 4 1,45	Ma Fátima Cabral	1972 Jun	AAA	27/07/1991
Regional AAA	Juvenis	9 4 3,0	Regina Gonçalves	1963 Juv	SCBM	20/07/1980 LisboaN



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 3 8,93	Carla Martinho	1976 V35	ADERCUS	03/04/2016 Maia 03024
Regional AAA	Sub23 3 5 2 5,33	Rute Simões	1995 S23	GRECAS	14/07/2017 Bydgoszcz 02101
Regional AAA	Juniores 3 8 4 7,0	Ana Fernandes	1971 Juv	CDC	27/03/1988 S. João da Madeira 38110



50 m Barreiras 0,60 (Femininos)

Regional AAA	Infantis	1 2,75	Beatriz Melo	2001 Ben-A	ACRDE	03/01/2010 Espinho 38008
Regional AAA	Benjamins - B	1 2,75	Beatriz Melo	2001 Ben-A	ACRDE	03/01/2010 Espinho 38008
Regional AAA	Benjamins - A	1 2,75	Beatriz Melo	2001 Ben-A	ACRDE	03/01/2010 Espinho 38008



60 M barreiras 0,76 (Femininos)

Regional AAA

Seniores

1 0,98

Elizabete Oliveira

1995 Juv

ESL

15/02/2012 Espinho 38101



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

9,61

Solange Santos

1976 Ini

SCBM

16/02/1991



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

Regional AAA	Juvenis	9,20	Sthephany Simões	1994 Juv	GRECAS	08/01/2011 Pombal 03003
Regional AAA	Iniciados	1 0,66	Beatriz Santos	2000 Ini	ACRDE	28/12/2014 Braga 47003



60 M Barreiras-0.84 (Femininos)

Regional AAA	Seniores	9,04	Jennifer Gomes	1995 Sen	GRECAS	01/03/2020 Pombal 03015
Regional AAA	Sub23	9,12	Rosário Gestosa	1976 Jun	NAC	11/02/1995
Regional AAA	Juniores	9,12	Rosário Gestosa	1976 Jun	NAC	11/02/1995
Regional AAA	Juvenis	9,28	Sthephany Simões	1994 Juv	GRECAS	23/01/2011 Pombal 03006



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)

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



100 M Barreiras-0.84 (Femininos)

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



300 M Barreiras-0,76 (Femininos)

Regional AAA	Juvenis	4 5,58	Rosário Gestosa	1976 Juv	NAC	20/06/1993
Regional AAA	Iniciados	4 6,51	Sandra Cruz	1980 Ini	ARCO	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)

Regional AAA	Seniores	6 1,24	Clarinda Faria	1962 Sen	CCSJM	10/08/1986 LisboaN
Regional AAA	Juniores	6 1,97	Mafalda Oliveira	1982 Jun	CCSJM	07/07/2001
Regional AAA	Juvenis	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	Juniores	7 4 7,65	Ana Correia	2001 Juv	GDFE	24/06/2017 Abrantes 03039
Regional AAA	Juvenis	7 1 0,71	Solange Jesus	1987 Juv	ADERC	29/05/2004 Aveiro 38031



3.000 Mt.Obstáculos (Femininos)

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



Salto em Altura (Femininos)

Regional AAA	Seniores	1,70	Anabela Neto	1991 Juv	ACRDE	22/06/2008 Luso 38042
Regional AAA	Sub23	1,70	Anabela Neto	1991 Juv	ACRDE	22/06/2008 Luso 38042
Regional AAA	Juniores	1,70	Anabela Neto	1991 Juv	ACRDE	22/06/2008 Luso 38042
Regional AAA	Juvenis	1,70	Anabela Neto	1991 Juv	ACRDE	22/06/2008 Luso 38042
Regional AAA	Iniciados	1,59	Carolina Ferreira	2005 Ini	SCE	04/05/2019 Vagos 38029
Regional AAA	Iniciados	1,59	Anabela Neto	1991 Ini	ACRDE	04/03/2006 Espinho 38024
Regional AAA	Infantis	1,47	Carolina Ferreira	2005 Inf	SCE	14/07/2018 Vagos 38037



Salto Com Vara (Femininos)

Regional AAA	Seniores	3,55	Tânia António	1987 S23	GRECAS	23/06/2007 Luso 38046
Regional AAA	Sub23	3,55	Tânia António	1987 S23	GRECAS	23/06/2007 Luso 38046
Regional AAA	Juniores	3,35	Tânia António	1987 Jun	GRECAS	25/06/2006 Aveiro 38052
Regional AAA	Juvenis	2,80	Carolina Pandeirada	1993 Juv	GRECAS	20/06/2010 Guimarães 03030
Regional AAA	Juvenis	2,80	Carolina Pandeirada	1993 Juv	GRECAS	03/06/2010 Aveiro 38035
Regional AAA	Juvenis	2,80	Carolina Pandeirada	1993 Juv	GRECAS	23/01/2010 Pombal 03005
Regional AAA	Iniciados	2,60	Carolina Pandeirada	1993 Ini	GRECAS	29/06/2008 Abrantes 03034
Regional AAA	Infantis	1,80	Maria Vieira	2006 Inf	CAOB-A	14/07/2019 Vagos 38042
Regional AAA	Infantis	1,80	Carolina Sarabando	1997 Inf	GRECAS	04/07/2010 Aveiro 38040
Regional AAA	Infantis	1,80	Carolina Sarabando	1997 Inf	GRECAS	03/06/2010 Aveiro 38035



Salto em Comprimento (Femininos)

Regional AAA	Seniores	6,07	Cristina Morujão	1973 Juv	CDE	20/07/1990
Regional AAA	Sub23	6,07	Cristina Morujão	1973 Juv	CDE	20/07/1990
Regional AAA	Juniores	6,07	Cristina Morujão	1973 Juv	CDE	20/07/1990
Regional AAA	Juvenis	6,07	Cristina Morujão	1973 Juv	CDE	20/07/1990
Regional AAA	Iniciados	5,61	Cristina Morujão	1973 Ini	CDE	26/11/1988
Regional AAA	Infantis	4,69 + 0,2	Beatriz Santos	2000 Inf	ACRDE	14/12/2013 Aveiro 38001



Triplo Salto (Femininos)

Regional AAA	Seniores	12,81	+ 1,4	Sandra Cruz	1980 S23	GRECAS	21/07/2001 Lisboa (U) 03036
Regional AAA	Sub23	12,81	+ 1,4	Sandra Cruz	1980 S23	GRECAS	21/07/2001 Lisboa (U) 03036
Regional AAA	Juniores	12,05	+ 0,2	Carla Pinhão	1990 Jun	GRECAS	20/06/2008 Luso 38042
Regional AAA	Juvenis	11,92	+ 0,2	Ana Rita Silva	2000 Juv	JAM	14/06/2017 Maia 41040
Regional AAA	Iniciados	11,14	+ 1,6	Carla Pinhão	1990 Ini	GRECAS	25/06/2005 Seixal 03033



Quadruplo Salto Inic (Femininos)

Regional AAA

Iniciados

13,19

Ana Silva

2000 Ini

JAM

21/02/2015 Braga 47010



Vortex (Femininos)

Regional AAA

Benjamins - B

1 8,41

Elisa Fernandes

2006 Inf

ACALOUR

28/05/2017 Vagos 38030



Arremesso Bola-163Gr (Femininos)

Regional AAA

Infantis

42,18

Sandra Cruz

1980 Inf

ARCO

25/06/1993 Oliveir



Lançam.Martelo-2Kg (Femininos)

Regional AAA

Infantis

49,14

Eva Gonçalves

2002 Inf

NAC

19/12/2015 Aveiro 38001



Lançam.Martelo-3Kg (Femininos)

Regional AAA	Juvenis	55,77	Eva Gonçalves	2002 Juv	NAC	29/06/2019 Madrid-MTZ 04051
Regional AAA	Iniciados	47,97	Eva Gonçalves	2002 Ini	NAC	26/02/2017 Leiria 03019



Lançam.Martelo-4Kg (Femininos)

Regional AAA	Seniores	47,87	Eva Gonçalves	2002 Jun	NAC	27/02/2021 Vagos 03009
Regional AAA	Sub23	47,87	Eva Gonçalves	2002 Jun	NAC	27/02/2021 Vagos 03009
Regional AAA	Juniores	47,87	Eva Gonçalves	2002 Jun	NAC	27/02/2021 Vagos 03009



Lançamento Peso-2Kg (Femininos)

Regional AAA

Infantis

12,82

Eva Gonçalves

2002 Inf

NAC

28/03/2015 Aveiro 38015



Lançamento Peso-3Kg (Femininos)

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



Lançamento Peso-4Kg (Femininos)

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



Dardo 400 Gr (Femininos)

Regional AAA

Infantis

23,58

Fabiana Ferreira

1995 Inf

DG

07/06/2008 Aveiro 38039



Dardo 500 Gr (Femininos)

<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	35,59	Sofia Cordeiro	2001 Ini	JAM	<i>25/06/2016 Febres 30052</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Iniciados</i>	35,59	Sofia Cordeiro	2001 Ini	JAM	<i>25/06/2016 Febres 30052</i>



Dardo 600 Gr (Femininos)

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



Disco 600 g (Femininos)

Regional AAA

Infantis

43,12

Eva Gonçalves

2002 Inf

NAC

26/12/2015 Aveiro 38002



Disco 0,750 Kg (Femininos)

Regional AAA	Iniciados	44,40	Eva Gonçalves	2002 Ini	NAC	06/05/2017 Luso 38024
Regional AAA	Infantis	34,28	Eva Gonçalves	2002 Inf	NAC	28/06/2014 Aveiro 38052



Disco 1 Kg (Femininos)

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



Triatlo Infantis DE (Femininos)

Regional AAA

Infantis

1383

Rosa Domingues

1983 Inf

CC

07/01/1996

60m - 8.8 , comp - 4.22 , peso2 - 10.02



Triatlo - Infantis (Femininos)

Regional AAA

Infantis

1373

Beatriz Santos

2000 Inf

AAA

03/02/2013 Pombal 24013

508 532 333



Triatlo Iniciados DE (Femininos)

Regional AAA

Iniciados

1578

Sara Fernandes

1985 Ini

NAC

29/01/2000 Braga 03007

comp - 4.55, peso3 - 10.58, 60m - 8.84



Triatlo - Iniciados (Femininos)

Regional AAA

Iniciados

1625

Diana Teixeira

1987 Ini

ACDI

05/01/2002 Braga 03002

comp - 4.81, 60bar - 10.32, peso3 - 9.00



Triatlo Juvenis DE (Femininos)

Regional AAA

Juvenis

1975

Rosa Domingues

1983 Juv

CC

19/01/2000 Espinho (Nave Desp.) 38014

Altura - 1,54 , 60m - 8,4 , peso3 - 12,44



Triatlo - Juvenis 2 (Femininos)

Regional AAA

Juvenis

2025

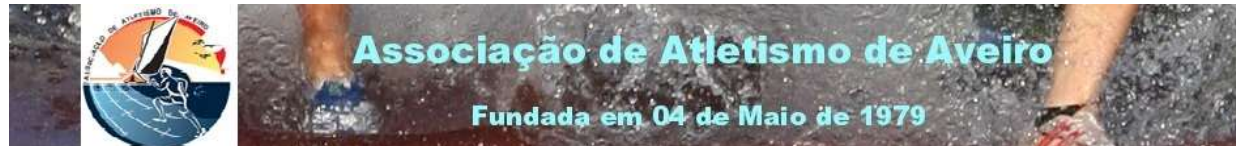
Anabela Neto

712 742 571

1991 Juv

ACRDE

02/02/2008 Alpiarça 20013





Triatlo Opcional (Femininos)

Regional AAA

Iniciados

1666

Jennifer Gomes

1995 Ini

ESJD

23/01/2010 Espinho 38012

Peso3 - 8,04, 60barr - --,-- , 60 - 8,47,
comprim - --,-- , altura - 1,44



Tetratlo Juvenis (Femininos)

Regional AAA

Juvenis

2755

Rosa Domingues

1983 Juv

CC

05/12/1999 Pav.Feiras - Aveiro 38007

60bar - 10,0, altura - 1,56, peso3 - 12,86,
comprim - 5,01



Pentatlo - Infantis (Femininos)

Regional AAA

Infantis

2621

Diana Silva

2000 Inf

JAM

05/05/2013 Luso 38026

643 444 560 416
558



Pentatlo Juvenis (Femininos)

Regional AAA

Juvenis

2828

Beatriz Santos

2000 Juv

ACRDE

05/02/2017 Pombal 03011

668 577 628 508 447



Pentatlo Técnico Sen (Femininos)

Regional AAA	Seniores	2998	Sandra Cruz 60B084 - 10,2, altura - 1,51, peso4 - 9,04, 60 - 8,1, comprim - 5,17	1980 Juv	GRECAS	27/12/1997
Regional AAA	Juniores	2998	Sandra Cruz 60B - 10,2, altura - 1,51, peso4 - 9,04, 60 - 8,1, comprim - 5,17	1980 Juv	GRECAS	27/12/1997



Pentatlo (Jun/Sen) (Femininos)

Regional AAA	Seniores	3317	Rosa Domingues 60B084 - 9,90, altura- 1,59, peso4 - 11,07, comprim - 5,40, 800 - 2.38,40	1983 S23	GRECAS	22/02/2003 Espinho 03012
Regional AAA	Sub23	3317	Rosa Domingues 60B084 - 9,90, altura- 1,59, peso4 - 11,07, comprim - 5,40, 800 - 2.38,40	1983 S23	GRECAS	22/02/2003 Espinho 03012
Regional AAA	Juniores	3247	Rosa Domingues 60B - 9,91, altura - 1,56, peso4 - 11,81, comprim - 5,20, 800 - 2.40,63	1980 Jun	GRECAS	03/02/2001 Espinho



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



Heptatlo Iniciados (Femininos)

Regional AAA

Iniciados

3595

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



Heptatlo Juvenis (Femininos)

Regional AAA

Juvenis

4086

Cláudia Oliveira

1995 Juv

GRECAS

27/05/2012 Rio Maior 03027

755 666 443 704 535 319 664



Heptalo - Juniores (Femininos)

Regional AAA

Juniores

3631

Mariana Conde

1997 Jun

ACRVD

05/07/2015 Braga 03045

736 555 432 657 381 283 587



Heptalo - Seniores (Femininos)

Regional AAA	Seniores	4513,00	Jennifer Gomes	1995 Sen	GRECAS	28/04/2018 Vagos 38024
Regional AAA	Sub23	4499	Rosa Domingues	1983 Jun	GRECAS	20/05/2001 Aveiro 38033
			100bar - 15,9, altura - 1,61: peso - 11,71, 200 - 27,0, comprim - 5,40, dardo6 - 29,85, 800 - 2.39,7			
Regional AAA	Juniores	4499	Rosa Domingues	1983 Jun	GRECAS	20/05/2001 Aveiro 38033
			100bar - 15,9, altura - 1,61: peso - 11,71, 200 - 27,0, comprim - 5,40, dardo6 - 29,85, 800 - 2.39,7			



4X60 Metros (Femininos)

Regional AAA

Infantis

3 2,47

C A O B

2006 Inf

CAOB-A

20/04/2019 Luso 38020

Beatriz Branco (2006) / Lara Pinto (2006) /
Matilde Simões (2006) / Carolina Peres (2006)



4X80 Metros (Femininos)

Regional AAA

Iniciados

4 1,32

A A Aveiro

1994 Ini

AAA

16/05/2009 Albufeira 03020

*Stephany Simões (1994) / Inês Bola (1994) /
Filipa Silva (1994) / Rita Santos (1994)*



4X100 Metros Planos (Femininos)

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



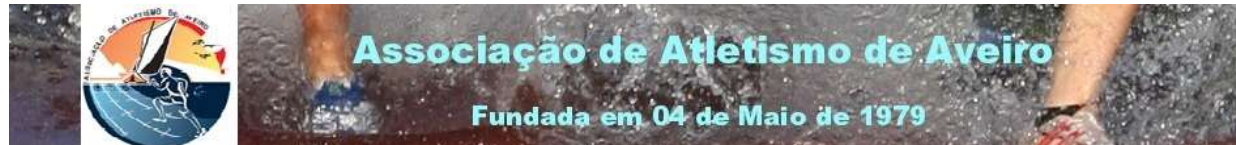
4X200 Metros (Femininos)

Regional AAA	Seniores	1 4 6,50	G R E C A S <i>Catarina Silva (1991) / Catarina Amorim (1992) / Sthephany Simões (1994) / Lisandra Lopes (1988)</i>	1988 Sen	GRECAS	07/01/2012 Pombal 03003
Regional AAA	Sub23	1 4 8,39	A D R E Palhaça <i>Inês Arada 1998 / Bruna Varela 1997 / Cátia Rodrigues 1999 / Diana Oliveira 1997</i>	1997 S23	ADREP	04/03/2018 Pombal 03019
Regional AAA	Juniores	1 5 0,08	Grecas - Vagos <i>Tania António (1987) Liliana Barbosa (1987) Ana Abreu (1988) Lisandra Lopes (1988)</i>	1987 Jun	GRECAS	04/03/2006 Espinho 38021
Regional AAA	Juvenis	1 5 1,75	A D R E P <i>Juliana Vieira / Océane Conceição / Mafalda Rodrigues / Cátia Rodrigues</i>	2000 Juv	ADREP	31/01/2016 Pombal 03007



4X400 Metros (Femininos)

Regional AAA	Seniores	3 5 9,12	A D R E Palhaça	1989 Sen	ADREP	08/07/2012 Lisboa 03037
			<i>Vera Lima (1989) / Márcia Cardoso (1994) / Daniela Urbano (1995) / Andreia Santos (1995)</i>			
Regional AAA	Sub23	4 0 1,95	A D R E P	1992 Jun	ADREP	10/07/2011 Lisboa 03035
			<i>Daniela Urbano (1995) / Andreia Santos (1995) / Jessica Pires (1993) / Márcia Cardoso (1994)</i>			
Regional AAA	Juniores	4 0 1,95	A D R E P	1992 Jun	ADREP	10/07/2011 Lisboa 03035
			<i>Daniela Urbano (1995) / Andreia Santos (1995) / Jessica Pires (1993) / Márcia Cardoso (1994)</i>			
Regional AAA	Juvenis	4 3 2,10	J A Mozelense	1990 Juv	JAM	25/02/2007 Espinho 38023
			<i>Andreia Carvalho (1990) Nádía Santos (1991) Catarina Silva (1990) Nadine Leite (1990)</i>			





4X800 Metros (Femininos)

Regional AAA

Seniores 1 0 4 1,52

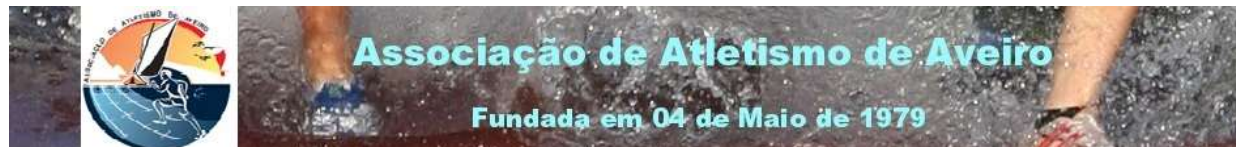
J A Mozelense

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

229

A D R E Palhaça

1999 Juv

ADREP

03/07/2016 Lagoa 03042

*Juliana Vieira 2000 / Mafalda Rodrigues 2000 /
Cátia Rodrigues 1999 / Océane Conceição 1999*



Estafeta Sueca (Femininos)

Regional AAA

Seniores **2 4 8,91**

J A Mozelense

1968 Vet

JAM

13/02/2010 Espinho 38015

*Antonieta Santos (1968) / Sara Pereira (1994) /
Marlene Bastos (1992) / Cristiana Cardoso
(1991)*



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)

Regional AAA	Seniores 1 3 2 1,62	Nádia Cancela	1993 Sen	GRECAS	10/02/2018 Pombal 03011
Regional AAA	Sub23 1 4 3 5,80	Ma Salomé Rodrigues	1978 Juv	GDL	29/01/1994
Regional AAA	Juniores 1 4 3 4,9	Rita Silva	1973 Juv	ARCO	16/06/1990
Regional AAA	Juvenis 1 4 3 5,80	Ma Salomé Rodrigues	1978 Juv	GDL	29/01/1994
Regional AAA	Iniciados 1 5 2 1,4	Rosa Bastos	1975 Ini	GDL	17/02/1990
Regional AAA	Infantis 1 8 1 4,55	Ana Lúcia Resende	1999 Inf	GDL	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 2 4,03	Andreia Coelho	1991 Juv	GDL	28/06/2008 Abrantes 03034



5 Km marcha (Femininos)

Regional AAA	Seniores 2 4 3 8,00	Sandra Silva	1975 V35	GRECAS	18/04/2015 Rio Maior 03027
Regional AAA	Juniores 2846	Andreia Coelho	1991 Juv	GDL	05/04/2008 Rio Maior 20101
Regional AAA	Juvenis 2846	Andreia Coelho	1991 Juv	GDL	05/04/2008 Rio Maior 20101



10.000 Metros Marcha (Femininos)

Regional AAA	Seniores 4 7 4 2,92	Nádia Cancela	1993 Sen	GRECAS	28/04/2018 Vagos 38033
Regional AAA	Seniores 4 7 4 2,92	Nádia Cancela	1993 Sen	GRECAS	28/04/2018 Vagos 38022
Regional AAA	Seniores 4 7 4 2,92	Nádia Cancela	1993 Sen	GRECAS	28/04/2018 Vagos 38033
Regional AAA	Juniores 5 0 4 5,98	Fátima Rodrigues	1986 Jun	ADREP	12/06/2004



10.000M/MX (Femininos)

Regional AAA

Seniores 4 9 5 9,00

Nádia Cancela

93 Sen

GRECAS

04/03/2018 1842020



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



15 Km marcha (Femininos)

Regional AAA	Seniores	1 1 6,23	Nádia Cancela	1993 Sen	GRECAS	02/06/2018
Regional AAA	Juniores	12113	Fátima Rodrigues	1986 Jun	ADREP	07/05/2005



20 Km Marcha (Femininos)

Regional AAA

Seniores

10402

Sandra Vieira Leitão

1975 Sen

ADREP

27/04/2002 Montijo



20.000 Metros Marcha (Femininos)

Regional AAA

Seniores 1 4 2,09

Sandra Silva

1975 Sen

GRECAS

01/02/2014 Quarteira 03007



Maratona (Femininos)

Regional AAA

Seniores

23332

Ma Fátima Cabral

1972 Sen

GRECAS

30/11/2003