

## Sónia e Joana sagraram-se Campeãs Nacionais de Juvenis

Escrito por Daniela Ferreira

---



Sónia Machado e Joana Carlos alcançaram este fim de semana o título de Campeãs Nacionais de Juvenis, nas provas de Pentatlo e 200m, respetivamente. Houve ainda mais um segundo e um terceiro lugares. Coletivamente as raparigas subiram ao segundo lugar.

## Sónia e Joana sagraram-se Campeãs Nacionais de Juvenis

Escrito por Daniela Ferreira

---

Realizou-se este fim de semana o Campeonato Nacional de Juvenis, na pista do Parque de Exposições de Braga. A nossa comitiva era constituída por três atletas masculinos, sete atletas femininas, duas técnicas e uma dirigente.

Em especial destaque estiveram Sónia Machado, no Pentatlo, e Joana Carlos nos 200 metros. Sónia Machado melhorou em praticamente todas as provas, tendo alcançado um excelente total de 3.395 pontos que constituem um novo Recorde Distrital. A atleta alcançou os seguintes parciais: 9.34 segundos nos 60 metros barreiras, 1,59 metros no salto em altura, 11,76 metros no peso, 5,22 metros no salto em comprimento e 2.40:58 nos 800 metros.

Joana Carlos venceu os 200 metros, terminando a distância em 26.31 segundos, sendo ainda segunda classificada nos 60 metros com um novo recorde pessoal de 7.82 segundos. Fez ainda parte da equipa de estafetas que subiu ao terceiro lugar do pódio nos 4x200 metros, juntamente com Bruna Santos e as estreantes Catarina Santos e Mariana Castro, que cortaram a meta em 1.52:68.

# Sónia e Joana sagraram-se Campeãs Nacionais de Juvenis

Escrito por Daniela Ferreira



[Relacionados](#)