



SENIORES FEMININOS

Qualquer comentário ou correção a este ranking enviar a: diogocorreia@juventudevidigalense.org

60 METROS (8.50)

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|------------------|------|--------|-----------|-------------|
| 7.78 | PC | Joana Carlos | 1999 | Pombal | 05/mar/16 | |
| 7.81 | PC | Ana Moreira | 1998 | Braga | 13/fev/16 | |
| 7.96 | PC | Andreia Grácio | 1996 | Pombal | 13/fev/16 | |
| 7.99 | PC | Daniela Ferreira | 1989 | Pombal | 07/fev/16 | |
| 8.28 | PC | Bruna Santos | 1998 | Pombal | 20/fev/16 | |
| 8.31 | PC | Bruna Silva | 1994 | Pombal | 13/fev/16 | |
| 8.32 | PC | Evelise Veiga | 1996 | Pombal | 13/fev/16 | |
| 8.37 | PC | Alina Humenyuk | 2000 | Pombal | 07/fev/16 | |
| 8.39 | PC | Raquel Lourenço | 1996 | CAR | 09/jan/16 | |
| 8.42 | PC | Mariana Neves | 2000 | Pombal | 16/jan/16 | |
| 8.43 | PC | Sónia Machado | 1998 | Pombal | 09/jan/16 | |
| 8.49 | PC | Juliana Brites | 2000 | CAR | 10/fev/16 | |

200 METROS

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|-----------------|------|--------|-----------|-------------|
| 25.99 | PC | Joana Carlos | 1999 | Pombal | 10/jan/16 | |
| 26.07 | PC | Jéssica Viegas | 1994 | Pombal | 21/fev/16 | |
| 26.27 | PC | Leslie Delgado | 1989 | Pombal | 21/fev/16 | |
| 26.28 | PC | Ana Moreira | 1998 | Pombal | 07/fev/16 | |
| 26.78 | PC | Bruna Silva | 1994 | Pombal | 03/fev/16 | |
| 27.83 | PC | Bruna Santos | 1998 | Pombal | 03/fev/16 | |
| 27.91 | PC | Alina Humenyuk | 2000 | Pombal | 03/fev/16 | |
| 28.32 | PC | Juliana Brites | 2000 | Pombal | 03/fev/16 | |
| 28.39 | PC | Carina Silva | 2000 | Pombal | 03/fev/16 | |
| 28.60 | PC | Mariana Castro | 1998 | Pombal | 03/fev/16 | |
| 28.60 | PC | Daria Melnyk | 2000 | Pombal | 03/fev/16 | |
| 28.82 | PC | Catarina Santos | 1999 | Pombal | 17/jan/16 | |
| 29.00 | PC | Ana Conde | 1998 | Pombal | 10/jan/16 | |
| 29.29 | PC | Mariana Neves | 2000 | Pombal | 10/jan/16 | |

400 METROS

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|----------------|------|------------|-----------|-------------|
| 58.48 | PC | Leslie Delgado | 1989 | Lee Valley | 30/jan/16 | |
| 59.78 | PC | Carla Mendes | 1994 | Pombal | 23/jan/16 | |
| 60.79 | PC | Cátia Jacinto | 1992 | Pombal | 13/fev/16 | |
| 60.90 | PC | Bruna Silva | 1994 | Pombal | 07/fev/16 | |
| 61.49 | PC | Ana Moreira | 1998 | Pombal | 27/fev/16 | |
| 63.13 | PC | Daria Melnyk | 2000 | Pombal | 16/jan/16 | |
| 64.77 | PC | Sónia Machado | 1998 | Pombal | 09/jan/16 | |
| 71.71 | PC | Ana Conde | 1998 | Pombal | 20/jan/16 | |

800 METROS (2:50.00)

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|---------|-------|------------------|------|------------|-----------|-------------|
| 2:13.00 | PC | Carla Mendes | 1994 | Pombal | 07/fev/16 | |
| 2:24.24 | PC | Anais Da Silva | 1997 | Charleston | 19/fev/16 | |
| 2:29.26 | PC | Daria Melnyk | 2000 | Pombal | 17/jan/16 | |
| 2:31.43 | PC | Diana Santos | 2001 | Pombal | 06/dez/15 | |
| 2:32.87 | PC | Bruna Silva | 1994 | Pombal | 21/fev/16 | |
| 2:33.99 | PC | Laura Santos | 2001 | Pombal | 06/dez/15 | |
| 2:34.61 | PC | Sónia Machado | 1998 | Braga | 21/fev/16 | |
| 2:44.57 | PC | Juliana Brites | 2000 | Pombal | 10/jan/16 | |
| 2:45.38 | PC | Alina Humenyuk | 2000 | Pombal | 30/jan/16 | |
| 2:48.49 | PC | Daniela Ferreira | 1989 | Pombal | 21/fev/16 | |

1000 Metros (3:40.00)

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|---------|-------|----------------|------|------------|-----------|-------------|
| 3:06.10 | PC | Anais Da Silva | 1997 | Charleston | 19/fev/16 | |

1500 METROS

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|----------------|-----------|---------------------|-------------|---------------|------------------|------------------------------------|
| 4:30.45 | PC | Carla Mendes | 1994 | Pombal | 20/fev/16 | <u>Recorde Distrital PC-Sub-23</u> |
| 4:55.90 | PC | Maria Martins | 1995 | Pombal | 7/fev/16 | |
| 5:16.84 | PC | Beatriz Francisco | 2000 | Pombal | 20/jan/16 | |
| 5:26.58 | PC | Daria Melnyk | 2000 | Pombal | 30/jan/16 | |



SENIORES FEMININOS

3000 METROS

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|----------|-------|-------------------|------|-----------|-----------|-------------|
| 09:53.43 | PC | Susana Francisco | 1991 | Pombal | 7/fev/16 | |
| 10:09.88 | PC | Anais Da Silva | 1997 | Allendale | 12/fev/16 | |
| 10:20.99 | PC | Madalena Almeida | 1998 | Pombal | 17/jan/16 | |
| 10:57.24 | PC | Maria Martins | 1995 | Pombal | 17/jan/16 | |
| 11:18.93 | PC | Beatriz Francisco | 2000 | Pombal | 30/jan/16 | |
| 12:29.12 | PC | Tânia Pires | 1999 | Pombal | 17/jan/16 | |

5000 metros

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|----------|-------|----------------|------|---------------|----------|-------------|
| 17:51.89 | PC | Anais Da Silva | 1997 | Winston salem | 4/mar/16 | |

60 METROS BARREIRAS - 0.84

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|------------------|------|--------|-----------|-------------|
| 8.93 | PC | Raquel Lourenço | 1996 | Pombal | 06/mar/16 | |
| 9.37 | PC | Juliana Brites | 2000 | Braga | 14/fev/16 | |
| 9.38 | PC | Daniela Ferreira | 1989 | Pombal | 21/fev/16 | |
| 9.39 | PC | Evelise Veiga | 1996 | Pombal | 13/fev/16 | |
| 9.62 | PC | Sónia Machado | 1998 | Pombal | 21/fev/16 | |
| 10.04 | PC | Bruna Silva | 1994 | Pombal | 05/mar/16 | |

Tempo Manual

| | | | | | | |
|-----|----|---------------|------|-------|-----------|--|
| 9.6 | PC | Sónia Machado | 1998 | Braga | 14/fev/16 | |
|-----|----|---------------|------|-------|-----------|--|

SALTO EM ALTURA

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|------------------|------|--------|-----------|-------------|
| 1,61 | PC | Daniela Ferreira | 1989 | Pombal | 21/fev/16 | |
| 1,60 | PC | Sónia Machado | 1998 | Braga | 14/fev/16 | |
| 1,46 | PC | Bruna Silva | 1994 | Pombal | 21/fev/16 | |
| 1,45 | PC | Sara Mota | 1997 | Pombal | 28/fev/16 | |
| 1,42 | PC | Eduarda Ferreira | 2001 | Pombal | 19/mar/16 | |
| 1,37 | PC | Juliana Brites | 2000 | Pombal | 19/mar/16 | |
| 1,35 | PC | Alina Humenyuk | 2000 | Pombal | 27/fev/16 | |

TRIPLO-SALTO

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|--------------|-----------|----------------------|-------------|---------------|------------------|--------------------------|
| 12,94 | PC | Evelise Veiga | 1996 | Pombal | 20/fev/16 | Recorde Distrital |
| 12,38 | PC | Yolanda Xavier | 1994 | Pombal | 07/fev/16 | |
| 11,11 | PC | Juliana Brites | 2000 | Pombal | 30/jan/16 | |

SALTO EM COMPRIMENTO (4.60)

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------------|-----------|----------------------|-------------|---------------|------------------|--------------------------|
| 6,22 | PC | Evelise Veiga | 1996 | Pombal | 05/mar/16 | Recorde Distrital |
| 5,52 | PC | Andreia Grácio | 1996 | Pombal | 16/jan/16 | |
| 5,50 | PC | Daniela Ferreira | 1989 | Pombal | 21/fev/16 | |
| 5,24 | PC | Sónia Machado | 1998 | Pombal | 21/fev/16 | |
| 5,22 | PC | Eduarda Ferreira | 2001 | Pombal | 13/fev/16 | |
| 5,21 | PC | Juliana Brites | 2000 | Pombal | 03/fev/16 | |
| 5,16 | PC | Yolanda Xavier | 1994 | Pombal | 21/fev/16 | |
| 5,15 | PC | Bruna Silva | 1994 | Pombal | 21/fev/16 | |
| 5,11 | PC | Alina Humenyuk | 2000 | Pombal | 19/mar/16 | |

SALTO COM VARA

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------------|-----------|------------------------------|-------------|---------------|------------------|--------------------------|
| 3,65 | PC | Andreia Grácio | 1996 | Pombal | 27/fev/16 | Recorde Distrital |
| 3,20 | PC | Nicole Alberto | 1993 | CAR - Jamor | 20/dez/15 | |
| 2,80 | PC | Ana Conde | 1998 | CAR - Jamor | 9/jan/16 | |
| 2,80 | PC | Sara Mota | 1998 | Pombal | 28/fev/16 | |
| 2,50 | PC | Mariana Neves | 2000 | Pombal | 30/jan/16 | |
| 2,05 | PC | M ^ª Isabel Santos | 1996 | Pombal | 17/jan/16 | |
| 2,05 | PC | Teresa Sampaio | 1997 | Pombal | 17/jan/16 | |



SENIORES FEMININOS

LANÇAMENTO DO PESO - 4 Kg (6.00)

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|--------------------|------|--------|-----------|-------------|
| 13,79 | PC | Francislaine Serra | 1994 | Pombal | 07/fev/16 | |
| 13,70 | PC | Eliana Bandeira | 1996 | Pombal | 20/fev/16 | |
| 13,21 | PC | Ophélie Oliveira | 1996 | Pombal | 27/fev/16 | |
| 12,24 | PC | Mariana Cerejo | 1997 | Braga | 13/fev/16 | |
| 11,40 | PC | Micaela Sereno | 2000 | Braga | 13/fev/16 | |
| 11,10 | PC | Sónia Machado | 1998 | Braga | 14/fev/16 | |
| 10,20 | PC | Inês Carreira | 2000 | Braga | 13/fev/16 | |
| 8,86 | PC | Daniela Ferreira | 1989 | Pombal | 21/fev/16 | |
| 8,26 | PC | Katy Soares | 1998 | Pombal | 20/jan/16 | |
| 8,25 | PC | Bruna Silva | 1994 | Pombal | 21/fev/16 | |

PENTATLO

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|------------------|------|-----------|-----------|-------------|
| 3346 | PC | Sónia Machado | 1998 | Salamanca | 21/fev/16 | |
| 3213 | PC | Daniela Ferreira | 1989 | Pombal | 21/fev/16 | |
| 2935 | PC | Bruna Silva | 1994 | Pombal | 21/fev/16 | |

3000 MARCHA

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|----------|-------|---------------|------|--------|-----------|-------------|
| 14:18.42 | PC | Nádia Cancela | 1993 | Pombal | 05/mar/16 | |
| 15:58.59 | PC | Tânia Pires | 1999 | Pombal | 30/jan/16 | |

4 X 200 METROS

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|---------|-------|---|------|--------|-----------|-------------|
| 1:47.83 | | | 1996 | Pombal | 20/fev/16 | |
| | | Raquel Lourenço (96), Ana Moreira (98), Bruna Santos (98), Andreia Grácio (96) | | | | |
| 1:48.76 | PC | | 1998 | Braga | 14/fev/16 | |
| | | Alina Humenyuk (00), Ana Moreira (98), Bruna Santos(98), Joana Carlos (99) | | | | |
| 1:50.60 | PC | | 1999 | Pombal | 30/jan/16 | |
| | | Micaela Sereno (00), Catarina Santos (99), Carina Silva (00), Joana Carlos (99) | | | | |
| 1:53.95 | PC | | 1999 | Pombal | 16/jan/16 | |
| | | Mariana Neves (00), Catarina Santos (99), Carina Silva (00), Joana Carlos (99) | | | | |

4 X 400 METROS

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|---------|-------|--|------|--------|-----------|-------------|
| 4:01.26 | PC | | 1989 | Pombal | 06/mar/16 | |
| | | Ana Moreira (98), Leslie Delgado(89), Bruna Silva (94), Cátia Jacinto (92) | | | | |
| 4:06.59 | PC | | 1994 | Pombal | 21/fev/16 | |
| | | Jéssica Viegas (94), Evelise Veiga (96), Maria Martins (95), Carla Mendes (94) | | | | |
| 4:11.65 | PC | | 1992 | Pombal | 07/fev/16 | |
| | | Ana Moreira(98), Sónia Machado (98), Daria Melnyk (00), Cátia Jacinto (92) | | | | |
| 4:01.26 | PC | | 1992 | Pombal | 06/mar/16 | |
| | | Ana Moreira(98), Sónia Machado (98), Daria Melnyk (00), Cátia Jacinto (92) | | | | |