



## SENIORES FEMININOS

Qualquer comentário ou correção a este ranking enviar a: [danielaferreira@juventudevidigalense.org](mailto:danielaferreira@juventudevidigalense.org)

## 100 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
<b>11,96</b>	<b>+2,0</b>	<b>Joana Carlos</b>	<b>1999</b>	<b>Braga</b>	<b>21/jul/18</b>	<b>Recorde Distrital</b>
12,21	+0,4	Ana Moreira	1998	Guimarães	28/jul/18	
12,30	+1,9	Mafalda Pires	2002	Vagos	23/jun/18	
12,79	+0,5	Lidiane Lopes	1994	Lisboa	12/mai/18	
12,91	+1,6	Alina Humenyuk	2000	Vagos	30/jun/18	
12,95	+1,6	Bruna Silva	1994	Lisboa	26/mai/18	
12,96	-0,4	Sarta Sani	2002	Pombal	09/jun/18	
13,40	-0,2	Raquel Lourenço	1996	Pombal	09/jun/18	

## Marcas com vento anti-regulamentar

12,70	+3,7	Lidiane Lopes	1994	Lisboa	12/mai/18	
12,73	+2,2	Sarta Sani	2002	Vagos	23/jun/18	
13,53	+3,4	Sofia Rodrigo	1998	Pombal	25/abr/18	

## 200 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
25,07	+1,7	Joana Carlos	1999	Braga	22/jul/18	
25,65	+0,1	Ana Moreira	1998	Guimarães	29/jul/18	
25,86	pc	Joana Carlos	1999	Pombal	07/jan/18	
26,48	pc	Bruna Silva	1994	Pombal	11/fev/18	
26,75	+1,1	Sarta Sani	2002	Marinha Grande	26/mai/18	
26,84	pc	Alina Humenyuk	2000	Pombal	04/mar/18	
28,37	pc	Renata Gomes	1998	Pombal	07/jan/18	
28,58	pc	Jéssica Conceição	1997	Pombal	07/jan/18	

## Marcas com vento anti-regulamentar

25,50	+3,7	Mafalda Pires	2002	Pombal	17/jun/18	
-------	------	---------------	------	--------	-----------	--

## 400 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
<b>55,11</b>		<b>Joceline Monteiro</b>	<b>1990</b>	<b>Braga</b>	<b>21/jul/18</b>	<b>Recorde Distrital</b>
58,67		Bruna Silva	1994	Pombal	17/fev/18	
60,79		Laura Ramos	2001	Lisboa	11/jul/18	
62,49		Alina Humenyuk	2000	Pombal	03/fev/18	
62,59		Carina Silva	2000	Pombal	24/fev/18	
67,26		Renata Gomes	1998	Pombal	24/fev/18	

## 800 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
2:06.70		Joceline Monteiro	1990	Grã-Bretanha	07/jul/18	
2:08.89		Carla Mendes	1994	Maia	02/jun/18	
2:11.93		Lecabela Quaresma	1989	Arona	03/jun/18	
2:16.35		Carla Reis	1997	Pombal	11/fev/18	
2:19.16		Laura Ramos	2002	Pombal	20/jan/18	

## 1000 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
2:53.2		Carla Mendes	1994	Torres Vedras	28/abr/18	

## 1500 METROS

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
<b>4:21.60</b>		<b>Carla Mendes</b>	<b>1994</b>	<b>Bélgica</b>	<b>9/jun/18</b>	<b>Recorde Distrital</b>
4:31.19		Carla Reis	1997	Braga	20/jun/18	
4:58.52		Diana Santos	2001	Fátima	26/mai/18	
4:58.83		Laura Santos	2001	Vagos	30/jun/18	
<b>6:02.09</b>		<b>Sandra Faustino</b>	<b>1972</b>	<b>Pombal</b>	<b>24/fev/18</b>	<b>Recorde JV Veteranos</b>
7:06.20		M <sup>ª</sup> Albertina Silva	1963	Pombal	24/fev/18	
7:26.74		Rosário Barros	1969	Pombal	24/fev/18	
7:30.35		Rosália Rosa	1963	Pombal	24/fev/18	



## SENIORES FEMININOS

## 3000 METROS

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
9:49.48		Carla Reis	1997	Pombal	18/fev	
10:21.16		Patrícia Rosado	1988	Pombal	28/jan/18	
11:11.81		Beatriz Francisco	2000	Pombal	7/jan/18	

## 5000 METROS

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
18:46.08		Patrícia Rosado	1988	Braga	21/jul/18	
20:30.07		Benvinda Santos	1994	Abrantes	16/jun/18	
21:15.39		Beatriz Francisco	2000	Pombal	25/abr/18	
23:00.21		Sandra Faustino	1972	Pombal	25/abr/18	
25:12.40		Rita Dias	1975	Pombal	25/abr/18	
26:38.45		Albertina Silva	1970	Pombal	25/abr/18	
28:25.44		Rosália Rosa	1963	Pombal	25/abr/18	
28:51.29		Rosário Barros	1969	Pombal	25/abr/18	

## 10.000 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
-------	-------	------	-----	-------	------	-------------

## 100 METROS BARREIRAS - 0.84

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
<u>13,71</u>	<u>+0,6</u>	<u>Lecabela Quaresma</u>	<u>1989</u>	<u>França</u>	<u>19/mai/18</u>	<u>Recorde JV</u>
14,22	+2,0	Raquel Lourenço	1996	Abrantes	17/jun/18	
14,81	+1,3	Juliana Brites	2000	Guimarães	29/jul/18	

## Marcas com vento anti-regulamentar

15,46	+3,4	Eduarda Ferreira	2001	Fátima	27/mai/18	
-------	------	------------------	------	--------	-----------	--

## 400 METROS BARREIRAS - 0.76

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
64,06		Bruna Silva	1994	Guarda	22/jun/18	
66,47		Carina Silva	2000	Leiria	08/jul/18	

## 3000 METROS OBSTÁCULOS

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
<u>10:39.90</u>		<u>Carla Reis</u>	<u>1997</u>	<u>Palafrugell</u>	<u>26/mai/18</u>	<u>Recorde Distrital</u>
12:15.06		Daria Melnyk	2000	Leiria	07/jul/18	

## SALTO EM ALTURA

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
<u>1,76</u>		<u>Lecabela Quaresma</u>	<u>1989</u>	<u>Birmingham</u>	<u>02/mar/18</u>	<u>Recorde Distrital</u>
1,56		Eduarda Ferreira	2001	Pombal	19/jan/18	
1,50		Sónia Machado	1998	Pombal	28/jan/18	
1,45		Raquel Lourenço	1996	Pombal	17/mar/18	

## TRIPLO-SALTO

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
<u>13,90</u>	<u>+1,1</u>	<u>Lecabela Quaresma</u>	<u>1989</u>	<u>França</u>	<u>17/jul/18</u>	<u>Recorde Distrital</u>
12,28	+0,9	Eduarda Ferreira	2001	Abrantes	17/jun/18	
11,97	+0,6	Juliana Brites	2000	Braga	22/jul/18	

## Marcas com vento anti-regulamentar

14,19	+2,6	Lecabela Quaresma	1989	França	17/jul/18	
-------	------	-------------------	------	--------	-----------	--

## SALTO EM COMPRIMENTO

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
6,12	+0,7	Lecabela Quaresma	1989	Braga	21/jul/18	
5,49	+1,0	Juliana Brites	2000	Guarda	22/jun/18	
5,32	pc	Eduarda Ferreira	2001	Pombal	13/jan/18	
5,21	pc	Alina Humenyuk	2000	Pombal	28/jan/18	
5,19	-0,8	Andreia Grácio	1996	Lisboa	26/mai/18	
5,09	-1,5	Raquel Lourenço	1996	Lisboa	26/mai/18	

## Marcas com vento anti-regulamentar

5,42	+3,6	Eduarda Ferreira	2001	Fátima	26/mai/18	
------	------	------------------	------	--------	-----------	--



## SENIORES FEMININOS

## SALTO COM VARA

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
3,55		Andreia Grácio	1996	Abrantes	16/jun/18	
3,12		Sofia Rodrigo	1998	Fátima	24/jun/18	
2,45		Ana Conde	1998	CAR - Jamor	20/jan/18	

## LANÇAMENTO DO PESO - 4 Kg

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
<u>16,63</u>		<u>Eliana Bandeira</u>	<u>1996</u>	<u>Lumiar - Lisboa</u>	<u>20/jun/18</u>	<u>Recorde Distrital</u>
14,93		Ophélie Oliveira	1996	França	10/fev/18	
14,12		Lecabela Quaresma	1989	Birmingham	02/mar/18	
12,63		Inês Carreira	2000	Genève	09/jun/18	
11,80		Micaela Sereno	2000	CNL - Leiria	14/abr/18	
11,58		Micaela Sereno	2000	Pombal	03/mar/18	
10,59		Sónia Machado	1998	Pombal	17/mar/18	

## LANÇAMENTO DO DISCO - 1 Kg

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
49,18		Ophélie Oliveira	1996	Braga	21/jul/18	
47,80		Eliana Bandeira	1996	Almada	31/mai/18	
44,57		Micaela Sereno	2000	Vagos	24/fev/18	
38,79		Inês Carreira	2000	Vagos	24/fev/18	
34,61		Camila Carreira	2002	Vagos	30/jun/18	

## LANÇAMENTO DO MARTELO - 4 Kg

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
48,54		Daniela Paço	1996	Braga	21/jul/18	
43,69		Laura Monteiro	2001	CNL - Leiria	14/jul/18	

## LANÇAMENTO DO DARDO - 600 GR

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
41,10		Lecabela Quaresma	1989	Florença	28/abr/18	
34,69		Inês Carreira	2000	Vagos	24/fev/18	

## HEPTATLO

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
<u>5901</u>		<u>Lecabela Quaresma</u>	<u>1989</u>	<u>Arona</u>	<u>03/jun/18</u>	<u>Recorde Distrital</u>

## 3000 Metros MARCHA

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
<u>13:37.69</u>		<u>Kristina Saltanovic</u>	<u>1975</u>	<u>Pombal</u>	<u>17/fev/18</u>	<u>Recorde JV Veteranos</u>

## 5000 Metros MARCHA

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
-------	-------	------	-----	-------	------	-------------

## 10.000 Metros MARCHA

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
-------	-------	------	-----	-------	------	-------------

## 4x100 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
48,26			1998	Braga	21/jul/18	
48,46		Sarta Sani (02), Ana Moreira (98), Alina Humenyuk (00), Joana Carlos (99)	1999	Vagos	30/jun/18	
48,84		Sarta Sani (02), Mafalda Pires (02), Alina Humenyuk (00), Joana Carlos (99)	1998	Guimarães	28/jul/18	
49,40		Carina Silva (00), Ana Moreira (98), Alina Humenyuk (00), Joana Carlos (99)	1994	Abrantes	16/jun/18	
49,53		Sarta Sani (02), Alina Humenyuk (00), Ana Moreira (98), Lidiane Lopes (94)	1998	Leiria	07/jul/18	
49,61		Alina Humenyuk (00), Ana Moreira (98), Carina Silva (00), Joana Carlos (99)	2002	Vagos	23/jun/18	
		Bruna Santos (03), Sarta Sani (02), Mafalda Pires (02), Joana Gameiro (04)				



## SENIORES FEMININOS

4x400 Metros						
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
<b>3:51.76</b>			<b>1990</b>	<b>Braga</b>	<b>22/jul/18</b>	<b>Recorde Distrital</b>
		<b>Ana Moreira (98), Bruna Silva (94), Carla Mendes (94), Joceline Monteiro (90)</b>				
3:54.52			1990	Pombal	18/fev/18	
		Ana Moreira (98), Bruna Silva (94), Carla Mendes (94), Joceline Monteiro (90)				
3:57.04			1989	Abrantes	17/jun/18	
		Alina Humenyk (00), Lecabela Quaresma (1989), Carina Silva (00), Carla Mendes (94)				
4:02.83			1994	Leiria	08/jul/18	
		Alina Humenyk (00), Daria Melnyk (00), Ana Moreira (98), Carla Mendes (94)				
4:04.99			1994			
		Carina Silva (00), Ana Moreira (98), Alina Humenyk (00), Bruna Silva (94)				
4:08.28			2000	Vagos	01/jul/18	
		Carina Silva (00), Alina Humenyk (00), Daria Melnyk (00), Mafalda Pires (02)				
4:09.35			1998	Guimarães	29/jul/18	
		Carina Silva (00), Alina Humenyk (00), Daria Melnyk (00), Ana Moreira (98)				
4:11.59			2000	Pombal	28/jan/18	
		Daria Melnyk (00), Alina Humenyk (00), Carina Silva (00), Laura Ramos (01)				
4:36.30			1994	Pombal	07/jan/18	
		Micaela Sereno (00), Bruna Silva (94), Renata Gomes (98), Érica Mendes (02)				

## Outras provas não incluídas no programa do Regulamento de Competições para a categoria

300 Metros						
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações