



JUVENIS FEMININOS

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

100 Metros						MQ CN Juv - 13.00
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
12,75	+0,1	Carolina Castro	2005	Leiria	10/jul/21	
12,86	-1,0	Joana Gameiro	2004	Leiria	13/jun/21	
12,95	+1,9	Vera Goucha	2005	Pombal	16/mai/21	
13,19	+1,1	Carolina Gaspar	2004	Leiria	12/jun/21	
13,22	-0,2	Matilde Santos	2004	Pombal	16/mai/21	
13,30	+1,1	Matilde Reis	2004	Leiria	12/jun/21	
13,32	-1,0	Margarida Santos	2004	Leiria	13/jun/21	
13,44	+0,1	Sara Brites	2006	Leiria	10/jul/21	
13,69	+0,1	Sofia Santos	2007	Leiria	10/jul/21	
14,33	-1,0	Catarina Carvalho	2005	Leiria	13/jun/21	
14,38	+0,4	Laura Baltazar	2006	Leiria	12/jun/21	
14,49	-0,1	Nadine Pires	2006	Leiria	10/jul/21	
14,85	+0,3	Luísa Dinis	2007	Leiria	10/jul/21	
15,36	+0,1	Diana Pinéu	2005	Leiria	04/jul/21	
15,41	+0,3	Vitória Shybayeva	2007	Leiria	10/jul/21	
15,83	-0,3	Bruna Amaral	2007	Leiria	10/jul/21	
16,03	+0,1	Beatriz Cordeiro	2005	Leiria	04/jul/21	
16,44	+0,3	Mariana Lopes	2006	Leiria	10/jul/21	

Marcas com vento anti-regulamentar

13,02	+2,1	Matilde Santos	2004	Marinha Grande	19/jun/21	
13,03	+2,1	Carolina Gaspar	2004	Marinha Grande	19/jun/21	
14,86	+3,0	Diana Pinéu	2005	Marinha Grande	1/mai/21	

200 Metros						MQ CN Juv - 27.00
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
25,92	-0,1	Lara Duarte	2004	Leiria	11/jul/21	
26,41	-0,1	Joana Gameiro	2004	Leiria	11/jul/21	
26,62	-1,6	Vera Goucha	2005	VRSA	29/mai/21	
27,02	+2,0	Carolina Castro	2005	Marinha Grande	20/jun/21	
27,28	+0,9	Carolina Gaspar	2004	Leiria	3/jul/21	
27,30	-0,2	Matilde Santos	2004	Marinha Grande	20/jun/21	
27,66	-1,6	Matilde Reis	2004	VRSA	29/mai/21	
29,04	-1,6	Luana Figueira	2005	VRSA	29/mai/21	
30,17	+0,2	Beatriz Luís	2005	Leiria	3/jul/21	
31,53	+0,1	Luísa Dinis	2007	Leiria	11/jul/21	
31,75	+0,9	Vitória Shybayeva	2007	Leiria	11/jul/21	
31,83	+0,9	Diana Pinéu	2005	Leiria	11/jul/21	
33,49	+0,9	Camila Patraboy	2007	Leiria	11/jul/21	
33,63	+0,1	Bruna Amaral	2007	Leiria	11/jul/21	
35,42	+0,1	Helena Alípio	2007	Leiria	11/jul/21	

Marcas com vento anti-regulamentar

26,20	+2,4	Joana Gameiro	2004	Marinha Grande	1/mai/21	
28,32	+2,4	Margarida Santos	2004	Marinha Grande	1/mai/21	

300 Metros						MQ CN Juv - 44.00 / 63.00 (400)
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
40,74		Lara Duarte	2004	Leiria	10/jul/21	
41,88		Joana Gameiro	2004	Leiria	10/jul/21	
43,25		Carlota Ferreira	2006	Leiria	10/jul/21	
48,03		Carolina Ferreira	2007	Leiria	10/jul/21	

800 Metros						MQ CN Juv - 2:25.00
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
2:19.90		Carlota Ferreira	2006	Lousada	25/jul/21	
2:20.82		Mariana Vidinha	2004	Leiria	11/jul/21	
2:23.21		Eduarda Silva	2005	Vila Pouca de Aguiar	10/jun/21	
2:26.67		Sara Lopes	2005	Vila Pouca de Aguiar	10/jun/21	
2:27.07		Lara Duarte	2004	VRSA	30/mai/21	
2:29.90		Vera Goucha	2005	VRSA	30/mai/21	
2:38.70		Miriam Machado	2008	Marinha Grande	27/jun/21	
2:43.94		Matilde Silva	2009	Marinha Grande	27/jun/21	
2:44.34		Matilde Reis	2004	Marinha Grande	02/mai/21	
2:44.91		Joana Gameiro	2004	Marinha Grande	02/mai/21	
2:46.42		Carolina Ferreira	2007	Pombal	25/abr/21	
2:46.93		Luana Figueira	2005	Marinha Grande	02/mai/21	
2:56.12		Vitória Shybayeva	2007	Leiria	04/jul/21	



JUVENIS FEMININOS

3:01.24	Laura Ramos	2007	Pombal	25/abr/21
3:01.26	Margarida Santos	2004	Marinha Grande	02/mai/21
3:01.58	Catarina Silva	2005	Lousada	27/dez/20

1000 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
3:02.31		Carlota Ferreira	2006	Évora	27/jun/21	
3:04.95		Mariana Vidinha	2004	Leiria	06/jun/21	
3:08.27		Eduarda Silva	2005	Leiria	06/jun/21	
3:15.50		Sara Lopes	2005	Leiria	06/jun/21	
3:28.89		Miriam Machado	2008	Leiria	06/jun/21	
3:32.33		Carolina Ferreira	2007	Pombal	15/nov/20	
3:36.35		Matilde Silva	2009	Leiria	06/jun/21	
3:37.74		Mara Estrela	2006	Pombal	15/nov/20	
3:48.00		Marta Feliciano	2008	Leiria	06/jun/21	
3:54.11		Luna Julião	2008	Leiria	06/jun/21	
4:02.32		Filipa Moita	2007	Pombal	15/nov/20	

1500 METROS

MQ CN Juv - 5:04.00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
4:50.45		Mariana Vidinha	2004	Lousada	24/jul/21	
4:55.09	pc	Eduarda Silva	2005	Pombal	26/dez/20	
5:10.20		Sara Lopes	2005	Leiria	10/jul/21	
5:50.21		Carolina Ferreira	2007	Leiria	3/jul/21	
6:30.68		Maria Caleiras	2005	Pombal	16/mai/21	
6:47.02		Vitória Shybayeva	2007	Pombal	8/mai/21	

3000 METROS

MQ CN Juv - 11:30.00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
10:44.87		Eduarda Silva	2005	Viana do Castelo	20/jun/21	

100 METROS BARREIRAS - 0.76

MQ CN Juv - 16.50

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
14,57	-0,4	Lara Duarte	2004	Leiria	11/jul/21	
15,38	-0,1	Vera Goucha	2005	Leiria	03/jul/21	
15,62	-0,4	Joana Gameiro	2004	Leiria	11/jul/21	
15,84	-0,1	Margarida Santos	2004	Leiria	03/jul/21	
16,89	-0,3	Sara Brites	2006	Leiria	11/jul/21	
17,08	+1,3	Luana Figueira	2005	Leiria	13/jun/21	
17,40	+1,3	Matilde Reis	2004	Leiria	13/jun/21	
18,05	-0,3	Laura Baltazar	2006	Leiria	11/jul/21	
19,90	-0,1	Beatriz Luís	2005	Leiria	03/jul/21	

Marcas com vento anti-regulamentar

300 METROS BARREIRAS - 0.76

MQ CN Juv - 50.50 / 73.00 (400B)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
44,44		Lara Duarte	2004	Lousada	25/jul/21	Recorde Distrital
45,28		Joana Gameiro	2004	Pombal	08/mai/21	
49,55		Vera Goucha	2005	Pombal	08/mai/21	
50,49		Sara Brites	2006	Leiria	11/jul/21	
51,77		Matilde Reis	2004	Pombal	08/mai/21	
61,20		Beatriz Luís	2005	Pombal	08/mai/21	

2000 METROS OBSTÁCULOS

MQ CN Juv - 8:30.00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
7:44.61		Eduarda Silva	2005	Leiria	10/jul/21	

SALTO EM ALTURA

MQ CN Juv - 1,52

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
1,65	pc	Lara Duarte	2004	Pombal	26/dez/20	
1,55		Matilde Reis	2004	Lousada	24/jul/21	
1,54		Luana Figueira	2005	Leiria	13/jun/21	
1,45		Vera Goucha	2005	Marinha Grande	01/mai/21	
1,39		Margarida Santos	2004	Marinha Grande	01/mai/21	
1,33		Carolina Santos	2006	Marinha Grande	26/jun/21	
1,32		Catarina Silva	2005	Lousada	27/dez/20	
1,29		Nadine Pires	2006	Marinha Grande	26/jun/21	
1,25		Alessandra Santos	2009	Marinha Grande	26/jun/21	



JUVENIS FEMININOS

1,24	Joana Gameiro	2004	Marinha Grande	01/mai/21
1,20	Vitória Shybayeva	2007	Marinha Grande	26/jun/21
1,20	Leonor Ascenso	2008	Marinha Grande	19/jun/21
1,20	Constança Lavos	2008	Marinha Grande	19/jun/21
1,15	Benedita Matias	2008	Leiria	22/nov/20
1,10	Matilde Silva	2009	Leiria	22/nov/20
1,10	Inês Oliveira	2008	Pombal	09/mai/21
1,10	Marta Feliciano	2008	Marinha Grande	19/jun/21

TRIPLO-SALTO

MQ CN Juv - 10,60

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
11,82	+1,2	Margarida Santos	2004	Lisboa	15/mai/21	
11,37	+1,8	Matilde Reis	2004	Viana do Castelo	20/jun/21	
10,45	0,0	Luana Figueira	2005	Marinha Grande	20/jun/21	
10,11	pc	Ana Carvalho	2005	Pombal	26/dez/20	
9,89	-1,3	Carolina Marques	2006	Leiria	10/jul/21	

Marcas com vento anti-regulamentar

11,41	+3,1	Matilde Reis	2004	Viana do Castelo	20/jun/21
-------	------	--------------	------	------------------	-----------

SALTO EM COMPRIMENTO

MQ CN Juv - 5,15

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
5,48	+1,5	Joana Gameiro	2004	Viana do Castelo	19/jun/21	
5,21	+1,9	Vera Goucha	2005	Leiria	04/jul/21	
5,16	0,0	Margarida Santos	2004	Leiria	13/jun/21	
5,15	+0,8	Matilde Reis	2004	VRSA	30/mai/21	
5,14	-1,1	Catarina Carvalho	2005	Leiria	11/jul/21	
5,03	+0,3	Lara Duarte	2004	VRSA	30/mai/21	
4,99	0,0	Luana Figueira	2005	Pombal	16/mai/21	
4,65	0,0	Sofia Santos	2007	Leiria	04/jul/21	
4,62	+0,0	Catarina Silva	2005	Lousada	27/dez/20	
4,55	pc	Filipa Dinis	2005	Pombal	09/jan/21	
4,55	+0,8	Carolina Marques	2006	Leiria	04/jul/21	
4,52	0,0	Beatriz Luís	2005	Leiria	04/jul/21	
4,52	0,0	Inês Figueiredo	2008	Marinha Grande	27/jun/21	
4,52	0,0	Katerina Quinn	2008	Leiria	13/jun/21	
4,44	+0,4	Sara Brites	2006	Pombal	15/nov/20	
4,39	+0,6	Marta Feliciano	2008	Pombal	08/nov/20	
4,28	-0,6	Carlota Ferreira	2006	Leiria	13/jun/21	
4,23	+0,8	Laura Baltazar	2006	Leiria	04/jul/21	
3,98	+1,9	Leonor Ascenso	2008	Pombal	18/abr/21	
3,91	-0,3	Anastacia Patrabooy	2005	Leiria	11/jul/21	
3,82	0,0	Beatriz Lisboa	2006	Pombal	25/abr/21	
3,80	0,0	Alessandra Santos	2009	Leiria	13/jun/21	
3,77	+0,6	Matilde Joaquim	2009	Pombal	18/abr/21	
3,72	0,0	Lara Simões	2010	Pombal	18/abr/21	
3,67	0,0	Luísa Dinis	2007	Pombal	15/nov/20	
3,61	-0,8	Camila Patrabooy	2007	Pombal	25/abr/21	
3,57	+0,4	Matilde Silva	2009	Pombal	08/nov/20	
3,54	0,0	Carolina Silva	2010	Pombal	18/abr/21	
3,48	0,0	Sofia Chemyrys	2008	Leiria	13/jun/21	
3,47	0,0	Marta Mestre	2008	Pombal	08/nov/20	
3,45	0,0	Francisca Reis	2010	Pombal	18/abr/21	
3,27	0,0	Constança Lavos	2008	Pombal	08/nov/20	
3,27	0,0	Madalena Salgueiro	2010	Pombal	18/abr/21	
3,26	+2,0	Leonor Moreira	2008	Pombal	08/nov/20	
3,22	0,0	Carolina Ferreira	2007	Pombal	15/nov/20	

Marcas com vento anti-regulamentar

SALTO COM VARA

MQ CN Juv - 2,30

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
2,80		Filipa Dinis	2005	Lisboa	15/mai/21	
2,65		Vera Goucha	2005	Viana do Castelo	20/jun/21	
2,10		Ana Carvalho	2005	Lousada	25/jul/21	
1,95		Catarina Silva	2005	Lousada	25/jul/21	



JUVENIS FEMININOS

LANÇAMENTO DO PESO - 3 Kg						MQ CN Juv - 10,60
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
12,31		Vera Goucha	2005	Lousada	25/jul/21	
12,16		Márcia Maketa	2005	Lousada	25/jul/21	
12,08		Carolina Caseiro	2004	CNL - Leiria	11/abr/21	
10,02		Luana Figueira	2005	Leiria	13/jun/21	
9,99		Margarida Santos	2004	Leiria	13/jun/21	
9,77		Lara Duarte	2004	Castelo Branco	26/jun/21	
9,24		Catarina Silva	2005	Lousada	27/dez/20	
9,07		Laura Baltazar	2006	CNL - Leiria	22/jul/21	
8,76		Carolina Marques	2006	Pombal	15/nov/20	
8,66		Matilde Reis	2004	Leiria	13/jun/21	
8,62		Joana Gameiro	2004	Marinha Grande	01/mai/21	
8,42		Beatriz Lisboa	2006	CNL - Leiria	22/jul/21	
8,02		Beatriz Silva	2004	Leiria	03/jul/21	
7,97		Sara Brites	2006	Leiria	13/jun/21	
7,92		Beatriz Cordeiro	2005	Leiria	03/jul/21	
7,59		Camila Patrabo	2007	Pombal	25/abr/21	
7,48		Catarina Carvalho	2005	Leiria	13/jun/21	
6,53		Sofia Santos	2007	Leiria	3/jul/21	
6,21		Mariana Lopes	2006	Marinha Grande	27/jun/21	
6,02		Carlota Ferreira	2006	Leiria	13/jun/21	

LANÇAMENTO DO DISCO - 1 Kg						MQ CN Juv - 29,00
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
41,37		Márcia Maketa	2005	Viana do Castelo	19/jun/21	
21,49		Beatriz Cordeiro	2005	Leiria	10/jul/21	
20,38		Camila Patrabo	2007	Leiria	10/jul/21	
19,82		Beatriz Silva	2004	Marinha Grande	29/mai/21	
19,60		Maria Caleiras	2005	Marinha Grande	20/jun/21	
17,70		Beatriz Lisboa	2006	Leiria	10/jul/21	
16,99		Anastacia Patrabo	2005	Leiria	10/jul/21	
14,49		Helena Alípio	2007	Leiria	10/jul/21	

LANÇAMENTO DO MARTELO - 3 Kg						MQ CN Juv - 38,00
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
57,14		Márcia Maketa	2005	CNL - Leiria	15/jul/21	
42,62		Beatriz Silva	2004	Leiria	10/jul/21	
25,99		Camila Patrabo	2007	Marinha Grande	02/mai/21	
23,87		Beatriz Cordeiro	2005	Marinha Grande	26/jun/21	
21,12		Laura Baltazar	2006	Marinha Grande	02/mai/21	
20,98		Sofia Santos	2007	Marinha Grande	02/mai/21	
18,65		Helena Alípio	2007	Leiria	04/jul/21	
13,48		Mariana Lopes	2006	Marinha Grande	26/jun/21	

LANÇAMENTO DO DARDO - 500 GR						MQ CN Juv - 29,00
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
41,48		Carolina Caseiro	2004	Sobreda	24/abr/21	
31,24		Vera Goucha	2005	CNL - Leiria	15/jul/21	
23,51		Beatriz Cordeiro	2006	CNL - Leiria	22/jul/21	
21,82		Sara Brites	2006	Marinha Grande	02/mai/21	
20,99		Luana Figueira	2005	Marinha Grande	02/mai/21	
20,72		Camila Patrabo	2007	Leiria	03/jul/21	
20,59		Carolina Marques	2006	Marinha Grande	02/mai/21	
20,57		Joana Gameiro	2004	Marinha Grande	02/mai/21	
19,60		Lara Duarte	2004	VRSA	30/mai/21	
18,76		Beatriz Lisboa	2006	Leiria	03/jul/21	
18,19		Matilde Reis	2004	Marinha Grande	02/mai/21	
16,75		Margarida Santos	2004	Marinha Grande	02/mai/21	
10,18		Beatriz Silva	2004	Leiria	11/jul/21	

Heptatlo						MQ CN Juv - 3150
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
4391		Vera Goucha	2005	VRSA	30/mai/21	
4334		Lara Duarte	2004	VRSA	30/mai/21	

Marcas com vento anti-regulamentar

3804		Joana Gameiro	2004	Marinha Grande	01/mai/21	
3626		Matilde Reis	2004	Marinha Grande	01/mai/21	
3457		Margarida Santos	2004	Marinha Grande	01/mai/21	
3237		Luana Figueira	2005	Marinha Grande	01/mai/21	



JUVENIS FEMININOS

Pentatlo

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
2784		Vera Goucha	2005	Lousada	27/dez/20	
2318		Catarina Silva	2005	Lousada	27/dez/20	
1977		Luana Figueira	2005	Lousada	27/dez/20	

Marcas com vento anti-regulamentar

3000 Metros MARCHA

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

5000 Metros MARCHA

MQ CN Juv - 30:00.00

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
48,77			2004	Lousada	24/jul/21	Recorde Distrital Sub18
		<u>Vera Goucha (05), Carolina Castro (05), Lara Duarte (04), Joana Gameiro (04)</u>				
51,13			2004	Leiria	10/jul/21	
		Carolina Gaspar (04), Carolina Castro (05), Sara Brites (06) e Sofia Santos (07)				
55,72			2005	Leiria	10/jul/21	
		Nadine Pires (06), Carolina Marques (06), Catarina Carvalho (05) e Laura Baltazar (06)				
61,64			2007	Leiria	10/jul/21	
		Helena Alípio (07), Camila Patrabooy (07), Bruna Amaral (07) e Luísa Dinis (07)				

Estafeta Medley

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
2:26.72			2004	Lousada	25/jul/21	Recorde Distrital
		Sofia Santos (06), Carolina Gaspar (04), Carolina Castro (05), Eduarda Silva (05)				
2:30.21			2004	Leiria	11/jul/21	
		Carolina Gaspar (04), Carolina Castro (05), Eduarda Silva (05) e Sara Lopes (05)				
2:49.59			2006	Leiria	11/jul/21	
		Luísa Dinis (07), Laura Baltazar (06), Nadine Pires (06) e Carolina Ferreira (07)				
2:59.43			2007	Leiria	11/jul/21	
		Helena Alípio (07), Camila Patrabooy (07), Bruna Amaral (07) e Vitória Shybayeva (07)				

Provas não oficiais para o Escalão

Milha

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
5:22.49		Mariana Vidinha	2004	Pombal	08/mai/21	
5:50.98		Sara Lopes	2005	Pombal	08/mai/21	

Triatlo 1

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
2074		Lara Duarte	2004	Castelo Branco	26/jun/21	
1784		Luana Figueira	2005	Leiria	12/jun/21	
1560		Matilde Reis	2004	Leiria	12/jun/21	

Triatlo 2

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
2039		Vera Goucha	2005	Castelo Branco	26/jun/21	
1847		Margarida Santos	2004	Leiria	13/jun/21	
1616		Joana Gameiro	2004	Leiria	13/jun/21	
1438		Catarina Carvalho	2005	Leiria	13/jun/21	