



SENIORES FEMININOS

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

100 METROS

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|----------------|------|----------------|-----------|-------------|
| 12.04 | 0,6 | Joana Carlos | 1999 | Salamanca | 04-Jun-16 | |
| 12.52 | 1,4 | Ana Moreira | 1998 | Lisboa | 19-Jun-16 | |
| 12.3 | | Laura Cordeiro | 1997 | Landerneau FRA | 15-Mai-16 | |
| 13.11 | | Alina Humenyuk | 2000 | Pombal | 25-Abr-16 | |
| 13.12 | 1,4 | Bruna Santos | 1998 | Pombal | 11-Jun-16 | |
| 13.29 | 1,8 | Sarta Sani | 2002 | Pombal | 18-Jun-16 | |
| 13.38 | 1,2 | Bruna Silva | 1994 | Pombal | 30-Abr-16 | |
| 13.44 | 0,8 | Mariana Castro | 1998 | Marinha Grande | 21-Mai-16 | |
| 14.13 | | Carina Silva | 2000 | Pombal | 25-Abr-16 | |
| 14.18 | 1,4 | Renata Gomes | 1998 | Pombal | 11-Jun-16 | |

Marcas com vento anti-regulamentar

| | | | | | | |
|-------|-----|----------------|------|--------|-----------|--|
| 12.75 | 3,7 | Andreia Grácio | 1996 | Fátima | 03-Jul-16 | |
| 13.00 | 3,7 | Bruna Silva | 1994 | Fátima | 03-Jul-16 | |

200 METROS (28.00)

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|----------------|------|-------------|-----------|-------------|
| 25.28 | -0,1 | Joana Carlos | 1999 | Lagoa | 03-Jul-16 | |
| 25.39 | 1,3 | Laura Cordeiro | 1997 | Vineuil-FRA | 29-Mai-16 | |
| 25.64 | 0,4 | Jéssica Viegas | 1994 | Fátima | 19-Jun-16 | |
| 26.17 | 1,9 | Evelisa Veiga | 1996 | Pombal | 12-Jun-16 | |
| 26.24 | 1,4 | Bruna Silva | 1994 | Fátima | 03-Jul-16 | |
| 26.27 | PC | Leslie Delgado | 1989 | Pombal | 21-Fev-16 | |
| 26.28 | PC | Ana Moreira | 1998 | Pombal | 07-Fev-16 | |
| 27.09 | -1 | Carina Silva | 2001 | Lagoa | 3-Jul-16 | |
| 27.18 | 1,7 | Alina Humenyuk | 2000 | Lagoa | 03-Jul-16 | |
| 27.23 | 0,7 | Sónia Machado | 1998 | Viseu | 10-Jul-16 | |
| 27.83 | PC | Bruna Santos | 1998 | Pombal | 03-Fev-16 | |

Marcas com vento anti-regulamentar

| | | | | | | |
|-------|-----|----------------|------|------|-----------|--|
| 25.28 | 2,6 | Jéssica Viegas | 1994 | Maia | 26-Jun-16 | |
|-------|-----|----------------|------|------|-----------|--|

400 METROS

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|----------------|------|-------------|-----------|-------------|
| 57.41 | | Laura Cordeiro | 1997 | Pont l'abbe | 17-Jun-16 | |
| 57.48 | | Leslie Delgado | 1989 | Setúbal | 16-Jul-16 | |
| 59.62 | | Jéssica Viegas | 1994 | Fátima | 18-Jun-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 |
|---------|-------|--------------------|------|----------------|-----------|-------------|
| 2:11.01 | | Carla Mendes | 1994 | Huelva | 03-Jun-16 | |
| 2:20.49 | | Cátia Jacinto | 1992 | Cáceres | 29-Jun-16 | |
| 2:24.24 | PC | Anais Da Silva | 1997 | Charleston | 19-Fev-16 | |
| 2:25.69 | | Diana Santos | 2001 | Cantanhede | 23-Abr-16 | |
| 2:29.26 | PC | Daria Melnyk | 2000 | Pombal | 17-Jan-16 | |
| 2:32.45 | | Bruna Silva | 1994 | EMLeiria | 31-Jul-16 | |
| 2:33.99 | PC | Laura Santos | 2001 | Pombal | 06-Dez-15 | |
| 2:34.61 | PC | Sónia Machado | 1998 | Braga | 21-Fev-16 | |
| 2:39.1 | | Carolina Francisco | 1999 | Marinha Grande | 15-Mai-16 | Manual |
| 2:43.28 | | Beatriz Francisco | 2000 | Pombal | 19-Jun-16 | |
| 2:43.41 | | Alina Humenyuk | 2000 | Pombal | 01-Mai-16 | |
| 2:44.57 | PC | Juliana Brites | 2000 | Pombal | 10-Jan-16 | |
| 2:48.49 | PC | Daniela Ferreira | 1989 | Pombal | 21-Fev-16 | |

1000 Metros (3:20.00)

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|---------|-------|----------------|------|----------------|-----------|-------------|
| 3:06.10 | PC | Anais Da Silva | 1997 | Charleston | 19-Fev-16 | |
| 3:09.37 | | Cátia Jacinto | 1992 | Estádio Leiria | 08-Abr-16 | |
| 3:11.87 | | Diana Santos | 2001 | Abrantes | 12-Jun-16 | |



SENIORES FEMININOS

1500 METROS

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|----------------|-------|---------------------|-------------|------------------------------|-----------------|--|
| 4:27.91 | | Carla Mendes | 1994 | Estádio Universitário | 9-Jul-16 | <u>Recorde Distrital - Sub-23</u> |
| 4:28.96 | | Susana Francisco | 1991 | Lumiar | 2-Jul-16 | |
| 4:44.25 | | Anaís Da Silva | 1997 | Louisville | 23-Abr-16 | |
| 4:55.90 | PC | Maria Martins | 1995 | Pombal | 7-Fev-16 | |
| 5:11.53 | | Diana Santos | 2001 | Inatel-Lisboa | 30-Abr-16 | |
| 5:15.45 | | Benvinda Santos | 1994 | Pombal | 11-Jun-16 | |
| 5:16.84 | PC | Beatriz Francisco | 2000 | Pombal | 20-Jan-16 | |
| 5:26.58 | PC | Daria Melnyk | 2000 | Pombal | 30-Jan-16 | |
| 5:31.76 | | Laura Santos | 2001 | Inatel-Lisboa | 30-Abr-16 | |

3000 METROS

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|----------|-------|-------------------|------|-----------|-----------|-------------|
| 9:41.68 | | Susana Francisco | 1991 | Setúbal | 17-Jul-16 | |
| 10:09.88 | PC | Anaís 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 | |
| 11:25.25 | | Benvinda Santos | 1994 | Pombal | 42533 | |
| 12:29.12 | PC | Tânia Pires | 1999 | Pombal | 17-Jan-16 | |

5000 METROS

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|----------|-------|------------------|------|---------------|-----------|-------------|
| 16:41.98 | | Susana Francisco | 1991 | Maia | 26-Jun-16 | |
| 17:51.89 | PC | Anaís Da Silva | 1997 | Winston salem | 04-Mar-16 | |
| 20:56.81 | | Benvinda Santos | 1994 | Pombal | 25-Abr-16 | |
| 26:40.70 | | Rosália Rosa | 1963 | Pombal | 25-Abr-16 | |

10000 METROS

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|----------|-------|------------------|------|--------|------------|-------------|
| 34:32.99 | | Susana Francisco | 1991 | Maia | 09-04-2016 | |
| 37:24.32 | | Anaís Da Silva | 1997 | Marion | 14-04-2016 | |

3000 metros obstáculos

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|----------|-------|-----------------|------|---------|------------|-------------|
| 11:51.69 | | Anaís Da Silva | 1997 | Setúbal | 16-07-2016 | |
| 13:34.54 | | Benvinda Santos | 1994 | Fátima | 28-Mai-16 | |

100 METROS BARREIRAS - 0.84

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|-----------------|------|---------------|-----------|-------------|
| 15.12 | 0,4 | Raquel Lourenço | 1996 | Inatel-Lisboa | 01-Mai-16 | |
| 15.69 | -1,5 | Juliana Brites | 2000 | Fátima | 29-Mai-16 | |
| 16.44 | 1,10 | Sónia Machado | 1998 | Viseu | 10-Jul-16 | |
| 17.35 | 0,10 | Bruna Silva | 1994 | EMLeiria | 30-Jul-16 | |

Marcas com vento anti-regulamentar

| | | | | | | |
|-------|------|-----------------|------|------|-----------|--|
| 14.94 | 4,50 | Raquel Lourenço | 1996 | Maia | 26-Jun-16 | |
|-------|------|-----------------|------|------|-----------|--|

400 METROS BARREIRAS

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|----------------|------|-----------|-----------|-------------|
| 59.14 | | Leslie Delgado | 1989 | Maia | 26-Jun-16 | |
| 64.88 | | Bruna Silva | 1994 | Maia | 26-Jun-16 | |
| 71.13 | | Alina Humenyuk | 2000 | Rio Maior | 05-Jun-16 | |
| 71.37 | | Daria Melnyk | 2000 | Rio Maior | 05-Jun-16 | |

SALTO EM ALTURA (1.35)

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|------------------|------|----------|-----------|-------------|
| 1,70 | | Marisa Anselmo | 1987 | Setúbal | 16-Jul-16 | |
| 1,61 | PC | Daniela Ferreira | 1989 | Pombal | 21-Fev-16 | |
| 1,60 | PC | Sónia Machado | 1998 | Braga | 14-Fev-16 | |
| 1,54 | | Eduarda Ferreira | 2001 | Abrantes | 11-Jun-16 | |
| 1,46 | PC | Bruna Silva | 1994 | Pombal | 21-Fev-16 | |
| 1,45 | PC | Sara Mota | 1997 | Pombal | 28-Fev-16 | |
| 1,44 | | Juliana Brites | 2000 | Pombal | 30-Abr-16 | |
| 1,35 | PC | Alina Humenyuk | 2000 | Pombal | 27-Fev-16 | |



SENIORES FEMININOS

TRIPLO-SALTO

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|--------------|------------|----------------------|-------------|---------------|------------------|--------------------------|
| 13,09 | 0,0 | Evelise Veiga | 1996 | Lisboa | 19-Jun-16 | <u>Recorde Distrital</u> |
| 12,71 | 1,2 | Yolanda Xavier | 1994 | Luniar | 02-Jul-16 | |
| 11,52 | -0,1 | Eduarda Ferreira | 2001 | Lagoa | 03-Jul-16 | |
| 11,41 | 1,3 | Juliana Brites | 2000 | Pombal | 19-Jun-16 | |

Marcas com vento anti-regulamentar

| | | | | | |
|-------|-----|----------------|------|--------|-----------|
| 13,41 | 2,6 | Evelise Veiga | 1996 | Lisboa | 19-Jun-16 |
| 12,77 | 3,1 | Yolanda Xavier | 1994 | Maia | 25-Jun-16 |

SALTO EM COMPRIMENTO (4.60)

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------------|-----------|----------------------|-------------|----------------|------------------|--------------------------|
| 6,22 | PC | Evelise Veiga | 1996 | Pombal | 05-Mar-16 | <u>Recorde Distrital</u> |
| 5,56 | 1,8 | Andreia Grácio | 1996 | Pombal | 12-Jun-16 | |
| 5,51 | 0,5 | Eduarda Ferreira | 2001 | Abrantes | 12-Jun-16 | |
| 5,50 | PC | Daniela Ferreira | 1989 | Pombal | 21-Fev-16 | |
| 5,33 | -1,5 | Juliana Brites | 2000 | Lagoa | 02-Jul-16 | |
| 5,24 | 0,8 | Sónia Machado | 1998 | Maia | 26-Jun-16 | |
| 5,16 | PC | Yolanda Xavier | 1994 | Pombal | 21-Fev-16 | |
| 5,16 | 1,1 | Joana Carlos | 1999 | Marinha Grande | 14-Mai-16 | |
| 5,15 | PC | Bruna Silva | 1994 | Pombal | 21-Fev-16 | |
| 5,15 | 0,9 | Alina Humenyuk | 2000 | Rio Maior | 04-Jun-16 | |
| 4,60 | | Raquel Lourenço | 1996 | Estádio Leiria | 07-Mai-16 | |

Marcas com vento anti-regulamentar

| | | | | | |
|------|-----|---------------|------|------|-----------|
| 6,51 | 2,4 | Evelise Veiga | 1996 | Maia | 26-Jun-16 |
|------|-----|---------------|------|------|-----------|

SALTO COM VARA

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------------|-------|------------------------------|-------------|----------------|------------------|--------------------------|
| 3,80 | | Andreia Grácio | 1996 | Maia | 26-Jun-16 | <u>Recorde Distrital</u> |
| 3,20 | PC | Nicole Alberto | 1993 | CAR - Jamor | 20-Dez-15 | |
| 3,00 | | Ana Conde | 1998 | Fátima | 18-Jun-16 | |
| 2,90 | | Sara Mota | 1997 | Pombal | 12-Jun-16 | |
| 2,50 | PC | Mariana Neves | 2000 | Pombal | 30-Jan-16 | |
| 2,50 | | Daria Melnyk | 2000 | Lagoa | 2-Jul-16 | |
| 2,40 | | Bruna Santos | 1998 | Marinha Grande | 21-Mai-16 | |
| 2,05 | PC | M ^ª Isabel Santos | 1996 | Pombal | 17-Jan-16 | |
| 2,05 | PC | Teresa Sampaio | 1997 | Pombal | 17-Jan-16 | |

LANÇAMENTO DO PESO - 4 Kg (6.00)

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|--------------------|------|----------------|-----------|-------------|
| 14,02 | | Francislaine Serra | 1994 | Quinta do anjo | 12-Mar-16 | |
| 13,70 | PC | Eliana Bandeira | 1996 | Pombal | 20-Fev-16 | |
| 13,21 | PC | Ophélie Oliveira | 1996 | Pombal | 27-Fev-16 | |
| 13,08 | | Mariana Cerejo | 1997 | Quinta do anjo | 12-Mar-16 | |
| 12,02 | | Sónia Machado | 1998 | CNL | 24-Jul-16 | |
| 11,58 | | Micaela Sereno | 2000 | Quinta do anjo | 12-Mar-16 | |
| 10,65 | | Inês Carreira | 2000 | Rio Maior | 05-Jun-16 | |
| 9,09 | | Katy Soares | 1998 | Rio Maior | 05-Jun-16 | |
| 8,86 | PC | Daniela Ferreira | 1989 | Pombal | 21-Fev-16 | |
| 8,26 | | Tatiana Silva | 1997 | Rio Maior | 05-Jun-16 | |
| 8,25 | PC | Bruna Silva | 1994 | Pombal | 21-Fev-16 | |
| 6,78 | | Sara Ferreira | 2000 | Rio Maior | 05-Jun-16 | |

LANÇAMENTO DO DARDO - 600 GRs. (18.00)

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|----------------|------|------------|-----------|-------------|
| 46,25 | | Carla Ratão | 1982 | Valence | 19-Jun-16 | |
| 33,84 | | Inês Carreira | 2000 | Viseu | 09-Jul-16 | |
| 28,41 | | Sara Ferreira | 2000 | Rio Maior | 05-Jun-16 | |
| 26,06 | | Sónia Machado | 1998 | CNL | 23-Jul-16 | |
| 24,72 | | Bruna Silva | 1994 | Rio Maior | 05-Jun-16 | |
| 24,72 | | Andreia Grácio | 1996 | Pombal | 11-Jun-16 | |
| 20,97 | | Teresa Sampaio | 1997 | CNL-Leiria | 20-Fev-16 | |
| 20,71 | | Alina Humenyuk | 2000 | Rio Maior | 05-Jun-16 | |
| 19,07 | | Katy Soares | 1998 | Rio Maior | 05-Jun-16 | |



SENIORES FEMININOS

LANÇAMENTO DO DISCO - 1 Kg

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|------------------|------|----------------|-----------|-------------|
| 45,21 | | Ophélie Oliveira | 1996 | Bochum-GER | 01-Mai-16 | |
| 43,46 | | Micaela Sereno | 2000 | CNL | 22-Jun-16 | |
| 38,64 | | Mariana Cerejo | 1997 | Quinta do Anjo | 13-Mar-16 | |
| 37,48 | | Katy Soares | 1998 | CNL | 29-Jun-16 | |
| 33,69 | | Inês Carreira | 2000 | CNL | 22-Jun-16 | |
| 29,68 | | Camila Carreira | 2002 | CNL | 24-Jul-16 | |
| 29,13 | | Laura Monteiro | 2001 | CNL | 22-Jun-16 | |

LANÇAMENTO DO MARTELO - 4 Kg

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|----------------|------|------------|-----------|-------------|
| 55,49 | | Daniela Paço | 1996 | Setúbal | 16-Jul-16 | |
| 39,24 | | Micaela Sereno | 2000 | CNL | 22-Jun-16 | |
| 37,47 | | Tatiana Silva | 1997 | CNL-Leiria | 20-Fev-16 | |
| 34,55 | | Mariana Cerejo | 1997 | CNL | 29-Jun-16 | |

HEPTATLO

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|---------------|------|-----------|-----------|-------------|
| 4284 | | Sónia Machado | 1998 | Viseu | 10-Jul-16 | |
| 3647 | | Bruna Silva | 1994 | Rio Maior | 05-Jun-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 | |

5 Km MARCHA

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

5000 MARCHA

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|----------|-------|-------------|------|-------|-----------|-------------|
| 28:34.49 | | Tânia Pires | 1999 | Lagoa | 02-Jul-16 | |

10.000 MARCHA

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|----------|-------|---------------|------|----------------|-----------|-------------|
| 50:43.07 | | Nádia Cancela | 1993 | Estádio Leiria | 07-Mai-16 | |

10 Km MARCHA

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

20 Km MARCHA

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

4 X 100 METROS

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|-------|-------|--|------|-----------|-----------|-------------|
| 49.01 | | Alina Humenyuk (00), Andreia Grácio (96), Evelise Veiga (96), Ana Moreira (98) | 1996 | Fátima | 28-Mai-16 | |
| 49.55 | | Raquel Lourenço (96), Andreia Grácio (96), Bruna Silva (94), Jéssica Viegas (94) | 1994 | Maia | 25-Jun-16 | |
| 51.42 | | Sarta Sani (02), Catarina Santos (99), Alina Humenyuk (00), Joana Carlos (99) | 1999 | Vagos | 21-Mai-16 | |
| 51.57 | | Bruna Santos (98), Bruna Silva (94), Mariana Castro (98), Ana Moreira (98) | 1994 | Pombal | 11-Jun-16 | |
| 52.27 | | Renata Gomes (98), Mariana Castro (98), Alina Humenyuk (00), Juliana Brites (00) | 1998 | Rio Maior | 04-Jun-16 | |

4 X 400 METROS

| Marca | Vento | Nome | Ano | Local | Data | Observações |
|---------|-------|---|------|--------|-----------|-------------|
| 3:53.32 | | Bruna Silva (94), Evelise Veiga (96), Carla Mendes (94), Jéssica Viegas (94) | 1994 | Maia | 26-Jun-16 | |
| 4:03.95 | | Daria Melnyk (00), Ana Moreira (98), Alina Humenyuk (00), Laura Cordeiro (97) | 1997 | Viseu | 10-Jul-16 | |
| 4:13.69 | | Daria Melnyk (00), Leslie Delgado (89), Bruna Silva (94), Alina Humenyuk (00) | 1989 | Fátima | 29-Mai-16 | |