



## JUVENIS FEMININOS

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

60 Metros						MQ CN Juv - 8.30 / 13.00 (100m)
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
8,41		Carolina Gaspar	2004	Pombal	06/jan/21	
8,43		Ana Carolina Castro	2005	Pombal	10/jan/21	
8,48		Matilde Santos	2004	Pombal	10/jan/21	
8,63		Catarina Silva	2005	Pombal	10/jan/21	
8,78		Filipa Dinis	2005	Pombal	10/jan/21	

## Marcas realizadas ao Ar Livre

8,27	-0,3	Lara Duarte	2004	Leiria	19/dez/20	
------	------	-------------	------	--------	-----------	--

200 Metros						
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
26,73		Lara Duarte	2004	Pombal	10/jan/21	
27,15		Joana Gameiro	2004	Pombal	26/dez/20	
28,41		Matilde Santos	2004	Pombal	26/dez/20	
28,97		Carolina Gaspar	2004	Pombal	26/dez/20	

300 Metros						MQ CN Juv - 45.00 / 44.00 (AL) / 64.00 (400m) / 63.00 (AL)
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações

800 Metros						MQ CN Juv - 2:31.00 / 2:28.00 (AL)
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações

1000 Metros						
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações

1500 Metros						MQ CN Juv - 5:13.00
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações
4:50.96		Mariana Vidinha	2004	Pombal	26/dez/20	
4:55.09		Eduarda Silva	2005	Pombal	26/dez/20	
5:18.68		Sara Lopes	2005	Pombal	26/dez/20	

3000 Metros						MQ CN Juv - 11:50.00
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações

60 Metros Barreiras - 0.76						MQ CN Juv - 10.20 / 16.50 (110B)
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
9,60		Vera Goucha	2005	Pombal	10/jan/21	
10,14		Matilde Reis	2004	Pombal	10/jan/21	
10,34		Catarina Silva	2005	Pombal	10/jan/21	

## Marcas realizadas ao Ar Livre

11,58	+0,0	Luana Figueira	2005	Lousada	27/dez/20	
-------	------	----------------	------	---------	-----------	--

SALTO EM ALTURA						MQ CN Juv - 1,50
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações
1,65		Lara Duarte	2004	Pombal	26/dez/20	
1,50		Luana Figueira	2005	Pombal	09/jan/21	
1,45		Matilde Reis	2004	Pombal	09/jan/21	
1,40		Vera Goucha	2005	Pombal	09/jan/21	

TRIPLO-SALTO						MQ CN Juv - 10,50
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
10,80		Matilde Reis	2004	Pombal	26/dez/20	
10,11		Ana Carvalho	2005	Pombal	26/dez/20	



## JUVENIS FEMININOS

SALTO EM COMPRIMENTO						MQ CN Juv - 5,10
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações
5,40		Joana Gameiro	2004	Pombal	09/jan/21	
5,04		Matilde Reis	2004	Pombal	09/jan/21	
5,00		Vera Goucha	2005	Pombal	09/jan/21	
4,55		Filipa Dinis	2005	Pombal	09/jan/21	

SALTO COM VARA						MQ CN Juv - 2,20
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações
2,55		Vera Goucha	2005	Pombal	6/jan/21	

LANÇAMENTO DO PESO - 3Kg						MQ CN Juv - 10,80
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações
11,74		Márcia Maketa	2005	Pombal	13/jan/21	
11,71		Carolina Caseiro	2004	Pombal	13/jan/21	
11,54		Vera Goucha	2005	Pombal	13/jan/21	

TRIATLO TÉCNICO						
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações

TRIATLO OPCIONAL						
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações

PENTATLO						MQ CN Juv - 2.350 / 3.200 (Heptatlo)
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações

3000 METROS MARCHA						MQ CN Juv - 17:30.00
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações

5000 METROS MARCHA						
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações

4 X 200 METROS						
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações

4x300 METROS						
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações

4x400 METROS						
Marca	Obs.	Nome	Ano	Local	Data	Observações