



SUB-20 FEMININOS

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

60 Metros - MQ Sub20 8,15 (12,64 - 100M)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
8,29		Carolina Castro	2005	Pombal	11/fev/23	
8,50		Filipa Dinis	2005	Pombal	14/jan/23	
8,63		Margarida Santos	2005	Pombal	21/jan/23	
8,86		Beatriz Luís	2005	Pombal	14/jan/23	

200 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
28,24		Margarida Santos	2007	Pombal	21/jan/23	
29,04		Beatriz Luís	2005	Pombal	21/jan/23	

400 Metros - MQ Sub20 63,20 (62,00 - Ar Livre)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
58,53		Joana Gameiro	2004	Pombal	25/fev/23	
59,03		Mariana Vidinha	2004	Pombal	18/fev/23	
62,69		Margarida Santos	2005	Pombal	14/jan/23	
64,51		Carolina Castro	2005	Pombal	4/fev/22	
64,54		Carlota Ferreira	2006	Pombal	14/jan/23	
72,16		Filipa Moita	2006	Pombal	14/jan/23	

800 Metros - MQ Sub20 2:22.00 (2:20.00 - Ar Livre)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
2:19.56		Mariana Vidinha	2004	Pombal	14/jan/23	
2:34.51		Vera Goucha	2005	Braga	21/jan/23	
2:53.79		Lara Caseiro	2004	Pombal	14/jan/23	

1000 Metros

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

1500 Metros - MQ Sub20 4:59.00 (4:55.00 - Ar Livre)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
5:15.00		Eduarda Silva	2005	Pombal	14/jan/23	
6:09.61		Lara Caseiro	2005	Pombal	17/dez/22	

3000 Metros - MQ Sub20 11:01.00 (10:53.00 - Ar Livre)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
11:01.96		Eduarda Silva	2005	Pombal	21/jan/23	

60 Metros Bar (0.84) - MQ Sub20 10,00 (9,70 - 0.76 / 16,80 - 100M Bar 0.84 / 15,70 - 100M 0.76)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
9,54		Joana Gameiro	2004	Pombal	11/fev/23	
9,58		Vera Goucha	2005	Pombal	14/jan/23	
9,76		Sara Brites	2006	Pombal	25/fev/23	
10,19		Margarida Santos	2005	Pombal	14/jan/23	
10,88		Catarina Silva	2005	Pombal	17/dez/22	
11,33		Daniela Taralunga	2006	Pombal	21/jan/23	

Salto em Altura - MQ Sub20 1,55

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
1,57		Vera Goucha	2005	Pombal	17/dez/22	
1,53		Luana Figueira	2005	Pombal	25/fev/23	
1,33		Catarina Silva	2005	Pombal	17/dez/22	

Triplo Salto - MQ Sub20 11,10

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
12,17		Margarida Santos	2004	Pombal	4/mar/23	
11,54		Ana Reis	2004	Pombal	25/fev/23	

Salto em Comprimento - MQ Sub20 5,40

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
5,49		Margarida Santos	2005	Pombal	14/jan/23	
5,42		Vera Goucha	2005	Pombal	25/fev/23	
5,14		Luana Figueira	2005	Pombal	21/jan/23	
4,88		Joana Gameiro	2004	Pombal	25/fev/23	
4,75		Catarina Silva	2005	Pombal	17/dez/22	



SUB-20 FEMININOS

Salto com Vara - MQ Sub20 2,60

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
3,30		Filipa Dinis	2005	Pombal	4/mar/23	

Lançamento do Peso (4kg) - MQ Sub20 10,30 (12,00 - 3kg)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
11,39		Vera Goucha	2005	Pombal	28/jan/22	
10,59		Carolina Caseiro	2004	Pombal	25/fev/23	
8,36		Laura Baltazar	2006	Pombal	21/jan/23	
8,32		Catarina Silva	2005	Pombal	17/dez/22	
6,20		Vitória Shybayeva	2007	Pombal	14/jan/23	

Pentatlo - MQ Sub20 2.400 (2.800 - Hep / 3.150 - Hep Sub18)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
3338		Vera Goucha	2005	Braga	21/jan/23	
2282		Catarina Silva	2005	Pombal	17/dez/22	

3000 Metros Marcha - MQ Sub20 17:00.00

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

5000 Metros Marcha - MQ Sub20 30:06.00

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

10000 Metros Marcha - MQ Sub20 1.01:20

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

4 X 200 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
1:54.83			2005	Pombal	14/jan/23	

Anabela Silva (06), Sofia Santos (07), Beatriz Luís (05) e Luana Figueira (05)

4 X 400 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
4:40.21			2004	Pombal	21/jan/23	
		Anabela Silva (06), Daniela Taralunga (06), Beatriz Luís (05) e Margarida Santos (04)				
4:00.43			2004	Pombal	25/fev/23	
		Joana Gameiro (04), Margarida Santos (05), Vera Goucha (05) e Mariana Vidinha (04)				