

Rankings Femininos Todos os Escalões - 2025

50 metros								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	07.65	Leonor Reis	SUB-12	GRE-AA	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		22/02/2025
2	08.36	Mafalda Pinto	SUB-10	CLUVE	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+2.2	22/02/2025
3	08.72	Joana Neto	SUB-12	CPTSC	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		22/02/2025
4	08.90	Ana Rita Santos	SUB-10	GRE-AA	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+1.2	22/02/2025
5	08.99	Carolina Oliveira	SUB-12	CPTSC	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	-1.6	22/02/2025
6	09.11	Rita Melo	SUB-12	CPTSC	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	-1.6	22/02/2025
7	09.13	Mafalda Simões	SUB-12	CPTSC	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		22/02/2025
8	09.19	Maria Oliveira	SUB-12	CPTSC	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		22/02/2025
9	09.27	Emanuel Brandão	SUB-10	CLUVE	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+1.1	22/02/2025
10	09.41	Victória Ferreira	SUB-12	CDP-C	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	-1.6	22/02/2025

11	09.56	Francisca Caetano	SUB-12	CLUVE	4	Pista Mário Pinto Claro - -1.6	22/02/2025	Tábua
12	09.73	Clara Bastos	SUB-10	CDP-C	2	Pista Mário Pinto Claro - +1.2	22/02/2025	Tábua
13	09.89	Constança Caetano	SUB-10	CLUVE	3	Pista Mário Pinto Claro - +1.2	22/02/2025	Tábua
14	09.92	Bianca Simões	SUB-10	CPTSC	2	Pista Mário Pinto Claro - +2.2	22/02/2025	Tábua
15	10.02	Rita Montez	SUB-12	CLUVE	5	Pista Mário Pinto Claro -	22/02/2025	Tábua
16	11.31	Madalena Laranjeira	SUB-10	CDP-C	3	Pista Mário Pinto Claro - +2.2	22/02/2025	Tábua
17	11.66	Carolina Silva	SUB-10	CPTSC	4	Pista Mário Pinto Claro - +2.2	22/02/2025	Tábua
18	12.85	Ísis Henriques	SUB-10	CPTSC	4	Pista Mário Pinto Claro - +1.2	22/02/2025	Tábua
19	15.43	Maria Júlia Catarino	SUB-10	GS	2	Pista Mário Pinto Claro - +1.1	22/02/2025	Tábua
20	17.10	Flor Madeira	SUB-10	CMP	3	Pista Mário Pinto Claro - +1.1	22/02/2025	Tábua

60 metros

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	07.96	Marta Serra	SEN	GRE-AA	2	Expocentro - Pombal		25/01/2025

2	07.99	Marta Serra	SEN	GRE-AA	7	Expocentro de Pombal		22/02/2025
3	08.00	Marta Serra	SEN	GRE-AA	6	Expocentro de Pombal		08/02/2025
4	08.00	Marta Serra	SEN	GRE-AA	2	Expocentro - Pombal		25/01/2025
5	08.03	Marta Serra	SEN	GRE-AA	5	Expocentro - Pombal		12/01/2025
6	08.05	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	2	E.M. Fontelo	-1.1	15/02/2025
7	08.11	Maria João Gregório	SUB-20	AAC	4	Expocentro - Pombal		25/01/2025
8	08.18	Maria João Gregório	SUB-20	AAC	6	Forum Braga e Expocentro Pombal		18/01/2025
9	08.18	Maria João Gregório	SUB-20	AAC	2	Expocentro - Pombal		18/01/2025
10	08.20	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	3	Estarreja	+1.0	07/06/2025
11	08.20	Maria João Gregório	SUB-20	AAC	6	Expocentro - Pombal		25/01/2025
12	08.21	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	7	Expocentro - Pombal		25/01/2025
13	08.24	Diana Bento	SUB-18	AAC	5	Forum Braga		08/02/2025
14	08.24	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	6	Expocentro - Pombal		25/01/2025
15	08.25	Diana Bento	SUB-18	AAC	5	Expocentro - Pombal		11/01/2025
16	08.29	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	3	Expocentro - Pombal		18/01/2025
17	08.31	Diana Bento	SUB-18	AAC	7	Expocentro de Pombal		01/02/2025

18	08.31	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	7	Expocentro de Pombal	01/02/2025
19	08.33	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	3	Expocentro - Pombal	25/01/2025
20	08.33	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	10	Forum Braga e Expocentro Pombal	18/01/2025
21	08.33	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	5	Expocentro - Pombal	18/01/2025
22	08.34	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	4	Expocentro - Pombal	12/01/2025
23	08.35	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	2	Pombal	01/03/2025
24	08.35	Diana Bento	SUB-18	AAC	6	Expocentro - Pombal	11/01/2025
25	08.36	Shafaq Manek	SEN	AAC	4	Expocentro - Pombal	25/01/2025
26	08.40	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	2	Estarreja +0.5	07/06/2025
27	08.42	Shafaq Manek	SEN	AAC	2	Expocentro - Pombal	25/01/2025
28	08.44	Ana Rita Lopes	SUB-23	GRE-AA	5	Expocentro - Pombal	12/01/2025
29	08.45	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	4	Expocentro - Pombal	18/01/2025
30	08.46	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	2	Forum Braga	19/02/2025
31	08.46	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	6	Expocentro - Pombal	25/01/2025
32	08.46	Antonia Freitas	SUB-18	GS	2	Expocentro - Pombal	11/01/2025
33	08.48	Ana Rita Lopes	SUB-23	GRE-AA	2	Expocentro - Pombal	25/01/2025

34	08.48	Maria Miguel Neto	SUB-20	ARC-EAC	6	Expocentro - Pombal		25/01/2025
35	08.48	Antonia Freitas	SUB-18	GS	2	Expocentro - Pombal		11/01/2025
36	08.50	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	6	Expocentro de Pombal		08/02/2025
37	08.51	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	3	Caldas da Rainha	+2.3	31/05/2025
38	08.51	Maria Miguel Neto	SUB-20	ARC-EAC	3	Expocentro - Pombal		25/01/2025
39	08.55	Gabriela Santos	SUB-16	OLIVAIS	1	Expocentro - Pombal		16/03/2025
40	08.55	Ana Rita Lopes	SUB-23	GRE-AA	7	Expocentro - Pombal		25/01/2025
41	08.55	Julia Freitas	SUB-18	GS	4	Expocentro - Pombal		11/01/2025
42	08.55	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	3	Expocentro - Pombal		11/01/2025
43	08.56	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	2	Vagos	+1.4	14/06/2025
44	08.56	Shafaq Manek	SEN	AAC	8	Forum Braga		08/02/2025
45	08.56	Íris Santos	SUB-16	ASCV	4	Expocentro - Pombal		11/01/2025
46	08.58	Vandércia Gouveia	SUB-14	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	+2.0	26/04/2025
47	08.58	Shafaq Manek	SEN	AAC	1	Forum Braga		08/02/2025
48	08.60	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	5	Vagos	+2.9	01/02/2025
49	08.61	Maria Reais	SUB-14	ADAC	4	Beja	+0.5	26/04/2025
50	08.62	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	5	Expocentro - Pombal		11/01/2025

51	08.63	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	8	Expocentro - Pombal		25/01/2025
52	08.65	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	1	Expocentro - Pombal		11/01/2025
53	08.66	Íris Santos	SUB-16	ASCV	6	Expocentro - Pombal		11/01/2025
54	08.67	Clara Laranjeiro	SUB-14	ASCV	1	Complexo desportivo de Febres	+2.9	26/04/2025
55	08.67	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	1	Expocentro - Pombal		11/01/2025
56	08.69	Maria Miguel Neto	SUB-20	ARC-EAC	8	Expocentro - Pombal		18/01/2025
57	08.70	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	4	Estarreja	+2.4	07/06/2025
58	08.70	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	2	Estarreja	+2.4	07/06/2025
59	08.70	Julia Freitas	SUB-18	GS	6	Expocentro - Pombal		11/01/2025
60	08.71	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	1	Arada	+0.0	08/03/2025
61	08.73	Maria Leonor Santos	SUB-20	ACDRSQ	5	Expocentro - Pombal		25/01/2025
62	08.73	Patrícia Silva	SUB-18	GS	7	Expocentro - Pombal		11/01/2025
63	08.75	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	1	Complexo desportivo de Febres	-0.7	05/04/2025
64	08.75	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	8	Forum Braga		11/01/2025
65	08.76	Patrícia Silva	SUB-18	GS	8	Expocentro - Pombal		11/01/2025
66	08.76	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	2	Expocentro - Pombal		11/01/2025
67	08.77	Inês Andrade	SUB-16	OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal		11/01/2025

68	08.78	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal		16/03/2025
69	08.79	Patrícia Silva	SUB-18	GS	6	Expocentro - Pombal		25/01/2025
70	08.79	Maria Miguel Neto	SUB-20	ARC-EAC	8	Expocentro - Pombal		18/01/2025
71	08.79	Maria Leonor Santos	SUB-20	ACDRSQ	6	Expocentro - Pombal		12/01/2025
72	08.82	Vandérci a Gouveia	SUB-14	OLIVAIS	2	Complexo desportivo de Febres	-0.7	05/04/2025
73	08.82	Vandérci a Gouveia	SUB-14	OLIVAIS	4	Expocentro - Pombal		16/03/2025
74	08.87	Vandérci a Gouveia	SUB-14	OLIVAIS	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.3	22/02/2025
75	08.87	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+1.2	22/02/2025
76	08.87	Francisca Silva	SUB-18	CMP	1	Expocentro - Pombal		18/01/2025
77	08.89	Ana Rita Limeira	SUB-14	ADAC	4	CAR - Jamor		01/03/2025
78	08.90	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	7	Estádio Cidade Coimbra	+2.7	19/07/2025
79	08.90	Petra Pinto	SUB-16	OLIVAIS	3	Expocentro - Pombal		16/03/2025
80	08.91	Alexandra Vogado	SUB-18	CPTSC	7	Expocentro - Pombal		25/01/2025
81	08.91	Francisca Silva	SUB-18	CMP	1	Expocentro - Pombal		18/01/2025
82	08.92	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	1	Arada	+0.4	08/03/2025
83	08.92	Pilar Pinto	SUB-14	OLIVAIS	5	Expocentro - Pombal		16/03/2025

84	08.93	Edissa Rita	SUB-14	OLIVAIS	2	Complexo desportivo de Febres	+2.0	26/04/2025
85	08.93	Leonor Fabrício	SUB-14	OLIVAIS	2	Complexo desportivo de Febres	+2.9	26/04/2025
86	08.94	Ana Santos	SUB-18	AAC	4	Expocentro - Pombal		11/01/2025
87	08.94	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	1	Expocentro - Pombal		11/01/2025
88	08.95	Filipa Salgueiro	SUB-14	GRE-AA	1	Complexo desportivo de Febres	+2.2	26/04/2025
89	08.95	Beatriz Rosa	SUB-14	GS	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+1.2	22/02/2025
90	08.97	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	3	Expocentro - Pombal		16/03/2025
91	08.98	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	4	Vagos	-0.2	15/03/2025
92	08.99	Ana Santos	SUB-18	AAC	2	Expocentro - Pombal		16/03/2025
93	09.00	Lara Pinto	SUB-18	NSCPCDX	6	Expocentro - Pombal		11/01/2025
94	09.03	Iris Tabanez	SUB-18	ASCV	3	Expocentro - Pombal		11/01/2025
95	09.03	Lara Pinto	SUB-18	NSCPCDX	3	Expocentro - Pombal		18/01/2025
96	09.04	Alexandra Vogado	SUB-18	CPTSC	4	Expocentro - Pombal		11/01/2025
97	09.06	Lara Pinto	SUB-18	NSCPCDX	3	Expocentro - Pombal		18/01/2025
98	09.06	Alexandra Vogado	SUB-18	CPTSC	4	Expocentro - Pombal		18/01/2025

99	09.07	Ana Santos	SUB-18	AAC	8	Expocentro - Pombal		25/01/2025
100	09.08	Guiomar Henriques	SUB-14	OLIVAIS	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.9	22/02/2025
101	09.09	Guiomar Henriques	SUB-14	OLIVAIS	3	Complexo desportivo de Febres	+2.0	26/04/2025
102	09.09	Guiomar Henriques	SUB-14	OLIVAIS	7	Expocentro - Pombal		16/03/2025
103	09.09	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	2	Expocentro - Pombal		11/01/2025
104	09.10	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	3	Estarreja	0.0	07/06/2025
105	09.10	Leonor Fabrício	SUB-14	OLIVAIS	1	Expocentro - Pombal		16/03/2025
106	09.12	Guiomar Henriques	SUB-14	OLIVAIS	2	Complexo desportivo de Febres	-0.5	05/04/2025
107	09.12	Pilar Pinto	SUB-14	OLIVAIS	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.3	22/02/2025
108	09.14	Gabriela Mesquita	SUB-14	ASCV	4	Complexo desportivo de Febres	+2.0	26/04/2025
109	09.15	Edissa Rita	SUB-14	OLIVAIS	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.7	22/02/2025
110	09.16	Michelle Cheese	MASTER	CLUVE	4	Expocentro - Pombal		25/01/2025
111	09.17	Edissa Rita	SUB-14	OLIVAIS	3	Complexo desportivo de Febres	-0.5	05/04/2025

112	09.18	Filipa Salgueiro	SUB-14	GRE-AA	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.7	22/02/2025
113	09.18	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+1.2	22/02/2025
114	09.21	Lorena Soldan	SUB-14	CLUVE	2	Estádio Cidade Coimbra	+0.3	19/07/2025
115	09.21	Júlia Gonçalves	SUB-18	OLIVAIS	5	Expocentro - Pombal		18/01/2025
116	09.22	Leonor Fabrício	SUB-14	OLIVAIS	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.7	22/02/2025
117	09.24	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	3	Complexo desportivo de Febres	+2.2	26/04/2025
118	09.24	Edissa Rita	SUB-14	OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal		16/03/2025
119	09.26	Maria Bento Da Cruz	SUB-14	GS	1	Complexo desportivo de Febres	+2.4	26/04/2025
120	09.26	Alexandra Vogado	SUB-18	CPTSC	4	Expocentro - Pombal		18/01/2025
121	09.27	Suelem Nunes	SUB-14	OLIVAIS	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.9	22/02/2025
122	09.28	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	6	Vagos	+1.0	15/03/2025
123	09.28	Júlia Gonçalves	SUB-18	OLIVAIS	5	Expocentro - Pombal		18/01/2025
124	09.30	Lorena Soldan	SUB-14	CLUVE	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+1.2	22/02/2025

125	09.33	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	4	Complexo desportivo de Febres	-0.5	05/04/2025
126	09.33	Júlia Gonçalves	SUB-18	OLIVAIS	4	Expocentro - Pombal		16/03/2025
127	09.35	Heliana Oliveira	SUB-16	AMCRS	3	Expocentro - Pombal		16/03/2025
128	09.35	Ariana Anishchuk	SUB-16	OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal		16/03/2025
129	09.36	Gabriela Mesquita	SUB-14	ASCV	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.6	22/02/2025
130	09.37	Lorena Soldan	SUB-14	CLUVE	4	Complexo desportivo de Febres	+2.2	26/04/2025
131	09.37	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	7	Expocentro - Pombal		11/01/2025
132	09.37	Lorena Soldan	SUB-14	CLUVE	5	Expocentro - Pombal		05/01/2025
133	09.40	Suelem Nunes	SUB-14	OLIVAIS	4	Expocentro - Pombal		16/03/2025
134	09.41	Sofia Antunes	SUB-14	AAC	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.6	22/02/2025
135	09.48	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	1	Expocentro - Pombal		05/01/2025
136	09.49	Narayana António	SUB-14	OLIVAIS	3	Complexo desportivo de Febres	+2.9	26/04/2025
137	09.51	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	2	Arada	+0.4	08/03/2025
138	09.52	Sofia Antunes	SUB-14	AAC	5	Expocentro - Pombal		16/03/2025

139	09.54	Sofia Antunes	SUB-14	AAC	6	Estádio Cidade Coimbra	+1.7	19/07/2025
140	09.54	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	2	Expocentro - Pombal		11/01/2025
141	09.56	Magna Marques	SUB-12	GS	1	Complexo desportivo de Febres	+2.9	26/04/2025
142	09.58	Heliana Oliveira	SUB-16	AMCRS	3	Expocentro - Pombal		11/01/2025
143	09.59	Laura Santos	SUB-14	AMCRS	6	Expocentro - Pombal		16/03/2025
144	09.60	Joana Freire	SUB-14	CLUVE	1	Estarreja	+1.0	07/06/2025
145	09.60	Sara Neto	SUB-14	OLIVAIS	2	Complexo desportivo de Febres	+2.4	26/04/2025
146	09.63	Gabriela Faria	SUB-14	ACDRSQ	5	Complexo desportivo de Febres	+2.2	26/04/2025
147	09.63	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	5	Expocentro - Pombal		25/01/2025
148	09.64	Laura Santos	SUB-14	AMCRS	3	Complexo desportivo de Febres	+2.4	26/04/2025
149	09.64	Carlota Santos	SUB-14	NSCPCDX	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.9	22/02/2025
150	09.67	Liliana Silva	MASTER	ADR4E	2	Pombal		01/03/2025
151	09.68	Suelem Nunes	SUB-14	OLIVAIS	4	Complexo desportivo de Febres	-0.7	05/04/2025
152	09.72	Sara Neto	SUB-14	OLIVAIS	7	Expocentro - Pombal		16/03/2025

153	09.73	Joana Nora	MASTER	GS	7	Pombal		01/03/2025
154	09.80	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	2	Estarreja	+0.4	07/06/2025
155	09.81	Leonor Reis	SUB-12	GRE-AA	2	Complexo desportivo de Febres	+2.0	26/04/2025
156	09.84	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	3	Estádio Cidade Coimbra	+2.5	19/07/2025
157	09.87	Maria Bento Da Cruz	SUB-14	GS	5	Complexo desportivo de Febres	-0.5	05/04/2025
158	09.93	Laura Oliveira	SUB-14	ASCV	4	Complexo desportivo de Febres	+2.4	26/04/2025
159	09.93	Joana Freire	SUB-14	CLUVE	6	Complexo desportivo de Febres	+2.2	26/04/2025
160	09.99	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	5	Complexo desportivo de Febres	-0.7	05/04/2025
161	10.06	Laura Silva	SUB-14	SCP-C	4	Complexo desportivo de Febres	+2.9	26/04/2025
162	10.09	Marina Fialho	SUB-14	CLUVE	4	Arada	+0.4	08/03/2025
163	10.15	Marina Fialho	SUB-14	CLUVE	6	Complexo desportivo de Febres	-0.5	05/04/2025
164	10.26	Joana Freire	SUB-14	CLUVE	3	Estádio Cidade Coimbra	+0.3	19/07/2025
165	10.37	Maria Rita Correia	SUB-12	AMCRS	4	Estádio Cidade Coimbra	+1.8	19/07/2025

166	10.69	Xia Villanueva	SUB-14	AAC	7	Estádio Cidade Coimbra	+2.5	19/07/2025
167	11.22	Alice Carvalho	SUB-12	CLUVE	6	Estádio Cidade Coimbra	+1.1	19/07/2025
168	11.33	Kira Gomes	SUB-10	CLUVE	2	Estádio Cidade Coimbra	+0.1	19/07/2025
169	11.44	Constança Caetano	SUB-10	CLUVE	1	Estádio Cidade Coimbra	+0.6	19/07/2025
170	11.61	Violeta Montez	SUB-10	CLUVE	3	Estádio Cidade Coimbra	+0.6	19/07/2025
171	11.76	Joana Coimbra	SUB-10	CLUVE	4	Estádio Cidade Coimbra	+0.6	19/07/2025
172	13.58	Rita Montez	SUB-12	CLUVE	7	Estádio Cidade Coimbra	+1.1	19/07/2025
173	14.51	Letícia Pereira	SUB-10	GS	4	Estádio Cidade Coimbra	+0.1	19/07/2025

60 metros barreiras Vet-0,76m

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1		Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	1	Pombal		08/03/2025
2		Ana Morais	MASTER	SUOV	1	Vagos (Estádio Municipal)		15/02/2025
3		Ana Morais	MASTER	SUOV	2	Pombal		01/03/2025

60 metros barreiras Inf-0,76m

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
------	-------	------	---------	-------	-------	-------	-------	------

1	10.66	Vandérci a Gouveia	SUB-14	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	-0.2	05/04/2025
2	10.84	Guiomar Henriques	SUB-14	OLIVAIS	1	Estádio Cidade Coimbra	+1.7	13/04/2025
3	11.06	Guiomar Henriques	SUB-14	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025
4	11.13	Vandérci a Gouveia	SUB-14	OLIVAIS	1	Estádio Cidade Coimbra		13/04/2025
5	11.24	Maria Reais	SUB-14	ADAC	6	Beja	+0.4	26/04/2025
6	11.25	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	2	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025
7	11.28	Edissa Rita	SUB-14	OLIVAIS	2	Estádio Cidade Coimbra		13/04/2025
8	11.71	Edissa Rita	SUB-14	OLIVAIS	3	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025
9	11.90	Pilar Pinto	SUB-14	OLIVAIS	3	Estádio Cidade Coimbra		13/04/2025
10	12.46	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	4	Estádio Cidade Coimbra		13/04/2025
11	12.49	Suelem Nunes	SUB-14	OLIVAIS	4	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025
12	12.65	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	4	Complexo desportivo de Febres	-0.2	05/04/2025

13	12.88	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	4	Estádio Cidade Coimbra	+0.5	19/07/2025
14	13.31	Leonor Fabrício	SUB-14	OLIVAIS	2	Estádio Cidade Coimbra	+1.7	13/04/2025
15	13.33	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	3	Estádio Cidade Coimbra	+1.7	13/04/2025
16	13.35	Sara Neto	SUB-14	OLIVAIS	4	Estádio Cidade Coimbra	+1.7	13/04/2025
17	14.35	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	5	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025
18	14.47	Maria Bento Da Cruz	SUB-14	GS	5	Estádio Cidade Coimbra		13/04/2025
19	14.83	Maria Bento Da Cruz	SUB-14	GS	5	Complexo desportivo de Febres	-0.2	05/04/2025
20	22.41	Stephan e Montoro	SUB-14	GRE-AA	6	Complexo desportivo de Febres	-0.2	05/04/2025

60 metros barreiras Ini-0,76m

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	10.22	Carolina Mendes	SUB-16	ADAC	4	CAR - Jamor		01/03/2025
2	10.34	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	1	Estádio Cidade Coimbra	+1.7	19/07/2025
3	10.85	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	4	Estádio Cidade Coimbra	+0.1	19/07/2025

60 metros barreiras Juv-0,76m

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	09.31	Iara Ferreira	SUB-18	ADAC	3	CAR - Jamor		01/03/2025
2	09.37	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	1	Pista Municipal da Bela Vista	+0.3	22/02/2025
3	09.42	Antonia Freitas	SUB-18	GS	1	Expocentro - Pombal		11/01/2025
4	09.48	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Forum Braga		25/01/2025
5	09.56	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal		11/01/2025
6	09.65	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	3	Expocentro - Pombal		11/01/2025
7	09.74	Antonia Freitas	SUB-18	GS	5	Expocentro - Pombal		11/01/2025
8	09.79	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	1	Forum Braga		25/01/2025
9	09.91	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	5	Expocentro - Pombal		11/01/2025
10	10.22	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal		04/01/2025
11	10.26	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	1	Expocentro - Pombal		11/01/2025
12	10.28	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	6	Expocentro - Pombal		04/01/2025
13	10.72	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	4	Expocentro - Pombal		11/01/2025
14	10.80	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	4	Expocentro - Pombal		04/01/2025
15	10.94	Julia Freitas	SUB-18	GS	6	Expocentro - Pombal		11/01/2025
16	11.18	Francisca Silva	SUB-18	CMP	3	Expocentro - Pombal		04/01/2025

17	11.38	Victoria Ferreira	SUB-16	AAC	3	Expocentro - Pombal	11/01/2025
18	12.49	Helena Bandarra	SUB-16	ACDRSQ	4	Expocentro - Pombal	11/01/2025
19	12.87	Madalena Calado	SUB-16	NSCPCDX	7	Expocentro - Pombal	11/01/2025
20	12.91	Heliana Oliveira	SUB-16	AMCRS	6	Expocentro - Pombal	04/01/2025
21	13.21	Margarida Figueiredo	SUB-16	CMP	7	Expocentro - Pombal	04/01/2025

60 metros barreiras 0,84m

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	09.58	Antonia Freitas	SUB-18	GS	3	Expocentro de Pombal		15/02/2025
2	09.66	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	5	Expocentro de Pombal		08/02/2025
3	09.82	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	4	Expocentro de Pombal		15/02/2025
4	09.87	Antonia Freitas	SUB-18	GS	1	Forum Braga		05/02/2025
5	09.87	Antonia Freitas	SUB-18	GS	3	Expocentro - Pombal		18/01/2025
6	10.09	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	Expocentro - Pombal		25/01/2025
7	10.18	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	7	Expocentro de Pombal		15/02/2025
8	10.33	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	-1.0	18/01/2025
9	10.34	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	4	Expocentro - Pombal		18/01/2025
10	10.93	Julia Freitas	SUB-18	GS	5	Expocentro - Pombal		18/01/2025

60 metros barreiras Juv-0,76m

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
------	-------	------	---------	-------	-------	-------	-------	------

1	09.49	Antonia Freitas	SUB-18	GS	4	Expocentro de Pombal	01/02/2025
2	09.60	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	3	Expocentro de Pombal	01/02/2025
3	09.66	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	5	Expocentro de Pombal	01/02/2025

80 metros

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	10.66	Gabriela Santos	SUB-16	OLIVAIS	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.3	24/05/2025
2	10.67	Gabriela Santos	SUB-16	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	+1.3	26/04/2025
3	10.70	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	2	Caldas da Rainha	+3.1	31/05/2025
4	10.70	Gabriela Santos	SUB-16	ADAC	4	Viana do Castelo	-0.5	17/05/2025
5	10.82	Gabriela Santos	SUB-16	OLIVAIS	5	Seia	-0.8	14/06/2025
6	10.82	Íris Santos	SUB-16	ASCV	4	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.3	24/05/2025
7	10.83	Gabriela Santos	SUB-16	OLIVAIS	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+0.4	24/05/2025
8	10.87	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	3	Pista Susana Feitor - Rio Maior	+3.7	26/04/2025

9	10.95	Íris Santos	SUB-16	ASCV	4	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+0.4	24/05/2025
10	10.95	Íris Santos	SUB-16	ASCV	1	Complexo desportivo de Febres	+1.1	26/04/2025
11	10.96	Gabriela Santos	SUB-16	OLIVAIS	1	Complexo Desportivo de Febres	-1.2	03/05/2025
12	10.98	Íris Santos	SUB-16	ASCV	2	Vagos	+3.6	31/05/2025
13	10.98	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	2	Complexo Desportivo de Febres	-1.2	03/05/2025
14	11.02	Inês Andrade	SUB-16	OLIVAIS	5	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+0.4	24/05/2025
15	11.03	Inês Andrade	SUB-16	OLIVAIS	2	Complexo desportivo de Febres	+1.1	26/04/2025
16	11.08	Inês Andrade	SUB-16	OLIVAIS	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.9	22/02/2025
17	11.09	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	1	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025
18	11.11	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	2	Estádio Cidade Coimbra	+2.8	19/07/2025
19	11.12	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.3	24/05/2025

20	11.12	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	-1.3	22/02/2025
21	11.22	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	3	Complexo desportivo de Febres	+1.1	26/04/2025
22	11.23	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	7	Caldas da Rainha	+3.1	31/05/2025
23	11.24	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	6	Pista Susana Feitor - Rio Maior	+3.7	26/04/2025
24	11.25	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	5	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.3	24/05/2025
25	11.27	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	8	Lisboa	+1.7	31/05/2025
26	11.28	Íris Santos	SUB-16	ASCV	3	Complexo Desportivo de Febres	-1.2	03/05/2025
27	11.28	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	4	Complexo desportivo de Febres	+1.1	26/04/2025
28	11.31	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.3	22/02/2025
29	11.33	Carolina Mendes	SUB-16	ADAC	5	Beja	+1.0	26/04/2025
30	11.33	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	1	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025
31	11.33	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.3	22/02/2025

32	11.34	Clara Laranjeiro	SUB-14	ASCV	1	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+2.2	24/05/2025
33	11.36	Vitória Ferreira	SUB-16	AAC	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.2	24/05/2025
34	11.37	Íris Santos	SUB-16	ASCV	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	-1.3	22/02/2025
35	11.39	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	3	Pista Susana Feitor - Rio Maior	+4.4	26/04/2025
36	11.43	Pilar Pinto	SUB-14	OLIVAIS	1	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+0.2	24/05/2025
37	11.43	Petra Pinto	SUB-16	OLIVAIS	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.9	22/02/2025
38	11.46	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.9	22/02/2025
39	11.47	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	4	Estádio Cidade Coimbra	+2.8	19/07/2025
40	11.50	Leonor Fabrício	SUB-14	OLIVAIS	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+2.2	24/05/2025
41	11.52	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	2	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025

42	11.54	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	5	Complexo desportivo de Febres	+1.1	26/04/2025
43	11.57	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	1	Estádio Municipal Seia	- 1,3m /s	12/04/2025
44	11.58	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	3	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025
45	11.58	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábuas	-1.3	22/02/2025
46	11.59	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	2	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025
47	11.66	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	4	Complexo Desportivo de Febres	-1.2	03/05/2025
48	11.66	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábuas	+1.9	22/02/2025
49	11.66	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábuas	-1.3	22/02/2025
50	11.67	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	3	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025
51	11.69	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	6	Complexo desportivo de Febres	+1.1	26/04/2025
52	11.69	Leonor Marques	SUB-16	ARC-EAC	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábuas	+0.3	22/02/2025

53	11.70	Luana Graça	SUB-16	ARC-EAC	5	Complexo Desportivo de Febres	-1.2	03/05/2025
54	11.71	Luana Graça	SUB-16	ARC-EAC	6	Estádio Cidade Coimbra	+2.8	19/07/2025
55	11.74	Filipa Salgueiro	SUB-14	GRE-AA	1	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.3	24/05/2025
56	11.75	Gabriela Mesquita	SUB-14	ASCV	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.3	24/05/2025
57	11.77	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	7	Estádio Cidade Coimbra	+2.8	19/07/2025
58	11.87	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	4	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025
59	11.87	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	5	Pista Mário Pinto Claro - Tábuas	-1.3	22/02/2025
60	11.93	Ema Marques	SUB-16	GS	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábuas	+0.6	22/02/2025
61	11.99	Suelem Nunes	SUB-14	OLIVAIS	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+0.2	24/05/2025
62	11.99	Ariana Anishchuk	SUB-16	OLIVAIS	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábuas	+0.6	22/02/2025

63	12.01	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	4	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025
64	12.06	Ariana Anishchuk	SUB-16	OLIVAIS	7	Complexo desportivo de Febres	+1.1	26/04/2025
65	12.08	Heliana Oliveira	SUB-16	AMCRS	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+1.9	22/02/2025
66	12.14	Madalena Calado	SUB-16	NSCPCDX	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+1.9	22/02/2025
67	12.18	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	5	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025
68	12.24	Maria Bento Da Cruz	SUB-14	GS	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.3	24/05/2025
69	12.28	Heliana Oliveira	SUB-16	AMCRS	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.9	24/05/2025
70	12.28	Margarida Figueiredo	SUB-16	CMP	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.3	22/02/2025
71	12.32	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	3	Complexo desportivo de Febres	+1.3	26/04/2025
72	12.34	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	4	Estádio Cidade Coimbra	-0.7	19/07/2025
73	12.38	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.9	22/02/2025

74	12.46	Ana Rodrigues	SUB-16	NSCPCDX	5	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.9	24/05/2025
75	12.48	Laura Castela	SUB-14	NSCPCDX	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	-1.9	24/05/2025
76	12.51	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábuas	+0.6	22/02/2025
77	12.53	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	6	Complexo Desportivo de Febres	-1.2	03/05/2025
78	12.65	Joana Lourenço	SUB-14	GS	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+0.2	24/05/2025
79	12.67	Ana Rodrigues	SUB-16	NSCPCDX	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábuas	+0.6	22/02/2025
80	12.72	Laura Oliveira	SUB-14	ASCV	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+2.2	24/05/2025
81	12.77	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	4	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.3	24/05/2025
82	12.81	Bianca Cravinho	SUB-16	CLUVE	4	Complexo desportivo de Febres	+1.3	26/04/2025

83	12.85	Bianca Cravinho	SUB-16	CLUVE	6	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.9	24/05/2025
84	12.88	Adriana Bastos	SUB-16	ARC-EAC	1	Complexo Desportivo de Febres	-4.0	03/05/2025
85	12.95	Laura Santos	SUB-14	AMCRS	4	Estádio Municipal de Pombal - CNL	-1.9	24/05/2025
86	12.97	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	6	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025
87	12.97	Bianca Cravinho	SUB-16	CLUVE	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+1.9	22/02/2025
88	13.11	Juliana Vitorino	SUB-16	ARC-EAC	2	Complexo Desportivo de Febres	-4.0	03/05/2025
89	13.24	Leonor Silva	SUB-16	GS	3	Complexo Desportivo de Febres	-4.0	03/05/2025
90	13.24	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	5	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+0.6	22/02/2025
91	13.26	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	5	Complexo desportivo de Febres	+1.3	26/04/2025
92	13.43	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	7	Estádio Cidade Coimbra	-0.7	19/07/2025
93	13.47	Bianca Cravinho	SUB-16	CLUVE	4	Complexo Desportivo de Febres	-4.0	03/05/2025

94	13.51	Mariana Cardina	SUB-14	CLUVE	5	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.3	24/05/2025
95	13.51	Mariana Silva	SUB-16	GS	5	Complexo Desportivo de Febres	-4.0	03/05/2025
96	13.58	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	7	Complexo desportivo de Febres	+0.5	05/04/2025
97	13.72	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	6	Complexo Desportivo de Febres	-4.0	03/05/2025
98	14.19	Sofia Simão	SUB-16	ARC-EAC	6	Complexo desportivo de Febres	+1.3	26/04/2025
99	14.38	Sofia Simão	SUB-16	ARC-EAC	5	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	+1.9	22/02/2025
100	15.39	Sara Cardetas	SUB-16	ARC-EAC	8	Estádio Cidade Coimbra	-0.7	19/07/2025
80 metros barreiras 0,76m								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	12.22	Antonia Freitas	SUB-18	CRDE-Centr	4	Matosinhos	+0.9	30/05/2025
2	12.41	Antonia Freitas	SUB-18	CRDE-Centr	1	Matosinhos	-1.2	30/05/2025
3	12.73	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	3	Seia	+0.7	14/06/2025
4	12.76	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	5	Lisboa	+1.5	31/05/2025
5	12.90	Carolina Mendes	SUB-16	ADAC	5	Beja	+1.5	26/04/2025

6	12.97	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.8	24/05/2025
7	13.02	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.0	24/05/2025
8	13.33	Vandércia Gouveia	SUB-14	OLIVAIS	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.8	24/05/2025
9	13.39	Sara Neves	SUB-16	ADAC	2	Viana do Castelo	-0.9	17/05/2025
10	13.61	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	-1.2	05/04/2025
11	13.68	Vandércia Gouveia	SUB-14	OLIVAIS	1	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+2.4	24/05/2025
12	13.75	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	3	Estádio Papa Francisco - Fátima	+2.5	29/03/2025
13	13.88	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	1	Complexo desportivo de Febres	-1.3	05/04/2025
14	14.03	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	1	Estádio Municipal Seia	- 0,2m /s	12/04/2025
15	14.15	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.0	24/05/2025

16	14.27	Guiomar Henrique s	SUB-14	OLIVAIS	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.8	24/05/2025
17	14.36	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	5	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.8	24/05/2025
18	14.43	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	2	Amora - Seixal	+1.8	17/05/2025
19	14.67	Guiomar Henrique s	SUB-14	OLIVAIS	6	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+1.8	24/05/2025
20	14.70	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	1	Complexo Desportivo de Febres	-0.8	03/05/2025
21	14.74	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	5	Estádio Papa Francisco - Fátima	+2.5	29/03/2025
22	14.75	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	6	Estádio Papa Francisco - Fátima	+2.5	29/03/2025
23	14.79	Ariana Anishchuk	SUB-16	OLIVAIS	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+2.4	24/05/2025
24	14.92	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	2	Complexo desportivo de Febres	-1.3	05/04/2025
25	15.00	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	7	Seia	-0.3	14/06/2025

26	15.04	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	2	Estádio Municipal Seia	- 0,2m /s	12/04/2025
27	15.13	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	3	Complexo desportivo de Febres	-1.3	05/04/2025
28	15.15	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	4	Complexo desportivo de Febres	-1.3	05/04/2025
29	15.58	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	3	Complexo desportivo de Febres	-1.2	05/04/2025
30	15.70	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	5	Complexo desportivo de Febres	-1.3	05/04/2025
31	16.92	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	6	Complexo desportivo de Febres	-1.3	05/04/2025
32	17.02	Madalena Calado	SUB-16	NSCPCDX	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	+2.4	24/05/2025
33	17.25	Helena Bandarra	SUB-16	ACDRSQ	2	Complexo Desportivo de Febres	-0.8	03/05/2025
34	17.38	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	4	Complexo desportivo de Febres	-1.2	05/04/2025
35	17.47	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	6	Estádio Papa Francisco - Fátima	+2.1	29/03/2025
36	17.85	Ana Morais	MASTER	SUOV	3	Lousada	+0.9	05/07/2025

37	18.11	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	7	Complexo desportivo de Febres	-1.3	05/04/2025
38	19.53	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	5	Vagos	+3.2	31/05/2025
39	25.14	Graça Simões	MASTER	ARCDVL	6	Lousada	-0.1	05/07/2025
40	26.56	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	6	Complexo desportivo de Febres	-1.2	05/04/2025
100 metros								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	12.41	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	+0.3	24/05/2025
2	12.50	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	2	Leiria e CNL	-0.2	19/07/2025
3	12.66	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	Leiria e CNL	+0.1	19/07/2025
4	12.67	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	-0.7	10/05/2025
5	12.69	Marta Serra	SEN	GRE-AA	5	Vagos (Estádio Municipal)	+2.5	01/06/2025
6	12.76	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	3	Vagos	+1.1	21/06/2025
7	12.77	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	-0.2	21/06/2025
8	12.82	Marta Serra	SEN	GRE-AA	4	Estádio Cidade Coimbra	-0.5	16/07/2025
9	12.83	Marta Serra	SEN	GRE-AA	2	Estádio Cidade Coimbra	-0.4	16/07/2025
10	12.83	Marta Serra	SEN	GRE-AA	7	Leiria	-0.7	12/07/2025
11	12.83	Marta Serra	SEN	GRE-AA	1	Leiria e CNL	-0.6	28/06/2025
12	12.85	Marta Serra	SEN	GRE-AA	2	Leiria e CNL	+0.7	28/06/2025

13	12.86	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	Complexo desportivo de Febres	-0.6	27/04/2025
14	12.91	Diana Bento	SUB-18	AAC	2	Complexo desportivo de Febres	-0.6	27/04/2025
15	12.97	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	Complexo Desportivo de Febres	-0.7	03/05/2025
16	12.98	Diana Bento	SUB-18	AAC	2	Complexo Desportivo de Febres	-0.7	03/05/2025
17	13.01	Diana Bento	SUB-18	AAC	8	Leiria e CNL	+0.6	22/06/2025
18	13.03	Diana Bento	SUB-18	AAC	6	Leiria e CNL	+0.6	22/06/2025
19	13.04	Diana Bento	SUB-18	AAC	2	Estádio Cidade Coimbra	+0.2	16/07/2025
20	13.06	Diana Bento	SUB-18	AAC	6	Beja	-1.0	28/06/2025
21	13.10	Catarina Seabra	SUB-18	ADAC	3	Viana do Castelo	-2.4	17/05/2025
22	13.12	Gabriela Santos	SUB-16	OLIVAIS	1	Leiria e CNL	+0.0	22/06/2025
23	13.13	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	4	Leiria e CNL	+0.7	28/06/2025
24	13.14	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	4	Leiria e CNL	-0.6	28/06/2025
25	13.15	Diana Bento	SUB-18	AAC	6	Estádio Cidade Coimbra	-0.5	16/07/2025
26	13.15	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	2	Leiria e CNL	+0.1	19/07/2025
27	13.15	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	+0.3	24/05/2025

28	13.19	Diana Bento	SUB-18	AAC	1	Estádio Cidade Coimbra	-0.2	16/07/2025
29	13.19	Diana Bento	SUB-18	CRDE-Centr	3	Matosinhos	+0.0	30/05/2025
30	13.19	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	3	Complexo desportivo de Febres	-0.6	27/04/2025
31	13.21	Maria João Gregório	SUB-20	AAC	2	Leiria e CNL	-0.1	19/07/2025
32	13.22	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	-1.0	09/07/2025
33	13.23	Maria João Gregório	SUB-20	AAC	3	Leiria e CNL	+0.1	19/07/2025
34	13.25	Gabriela Santos	SUB-16	OLIVAIS	2	Leiria e CNL	+0.0	22/06/2025
35	13.25	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	4	Vagos	+3.3	21/06/2025
36	13.26	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	5	Leiria e CNL	-0.2	19/07/2025
37	13.28	Maria João Gregório	SUB-20	AAC	6	Leiria e CNL	-0.6	28/06/2025
38	13.30	Maria João Gregório	SUB-20	AAC	4	Estádio Cidade Coimbra	-0.4	16/07/2025
39	13.30	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	4	Estádio Cidade Coimbra	-0.3	16/07/2025
40	13.30	Maria João Gregório	SUB-20	AAC	5	Leiria e CNL	+0.7	28/06/2025
41	13.31	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	7	Estádio Cidade Coimbra	-0.5	16/07/2025
42	13.31	Maria João Gregório	SUB-20	AAC	8	Vários Locais		07/06/2025

43	13.31	Maria João Gregório	SUB-20	AAC	2	Pombal	+3.1	07/06/2025
44	13.34	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	4	Leiria e CNL	+0.1	19/07/2025
45	13.38	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	3	Estádio Cidade Coimbra	+0.2	16/07/2025
46	13.42	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	3	Leiria e CNL	-0.1	19/07/2025
47	13.46	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	3	Complexo Desportivo de Leça da Palmeira	+1.0	02/07/2025
48	13.47	Antonia Freitas	SUB-18	GS	1	Complexo desportivo de Febres	-0.8	27/04/2025
49	13.48	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	3	Leiria e CNL	+0.0	22/06/2025
50	13.48	Antonia Freitas	SUB-18	GS	3	Complexo Desportivo de Febres	-0.7	03/05/2025
51	13.50	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	1	Leiria e CNL	+0.7	22/06/2025
52	13.51	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	6	Leiria e CNL	-0.2	19/07/2025
53	13.54	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	4	Leiria e CNL	+1.3	22/06/2025
54	13.58	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	7	Leiria e CNL	-0.6	28/06/2025
55	13.59	Ana Rita Lopes	SUB-23	GRE-AA	3	Estádio Municipal de Leiria	-0.8	11/06/2025
56	13.61	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	8	Leiria e CNL	+0.7	28/06/2025
57	13.68	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	6	Leiria e CNL	+0.1	19/07/2025
58	13.68	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	3	Branca	-0.5	10/06/2025

59	13.68	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	4	Complexo Desportivo de Febres	-0.7	03/05/2025
60	13.71	Antonia Freitas	SUB-18	GS	5	Vagos (Estádio Municipal)	+2.1	01/06/2025
61	13.74	Julia Freitas	SUB-18	GS	1	Complexo Desportivo de Febres	+0.8	03/05/2025
62	13.74	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	2	Complexo desportivo de Febres	-0.8	27/04/2025
63	13.83	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	7	Leiria e CNL	+0.0	22/06/2025
64	13.84	Liliana Manhente e Iris Santos	MASTER	GRE-AA	6	Maia	-1.3	09/07/2025
65	13.86	Leonor Filipe	SUB-16	ASCV	5	Leiria e CNL	+0.0	22/06/2025
66	13.90	Francisca Silva	SUB-16	CLUVE	3	Leiria e CNL	+0.7	22/06/2025
67	13.93	Matilde Maia	SUB-18	CMP	3	Leiria e CNL	+0.2	28/06/2025
68	13.97	Francisca Silva	SUB-16	GRE-AA	6	Leiria e CNL	+0.0	22/06/2025
69	14.00	Leonor Filipe	SUB-18	CMP	2	Leiria e CNL	+0.1	28/06/2025
70	14.07	Maria Miguel Neto	SUB-16	CLUVE	5	Estádio Cidade Coimbra	+0.2	16/07/2025
71	14.08	Lara Pinto	SUB-20	ARC-EAC	5	Leiria e CNL	+0.2	28/06/2025
72	14.12	Petra Pinto	SUB-18	NSCPCDX	3	Leiria e CNL	+0.1	28/06/2025
73	14.13	Lara Pinto	SUB-16	OLIVAIS	7	Leiria e CNL	+0.0	22/06/2025
74	14.15	Lara Pinto	SUB-18	NSCPCDX	5	Complexo Desportivo de Febres	-0.7	03/05/2025

75	14.17	Lara Pinto	SUB-18	NSCPCDX	6	Leiria e CNL	+0.2	28/06/2025
76	14.17	Iris Tabanez	SUB-18	ASCV	7	Leiria e CNL	+1.3	22/06/2025
77	14.20	Patrícia Silva	SUB-18	GS	4	Complexo desportivo de Febres	-0.6	27/04/2025
78	14.26	Luana Marques	SUB-20	GS	3	Vagos (Estádio Municipal)	+2.9	01/06/2025
79	14.28	Alexandra Vogado	SUB-18	CPTSC	8	Leiria e CNL	+1.3	22/06/2025
80	14.30	Ana Santos	SUB-18	AAC	6	Estádio Cidade Coimbra	+0.2	16/07/2025
81	14.31	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	4	Estádio Cidade Coimbra	-1.3	16/07/2025
82	14.31	Maria Leonor Santos	SUB-20	ACDRSQ	4	Vagos (Estádio Municipal)	+2.9	01/06/2025
83	14.35	Iris Tabanez	SUB-18	ASCV	2	Complexo Desportivo de Febres	+0.8	03/05/2025
84	14.41	Maria Leonor Santos	SUB-20	ACDRSQ	5	Estádio Cidade Coimbra	-0.2	16/07/2025
85	14.41	Patrícia Silva	SUB-18	GS	6	Complexo Desportivo de Febres	-0.7	03/05/2025
86	14.45	Alexandra Vogado	SUB-18	CPTSC	3	Complexo desportivo de Febres	-0.8	27/04/2025
87	14.47	Iris Tabanez	SUB-18	ASCV	6	Vagos (Estádio Municipal)	-0.4	24/05/2025

88	14.61	Ana Santos	SUB-18	AAC	3	Complexo Desportivo de Febres	+0.8	03/05/2025
89	14.62	Luana Marques	SUB-20	GS	5	Estádio Cidade Coimbra	-0.3	16/07/2025
90	14.65	Luana Marques	SUB-20	GS	2	Maia	+0.4	09/07/2025
91	14.66	Matilde Pato	SUB-18	GS	4	Complexo Desportivo de Febres	+0.8	03/05/2025
92	14.67	Aurora Pereira	SUB-18	GS	5	Complexo Desportivo de Febres	+0.8	03/05/2025
93	14.70	Carla Cunha	SUB-18	AMCRS	7	Leiria e CNL	+0.2	28/06/2025
94	14.82	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	3	Estádio Cidade Coimbra	+1.2	19/07/2025
95	14.83	Ana Souto	SUB-18	ACDRSQ	4	Complexo desportivo de Febres	-0.8	27/04/2025
96	14.83	Luana Marques	SUB-20	GS	1	Complexo desportivo de Febres	-0.7	27/04/2025
97	14.87	Matilde Pato	SUB-18	GS	2	Complexo desportivo de Febres	-0.7	27/04/2025
98	14.88	Ana Souto	SUB-18	ACDRSQ	6	Complexo Desportivo de Febres	+0.8	03/05/2025
99	14.93	Alexandra Vogado	SUB-18	CPTSC	7	Complexo Desportivo de Febres	-0.7	03/05/2025

100	15.00	Joana Nora	MASTER GS	7	Estádio Cidade Coimbra	-0.4	16/07/2025
101	15.05	Joana Nora	MASTER GS	2	Lousada	+1.7	05/07/2025
102	15.06	Rafaella Brandão	SUB-18 CLUVE	6	Leiria e CNL	+0.7	22/06/2025
103	15.08	Joana Nora	MASTER GS	3	Complexo desportivo de Febres	-0.7	27/04/2025
104	15.18	Joana Nora	MASTER GS	4	Estádio Cidade Coimbra	+0.1	19/07/2025
105	15.20	Joana Nora	MASTER GS	2	Estádio Cidade Coimbra	-0.4	19/07/2025
106	15.22	Inês Brado	SUB-18 GS	7	Complexo Desportivo de Febres	+0.8	03/05/2025
107	15.32	Rafaella Brandão	SUB-18 CLUVE	6	Estádio Cidade Coimbra	-1.3	16/07/2025
108	16.06	Liliana Silva	MASTER ADR4E	3	Lousada	+0.2	05/07/2025
109	16.11	Liliana Silva	MASTER ADR4E	6	Vagos (Estádio Municipal)	+2.9	01/06/2025
110	16.68	Lara Rodrigues	SUB-23 NSCPCDX	5	Complexo desportivo de Febres	-0.8	27/04/2025
111	16.70	Liliane Vaz	MASTER ARCDVL	5	Lousada	+2.4	05/07/2025
112	16.81	Rita Moura	SUB-18 GRE-AA	6	Complexo desportivo de Febres	-0.8	27/04/2025

113	17.50	Juliana Catarino	MASTER	GS	4	Complexo desportivo de Febres	-0.7	27/04/2025
114	17.58	Janette Ferreira	MASTER	GS	6	Estádio Cidade Coimbra	+1.2	19/07/2025
115	21.34	Emília Nunes	MASTER	CLUVE	7	Estádio Cidade Coimbra	+1.2	19/07/2025
116	14:36	Maria Leonor Santos	SUB-20	ACDRSQ	6	Leiria e CNL	-0.1	19/07/2025
100 metros barreiras 0,76m								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	14.96	Antonia Freitas	SUB-18	GS	1	Leiria e CNL	+0.8	22/06/2025
2	14.98	Antonia Freitas	SUB-18	GS	2	Leiria e CNL	-0.1	22/06/2025
3	15.03	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	7	Lisboa	+2.4	31/05/2025
4	15.05	Antonia Freitas	SUB-18	GS	3	Beja	+0.8	28/06/2025
5	15.05	Antonia Freitas	SUB-18	CRDE-Centr	1	Matosinhos	+0.5	30/05/2025
6	15.14	Antonia Freitas	SUB-18	GS	8	Beja	+0.9	28/06/2025
7	15.57	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	3	Leiria e CNL	+0.8	22/06/2025
8	15.66	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	4	Leiria e CNL	+0.8	22/06/2025
9	15.71	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	2	Estádio Cidade Coimbra	+0.4	16/07/2025
10	15.94	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	3	Beja	+0.1	28/06/2025
11	15.94	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	5	Leiria e CNL	-0.1	22/06/2025
12	16.14	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	1	Lisboa	+1.6	31/05/2025
13	16.18	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Leiria e CNL	+0.5	22/06/2025
14	17.46	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	2	Leiria e CNL	+0.5	22/06/2025

15	17.49	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	4	Estádio Cidade Coimbra	+0.4	16/07/2025
16	17.54	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	1	Leiria e CNL	+1.8	22/06/2025
17	17.61	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	6	Leiria e CNL	+0.8	22/06/2025
18	17.76	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	7	Leiria e CNL	+0.8	22/06/2025
19	20.01	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	8	Estádio Cidade Coimbra	+0.4	16/07/2025

100 metros barreiras 0,84m

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	15.25	Antonia Freitas	SUB-18	GS	1	Vagos	+1.4	19/07/2025
2	15.46	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	+0.4	05/04/2025
3	15.47	Antonia Freitas	SUB-18	GS	1	Complexo Desportivo de Febres	+1.5	04/06/2025
4	16.40	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	5	Leiria	+0.0	12/07/2025
5	16.41	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	2	Complexo desportivo de Febres	+0.4	05/04/2025
6	16.64	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	-0.9	01/06/2025
7	16.91	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	2	Complexo Desportivo de Febres	+1.5	04/06/2025
8	17.09	Julia Freitas	SUB-18	GS	2	Vagos	+1.4	19/07/2025
9	18.09	Julia Freitas	SUB-18	GS	7	Braga	-0.2	16/07/2025
10	19.27	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	4	Complexo desportivo de Febres	+0.4	05/04/2025

11	20.18	Antonia Freitas	SUB-18	GS	8	Braga	-0.2	16/07/2025
12	20.63	Carla Silveira	SUB-23	AAC	3	Complexo desportivo de Febres	-1.9	05/04/2025
13	21.30	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	6	Braga	+0.9	10/05/2025

150 metros

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	19.80	Diana Bento	SUB-18	AAC	1	Estádio Cidade Coimbra	+1.1	13/04/2025
2	19.90	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	3	Vagos	+5.0	14/06/2025
3	20.40	Antonia Freitas	SUB-18	GS	2	Estádio Cidade Coimbra	+1.1	13/04/2025
4	20.57	Gabriela Santos	SUB-16	OLIVAIS	1	Estádio Cidade Coimbra	+1.8	13/04/2025
5	20.69	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	3	Estádio Cidade Coimbra	+1.1	13/04/2025
6	20.75	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	2	Estádio Cidade Coimbra	+1.8	13/04/2025
7	20.98	Inês Andrade	SUB-16	OLIVAIS	1	Estádio Cidade Coimbra	+3.3	13/04/2025
8	21.10	Maria Miguel Neto	SUB-20	ARC-EAC	1	Estádio Cidade Coimbra	+1.4	13/04/2025
9	21.20	Íris Santos	SUB-16	ASCV	3	Estádio Cidade Coimbra	+1.8	13/04/2025

10	21.36	Maria Pinto	SUB-16	NSCPCDX	4	Estádio Cidade Coimbra	+1.8	13/04/2025
11	21.76	Alexandra Vogado	SUB-18	CPTSC	4	Estádio Cidade Coimbra	+1.1	13/04/2025
12	21.85	Ariana Anishchuk	SUB-16	OLIVAIS	2	Estádio Cidade Coimbra	+3.3	13/04/2025
13	22.06	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	1	Arada	+1.9	08/03/2025
14	22.39	Luana Graça	SUB-16	ARC-EAC	3	Estádio Cidade Coimbra	+3.3	13/04/2025
15	23.31	Mya Fernandes	SUB-18	CLUVE	5	Estádio Cidade Coimbra	+1.1	13/04/2025
16	23.62	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	4	Arada	+1.9	08/03/2025
17	23.72	Joana Nora	MASTER	GS	1	Estádio Cidade Coimbra	+1.4	13/04/2025
18	23.74	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	4	Estádio Cidade Coimbra	+3.3	13/04/2025
19	24.24	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	5	Estádio Cidade Coimbra	+3.3	13/04/2025
20	24.25	Juliana Vitorino	SUB-16	ARC-EAC	5	Estádio Cidade Coimbra	+1.8	13/04/2025
21	24.52	Lara Rodrigues	SUB-23	NSCPCDX	1	Estádio Cidade Coimbra	+1.4	13/04/2025

22	25.41	Fabiana Oliveira	SUB-18	GRE-AA	6	Estádio Cidade Coimbra	+1.1	13/04/2025
23	30.39	Cristina Serém	MASTER	GRE-AA	2	Estádio Cidade Coimbra	+1.4	13/04/2025
24	34.12	Ana Fonseca	MASTER	NSCPCDX	3	Estádio Cidade Coimbra	+1.4	13/04/2025
200 metros								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	25.90	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	Complexo Desportivo de Febres	+1.3	04/06/2025
2	25.94	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	3	Leiria e CNL	+0.4	19/07/2025
3	26.04	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	Complexo desportivo de Febres	+0.4	27/04/2025
4	26.07	Ines Jaspe	SUB-20	GRE-AA	4	Leiria	+0.2	12/07/2025
5	26.16	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	4	Expocentro de Pombal		15/02/2025
6	26.68	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	2	Expocentro - Pombal		18/01/2025
7	26.73	Marta Serra	SEN	GRE-AA	3	Expocentro - Pombal		25/01/2025
8	26.74	Diana Bento	SUB-18	AAC	4	Vários Locais		07/06/2025
9	26.74	Diana Bento	SUB-18	AAC	2	Pombal	+1.7	07/06/2025
10	26.79	Marta Serra	SEN	GRE-AA	3	Leiria e CNL	-0.6	28/06/2025
11	26.81	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	Expocentro - Pombal		25/01/2025
12	26.90	Maria João Gregório	SUB-20	AAC	1	Expocentro - Pombal		25/01/2025

13	26.93	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	-0.7	05/04/2025
14	27.11	Diana Bento	SUB-18	AAC	2	Complexo desportivo de Febres	+0.4	27/04/2025
15	27.13	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Lisboa	+0.7	31/05/2025
16	27.13	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	Expocentro - Pombal		05/01/2025
17	27.24	Diana Bento	SUB-18	AAC	5	Beja	+1.1	28/06/2025
18	27.24	Antonia Freitas	SUB-18	GS	3	Complexo desportivo de Febres	+0.4	27/04/2025
19	27.43	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Expocentro - Pombal		18/01/2025
20	27.55	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	5	Leiria e CNL	-0.6	28/06/2025
21	27.62	Maria João Gregório	SUB-20	AAC	2	Leiria e CNL	+0.2	19/07/2025
22	27.68	Maria João Gregório	SUB-20	AAC	6	Leiria e CNL	-0.6	28/06/2025
23	27.69	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	4	Expocentro - Pombal		25/01/2025
24	27.70	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	EM Guarda	+2,8 m/s	22/03/2025
25	27.89	Antonia Freitas	SUB-18	GS	3	Complexo Desportivo de Febres	+1.3	04/06/2025
26	27.99	Julia Freitas	SUB-18	GS	4	Complexo Desportivo de Febres	+1.3	04/06/2025
27	28.00	Ana Rita Lopes	SUB-23	GRE-AA	1	Leiria e CNL	-0.3	28/06/2025
28	28.09	Gabriela Santos	SUB-16	OLIVAIS	1	Leiria e CNL	-0.4	22/06/2025

29	28.09	Antonia Freitas	SUB-18	GS	2	Expocentro - Pombal		05/01/2025
30	28.14	Antonia Freitas	SUB-18	GS	4	Expocentro - Pombal		18/01/2025
31	28.21	Rita Ferreira	SUB-20	ACDRSQ	2	Expocentro - Pombal		05/01/2025
32	28.22	Antonia Freitas	SUB-18	GS	2	Forum Braga		05/02/2025
33	28.26	Julia Freitas	SUB-18	GS	1	Forum Braga		05/02/2025
34	28.29	Ana Rita Lopes	SUB-23	GRE-AA	1	Expocentro - Pombal		25/01/2025
35	28.33	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	3	Braga	+2.5	10/05/2025
36	28.34	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	5	Complexo Desportivo de Febres	+1.3	04/06/2025
37	28.34	Diana Bento	SUB-18	AAC	1	Expocentro - Pombal		11/01/2025
38	28.35	Inês Carvalho	SUB-23	AAC	3	Leiria e CNL	-0.3	28/06/2025
39	28.38	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	4	Complexo desportivo de Febres	+0.4	27/04/2025
40	28.38	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	2	Complexo desportivo de Febres	-0.7	05/04/2025
41	28.39	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	3	E.M. Fontelo	+0.8	06/06/2025
42	28.43	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	3	Pombal		01/03/2025
43	28.46	Julia Freitas	SUB-18	GS	4	Expocentro - Pombal		05/01/2025
44	28.48	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	3	Lisboa	+0.7	31/05/2025
45	28.53	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	8	Leiria e CNL	+0.5	22/06/2025

46	28.58	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	4	Leiria e CNL	+0.2	19/07/2025
47	28.58	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	2	Leiria e CNL	-1.1	22/06/2025
48	28.70	Julia Freitas	SUB-18	GS	5	Expocentro - Pombal		18/01/2025
49	28.76	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	3	Maia	+0.2	09/07/2025
50	28.85	Francisca Amado	SUB-18	CPTSC	1	Complexo desportivo de Febres	-2.1	27/04/2025
51	28.90	Maria Miguel Neto	SUB-20	ARC-EAC	2	Expocentro - Pombal		25/01/2025
52	28.91	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	4	Expocentro - Pombal		11/01/2025
53	29.09	Petra Pinto	SUB-16	OLIVAIS	1	Leiria e CNL	+0.9	22/06/2025
54	29.19	Filipa Pigarro	SUB-23	AAC	3	Expocentro - Pombal		25/01/2025
55	29.25	Filipa Pigarro	SUB-23	AAC	5	Expocentro - Pombal		05/01/2025
56	29.34	Iris Tabanez	SUB-18	ASCV	1	Complexo Desportivo de Febres	+1.3	04/06/2025
57	29.34	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	3	Complexo desportivo de Febres	-0.7	05/04/2025
58	29.35	Iris Santos	SUB-16	ASCV	3	Leiria e CNL	+0.9	22/06/2025
59	29.39	Patrícia Silva	SUB-18	GS	2	Expocentro - Pombal		18/01/2025
60	29.46	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	2	Forum Braga		05/02/2025
61	29.48	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	2	Forum Braga		22/01/2025
62	29.52	Íris Santos	SUB-16	ASCV	1	Expocentro - Pombal		11/01/2025

63	29.58	Aurora Pereira	SUB-18	GS	2	Complexo Desportivo de Febres	+1.3	04/06/2025
64	29.60	Petra Pinto	SUB-16	OLIVAIS	1	Expocentro - Pombal		11/01/2025
65	29.85	Patrícia Silva	SUB-18	GS	6	Complexo Desportivo de Febres	+1.3	04/06/2025
66	29.85	Francisca Silva	SUB-18	CMP	2	Expocentro - Pombal		11/01/2025
67	29.88	Maria Pinto	SUB-16	NSCPCDX	2	Expocentro - Pombal		11/01/2025
68	29.99	Luana Marques	SUB-20	GS	3	Complexo Desportivo de Febres	+1.3	04/06/2025
69	29.99	Maria Leonor Santos	SUB-20	ACDRSQ	3	Expocentro - Pombal		18/01/2025
70	30.01	Patrícia Silva	SUB-18	GS	4	Expocentro - Pombal		11/01/2025
71	30.13	Aurora Pereira	SUB-18	GS	2	Complexo desportivo de Febres	-2.1	27/04/2025
72	30.15	Maria Leonor Santos	SUB-20	ACDRSQ	2	Expocentro - Pombal		25/01/2025
73	30.15	Alexandra Vogado	SUB-18	CPTSC	1	Expocentro - Pombal		11/01/2025
74	30.16	Alexandra Vogado	SUB-18	CPTSC	4	Expocentro - Pombal		18/01/2025
75	30.29	Iris Tabanez	SUB-18	ASCV	7	Leiria e CNL	+0.9	22/06/2025
76	30.29	Maria Leonor Santos	SUB-20	ACDRSQ	7	Estádio Municipal de Leiria	+0.6	18/06/2025
77	30.31	Luana Marques	SUB-20	GS	5	Maia	+0.2	09/07/2025

78	30.34	Luana Marques	SUB-20	GS	2	Vagos	+3.4	21/06/2025
79	30.41	Luana Marques	SUB-20	GS	5	Leiria e CNL	-0.3	28/06/2025
80	30.41	Maria Leonor Santos	SUB-20	ACDRSQ	3	Branca	+1.6	14/05/2025
81	30.44	Luana Marques	SUB-20	GS	5	Vagos	+3.0	19/07/2025
82	30.72	Ana Santos	SUB-18	AAC	6	Expocentro - Pombal		25/01/2025
83	30.81	Ana Souto	SUB-18	ACDRSQ	3	Complexo desportivo de Febres	-2.1	27/04/2025
84	30.90	Heliana Oliveira	SUB-16	AMCRS	4	Expocentro - Pombal		11/01/2025
85	30.98	Iris Tabanez	SUB-18	ASCV	2	Expocentro - Pombal		11/01/2025
86	31.10	Maria Leonor Santos	SUB-20	ACDRSQ	3	Expocentro - Pombal		05/01/2025
87	31.34	Carla Silveira	SUB-23	AAC	3	Complexo desportivo de Febres	-0.6	05/04/2025
88	31.45	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	4	Complexo Desportivo de Febres	+1.3	04/06/2025
89	31.70	Alexandra Denysov	SUB-23	ARC-EAC	4	Expocentro - Pombal		25/01/2025
90	31.71	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	5	Expocentro - Pombal		11/01/2025
91	31.73	Júlia Gonçalves	SUB-18	OLIVAIS	5	Expocentro - Pombal		18/01/2025
92	31.75	Inês Brado	SUB-18	GS	3	Expocentro - Pombal		11/01/2025
93	32.12	Joana Nora	MASTER	GS	5	Complexo Desportivo de Febres	+1.3	04/06/2025

94	32.31	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	4	Complexo desportivo de Febres	-2.1	27/04/2025
95	32.40	Anabela Marques	MASTER	ADCX	4	Pombal		01/03/2025
96	32.62	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	6	Estádio Papa Francisco - Fátima	+2.1	29/03/2025
97	32.67	Luana Marques	SUB-20	GS	5	Expocentro - Pombal		05/01/2025
98	32.70	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	5	Expocentro - Pombal		25/01/2025
99	33.41	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	4	Expocentro - Pombal		11/01/2025
100	33.82	Lara Rodrigues	SUB-23	NSCPCDX	5	Complexo desportivo de Febres	-2.1	27/04/2025
101	34.29	Leonor Silva	SUB-16	GS	6	Expocentro - Pombal		11/01/2025
102	34.36	Liliana Silva	MASTER	ADR4E	7	Vagos	+3.4	21/06/2025
103	34.36	Mariana Silva	SUB-16	GS	5	Expocentro - Pombal		11/01/2025
104	34.56	Liliana Silva	MASTER	ADR4E	5	Expocentro - Pombal		25/01/2025
105	34.57	Liliana Silva	MASTER	ADR4E	3	Pombal		01/03/2025
106	34.70	Liliana Silva	MASTER	ADR4E	4	Lousada	+2.7	05/07/2025
107	35.55	Liliane Vaz	MASTER	ARCDVL	2	Lousada	+1.3	05/07/2025
108	46.12	Emília Nunes	MASTER	CLUVE	4	Lousada	+1.4	05/07/2025

300 metros

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	41.56	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	Expocentro de Pombal		01/02/2025
2	42.73	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	2	Expocentro - Pombal		11/01/2025
3	43.29	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	2	Expocentro de Pombal		01/02/2025
4	43.75	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Expocentro - Pombal		11/01/2025
5	44.35	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	1	Estádio Municipal de Pombal - CNL		24/05/2025
6	44.67	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	1	Complexo Desportivo de Febres		03/05/2025
7	44.79	Antonia Freitas	SUB-18	GS	1	Expocentro - Pombal		11/01/2025
8	44.97	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	2	E.M. Fontelo		06/06/2025
9	45.21	Antonia Freitas	SUB-18	GS	5	Expocentro de Pombal		01/02/2025
10	45.33	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	2	Caldas da Rainha		31/05/2025
11	45.50	Matilde Maia	SUB-16	ADAC	7	Viana do Castelo		17/05/2025
12	45.50	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	2	Complexo Desportivo de Febres		03/05/2025
13	45.53	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	3	Expocentro - Pombal		11/01/2025
14	45.56	Gabriela Santos	SUB-16	OLIVAIS	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL		24/05/2025

15	45.62	Petra Pinto	SUB-16	OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal	15/03/2025
16	45.73	Julia Freitas	SUB-18	GS	3	Expocentro - Pombal	11/01/2025
17	45.76	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	1	Expocentro - Pombal	11/01/2025
18	45.80	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	3	Expocentro - Pombal	15/03/2025
19	45.80	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	3	Forum Braga	18/01/2025
20	46.03	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	2	Estádio Papa Francisco - Fátima	29/03/2025
21	46.07	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
22	46.14	Petra Pinto	SUB-16	OLIVAIS	4	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
23	46.19	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	4	Expocentro - Pombal	11/01/2025
24	46.47	Petra Pinto	SUB-16	OLIVAIS	3	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
25	46.52	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	4	Vagos	15/03/2025
26	46.85	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	5	Caldas da Rainha	31/05/2025
27	47.17	Petra Pinto	SUB-16	OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal	11/01/2025

28	47.21	Inês Neto	SUB-16	OLIVAIS	1	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
29	47.40	Gabriela Santos	SUB-16	OLIVAIS	4	Expocentro - Pombal	15/03/2025
30	47.41	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	1	Estádio Papa Francisco - Fátima	29/03/2025
31	47.51	Íris Santos	SUB-16	ASCV	3	Expocentro - Pombal	11/01/2025
32	47.55	Francisca Amado	SUB-18	CPTSC	5	Expocentro - Pombal	11/01/2025
33	47.58	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	4	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
34	47.89	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	1	Vagos	15/03/2025
35	48.01	Íris Santos	SUB-16	ASCV	5	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
36	48.11	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	6	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
37	48.57	Ana Santos	SUB-18	AAC	1	Expocentro - Pombal	11/01/2025
38	48.72	Íris Santos	SUB-16	ASCV	4	Vagos	31/05/2025
39	48.89	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	2	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
40	50.08	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	5	Expocentro - Pombal	11/01/2025
41	50.77	Íris Tabanez	SUB-18	ASCV	3	Expocentro - Pombal	11/01/2025

42	50.77	Inês Brado	SUB-18	GS	1	Expocentro - Pombal	11/01/2025
43	51.70	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	6	Estádio Papa Francisco - Fátima	29/03/2025
44	52.28	Beatriz Fonseca	SUB-16	NSCPCDX	4	Expocentro - Pombal	11/01/2025
45	52.68	Madalena Calado	SUB-16	NSCPCDX	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
46	52.97	Madalena Calado	SUB-16	NSCPCDX	3	Expocentro - Pombal	11/01/2025
47	53.10	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	6	Estádio Papa Francisco - Fátima	29/03/2025
48	53.69	Leonor Silva	SUB-16	GS	3	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
49	54.04	Leonor Silva	SUB-16	GS	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
50	54.12	Mariana Silva	SUB-16	GS	4	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
51	54.14	Leonor Silva	SUB-16	GS	6	Vagos	31/05/2025
52	54.89	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	6	Expocentro - Pombal	11/01/2025
53	54.95	Mariana Silva	SUB-16	GS	5	Vagos	31/05/2025
54	57.69	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	7	Vagos	15/03/2025

55	59.30	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	5	Expocentro - Pombal	11/01/2025	
56	59.46	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	8	Estádio Papa Francisco - Fátima	29/03/2025	
300 metros barreiras 0,76m								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	45.47	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Estádio Cidade Coimbra		13/04/2025
2	49.11	Julia Freitas	SUB-18	GS	2	Estádio Cidade Coimbra		13/04/2025
3	49.78	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	1	Estádio Municipal de Pombal - CNL		24/05/2025
4	50.01	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	5	Seia		14/06/2025
5	50.13	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	1	Complexo Desportivo de Febres		03/05/2025
6	50.14	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	1	Pista Susana Feitor - Rio Maior		26/04/2025
7	51.30	Petra Pinto	SUB-16	OLIVAIS	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL		24/05/2025
8	52.23	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	4	Seia		14/06/2025
9	52.37	Petra Pinto	SUB-16	OLIVAIS	2	Complexo Desportivo de Febres		03/05/2025

10	53.23	Matilde Maia	SUB-16	ADAC	6	Viana do Castelo	17/05/2025
11	53.44	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	4	Pista Susana Feitor - Rio Maior	26/04/2025
12	54.19	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	3	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
13	54.64	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	5	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
14	55.31	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	1	EM Guarda	22/03/2025
15	55.84	Ariana Anishchuk	SUB-16	OLIVAIS	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
16	57.20	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	6	Pista Susana Feitor - Rio Maior	26/04/2025
17	57.87	Petra Pinto	SUB-16	OLIVAIS	2	EM Guarda	22/03/2025
18	01:09.65	Ana Morais	MASTER	SUOV	2	Lousada	05/07/2025
400 metros							
1	56.95	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	Leiria e CNL	22/06/2025
2	57.79	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	3	Beja	28/06/2025
3	57.97	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	Estádio Municipal de Leiria	11/06/2025
4	58.10	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	Expocentro de Pombal	15/02/2025
5	58.14	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	4	Leiria	12/07/2025

6	58.68	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	24/05/2025
7	59.42	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	2	Expocentro - Pombal	25/01/2025
8	59.50	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	3	Leiria e CNL	22/06/2025
9	59.52	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	4	Expocentro de Pombal	08/02/2025
10	60.41	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	7	Beja	28/06/2025
11	60.48	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	Expocentro - Pombal	18/01/2025
12	61.42	Andreia Eliseu	SEN	GRE-AA	3	Expocentro - Pombal	25/01/2025
13	61.68	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	1	Vagos	11/01/2025
14	62.87	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal	18/01/2025
15	63.44	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	3	Expocentro - Pombal	18/01/2025
16	64.23	Filipa Pigarro	SUB-23	AAC	2	Forum Braga	08/02/2025
17	64.70	Maria João Gregório	SUB-20	AAC	1	Expocentro - Pombal	25/01/2025
18	64.93	Katerina Silerova	SEN	AAC	5	Expocentro - Pombal	12/01/2025
19	65.15	Filipa Pigarro	SUB-23	AAC	1	Expocentro - Pombal	25/01/2025
20	65.16	Julia Freitas	SUB-18	GS	1	Braga	16/07/2025
21	65.33	Ana Luísa Silva	SUB-20	ACDRSQ	2	Expocentro - Pombal	25/01/2025
22	65.90	Ana Rita Lopes	SUB-23	GRE-AA	7	Estádio Municipal de Leiria	11/06/2025

23	01:05.97	Filipa Pigarro	SUB-23	AAC	5	Estádio 1º de Maio - INATEL	0	01/05/2025
24	66.28	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	4	Vagos		21/06/2025
25	66.38	Filipa Pigarro	SUB-23	AAC	10	Vários Locais		07/06/2025
26	66.38	Filipa Pigarro	SUB-23	AAC	2	Pombal		07/06/2025
27	01:06.44	Ana Rita Lopes	SUB-23	GRE-AA	5	Leiria e CNL		28/06/2025
28	66.63	Filipa Pigarro	SUB-23	AAC	4	Vagos (Estádio Municipal)		01/06/2025
29	66.73	Katerina Silerova	SEN	AAC	10	Forum Braga e Expocentro Pombal		18/01/2025
30	66.73	Katerina Silerova	SEN	AAC	2	Expocentro - Pombal		18/01/2025
31	67.22	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	6	Vagos (Estádio Municipal)		01/06/2025
32	68.30	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	1	Forum Braga		19/02/2025
33	68.97	Aurora Pereira	SUB-18	GS	3	Expocentro - Pombal		25/01/2025
34	01:09.88	Luana Marques	SUB-20	GS	7	Leiria e CNL		28/06/2025
35	71.85	Rita Leal	MASTER	ADCX	3	Pombal		01/03/2025
36	72.53	Maria Leonor Santos	SUB-20	ACDRSQ	18	Forum Braga e Expocentro Pombal		18/01/2025

37	72.53	Maria Leonor Santos	SUB-20	ACDRSQ	5	Expocentro - Pombal	18/01/2025
38	01:13.70	Maria Leonor Santos	SUB-20	ACDRSQ	4	Leiria e CNL	19/07/2025
39	74.15	Anabela Marques	MASTER	ADCX	5	Pombal	01/03/2025
40	76.05	Luana Marques	SUB-20	GS	4	Expocentro - Pombal	25/01/2025
41	76.65	Tania Pinto	MASTER	GRE-AA	4	Pombal	01/03/2025
42	86.59	Catarina Mendes	SUB-10	ACDRSQ	1	Expocentro - Pombal	15/03/2025
43	01:33.49	Zenaide Alves	MASTER	ARSM	4	Lousada	05/07/2025
44	96.43	Beatriz Marques	SUB-10	ACDRSQ	2	Expocentro - Pombal	15/03/2025
45	01:41.88	Cristiana Mendes	SUB-10	ACDRSQ	3	Expocentro - Pombal	15/03/2025

400 metros barreiras 0,76m

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	63.43	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	2	Estádio Cidade Coimbra		16/07/2025
2	01:03.88	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	E.M. Fontelo		06/06/2025
3	64.14	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	3	Vagos (Estádio Municipal)		01/06/2025
4	01:04.24	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	Leiria e CNL		22/06/2025
5	64.63	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	3	Leiria		12/07/2025

6	65.42	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	Estádio Municipal de Marinha Grande	+3.6	10/05/2025
7	65.51	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Complexo Desportivo de Febres		03/05/2025
8	65.86	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres		27/04/2025
9	66.12	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	1	Branca		14/05/2025
10	67.00	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	4	Beja		28/06/2025
11	68.26	Iara Ferreira	SUB-18	ADAC	6	Viana do Castelo		17/05/2025
12	69.15	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	4	Estádio Cidade Coimbra		16/07/2025
13	70.39	Julia Freitas	SUB-18	GS	4	Beja		28/06/2025
14	01:10.70	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	3	Complexo Desportivo de Leça da Palmeira		02/07/2025
15	70.77	Julia Freitas	SUB-18	GS	2	Complexo desportivo de Febres		27/04/2025
16	01:12.82	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	4	Maia		25/06/2025
17	01:12.92	Julia Freitas	SUB-18	GS	3	Leiria e CNL		22/06/2025
18	73.30	Julia Freitas	SUB-18	GS	4	Vagos (Estádio Municipal)		01/06/2025
19	73.43	Julia Freitas	SUB-18	GS	2	Vagos		19/07/2025

20	01:13.80	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	1	Lousada Maia	15/06/2025	
21	73.84	Julia Freitas	SUB-18	GS	4	Lousada Maia	15/06/2025	
22	75.87	Julia Freitas	SUB-18	GS	2	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025	
23	89.64	Miriam Lourenço	SUB-18	CMP	3	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025	
24	01:37.78	Vanda Ribeiro	MASTER	GRE-AA	1	Estádio Municipal Seia	12/04/2025	
400 metros barreiras 0,84m								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	01:03.82	Catarina Seabra	SUB-18	GRE-AA	2	Estádio Municipal de Leiria		18/06/2025
500 metros								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	01:38.10	Petra Gonçalves	SUB-12	GRE-AA	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		22/02/2025
2	01:47.75	Mafalda Pinto	SUB-10	CLUVE	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		22/02/2025
3	01:50.03	Diana Gomes	SUB-12	AMCRS	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		22/02/2025
4	01:57.50	Maria Rita Correia	SUB-12	AMCRS	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		22/02/2025
5	02:03.98	Emanuel Brandão	SUB-10	CLUVE	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		22/02/2025

6	02:06. 73	Victória Ferreira	SUB-12	CDP-C	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025	
7	02:09. 64	Francisca Caetano	SUB-12	CLUVE	5	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025	
8	02:12. 19	Ana Rita Santos	SUB-10	GRE-AA	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025	
9	02:16. 18	Clara Bastos	SUB-10	CDP-C	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025	
10	02:18. 66	Constança Caetano	SUB-10	CLUVE	5	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025	
11	02:19. 88	Bianca Simões	SUB-10	CPTSC	6	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025	
12	02:38. 80	Madalena Laranjeira	SUB-10	CDP-C	7	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025	
13	02:50. 73	Carolina Silva	SUB-10	CPTSC	8	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025	
14	02:57. 15	Ísis Henriques	SUB-10	CPTSC	9	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025	
15	03:47. 47	Maria Júlia Catarino	SUB-10	GS	10	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025	
600 metros								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	01:48. 80	Pilar Pinto	SUB-14	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres		26/04/2025

2	01:49.51	Suelem Nunes	SUB-14	OLIVAIS	2	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
3	01:51.99	Gabriela Faria	SUB-14	ACDRSQ	3	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
4	01:52.37	Pilar Pinto	SUB-14	OLIVAIS	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
5	01:52.69	Beatriz Rosa	SUB-14	GS	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
6	01:52.70	Suelem Nunes	SUB-14	OLIVAIS	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
7	01:54.93	Joana Freire	SUB-14	CLUVE	3	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
8	01:55.00	Joana Freire	SUB-14	CLUVE	4	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
9	01:55.53	Lorena Soldan	SUB-14	CLUVE	4	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
10	01:59.09	Laura Oliveira	SUB-14	ASCV	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
11	02:00.88	Filipa Salgueiro	SUB-14	GRE-AA	5	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
12	02:00.92	Joana Freire	SUB-14	CLUVE	5	Arada	08/03/2025
13	02:00.99	Leonor Fabrício	SUB-14	OLIVAIS	6	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025

14	02:01.11	Nelsa Camarinho	SUB-16	GS	9	Braga	16/07/2025
15	02:01.67	Lorena Soldan	SUB-14	CLUVE	5	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
16	02:03.60	Filipa Salgueiro	SUB-14	GRE-AA	6	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
17	02:05.70	Vandércia Gouveia	SUB-14	OLIVAIS	7	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
18	02:05.96	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	7	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
19	02:06.07	Carlota Santos	SUB-14	NSCPCDX	8	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
20	02:06.53	Laura Oliveira	SUB-14	ASCV	8	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
21	02:10.13	Morgane Salvador	SUB-14	ASCV	9	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
22	02:10.73	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	9	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
23	02:10.85	Edissa Rita	SUB-14	OLIVAIS	10	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
24	02:11.74	Gabriela Mesquita	SUB-14	ASCV	10	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
25	02:11.98	Gabriela Mesquita	SUB-14	ASCV	11	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025

26	02:12. 34	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	12	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
27	02:12. 69	Laura Silva	SUB-14	SCP-C	11	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
28	02:13. 53	Clara Laranjeiro	SUB-14	ASCV	13	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
29	02:15. 98	Juliana Custódio	SUB-14	IND	8	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
30	02:16. 43	Sara Neto	SUB-14	OLIVAIS	13	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
31	02:17. 15	Mafalda Pinto	SUB-10	CLUVE	2	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
32	02:17. 93	Joana Lourenço	SUB-14	GS	14	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
33	02:18. 48	Morgane Salvador	SUB-14	ASCV	14	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
34	02:19. 99	Inês Lusitano	SUB-12	GS	3	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
35	02:20. 82	Juliana Alves	SUB-14	ARCE	10	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
36	02:21. 23	Diana Gomes	SUB-12	AMCRS	5	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025

37	02:24. 12	Francisca Caetano	SUB-12	CLUVE	6	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
38	02:26. 30	Emanuel a Brandão	SUB-10	CLUVE	3	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
39	02:26. 43	Cátia Tavares	SUB-14	ASCV	15	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
40	02:28. 07	Magna Marques	SUB-12	GS	4	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
41	02:28. 40	Marisa Alves	SUB-12	ARCE	8	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
42	02:29. 46	Lucia Vargas	SUB-14	ASCV	15	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
43	02:30. 93	Maria Rita Correia	SUB-12	AMCRS	9	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
44	02:32. 35	Mariana Cardina	SUB-14	CLUVE	16	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
45	02:33. 98	Francisca Santos	SUB-14	SCP-C	17	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
46	02:34. 66	Rita Melo	SUB-12	CPTSC	5	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
47	02:42. 10	Emanuel a Melo	SUB-12	CLUVE	10	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025

48	02:48. 50	Alícia Morais	SUB-12	GS	6	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025	
49	02:50. 82	Leonor Vargas	SUB-12	ASCV	7	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025	
50	03:29. 59	Letícia Pereira	SUB-10	GS	8	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025	
51	01:48. 30	Beatriz Rosa	SUB-14	GS	2	Braga	16/07/2025	
52	01:50. 22	Maria Inês Santos	SUB-16	GS	4	Braga	16/07/2025	
800 metros								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	02:12. 39	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	3	Maia		11/06/2025
2	02:13. 44	Joana Ogura	SEN	GRE-AA	7	Expocentro de Pombal		22/02/2025
3	02:14. 23	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	4	Expocentro de Pombal		08/02/2025
4	02:14. 40	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	6	Coimbra		05/07/2025
5	02:15. 37	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	2	Forum Braga		01/03/2025
6	02:15. 62	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	10	Expocentro de Pombal		22/02/2025
7	02:17. 54	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	2	Leiria e CNL		28/06/2025
8	02:17. 64	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	3	Leiria		12/07/2025
9	02:18. 71	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	5	Estádio Cidade Coimbra		16/07/2025

10	02:20. 29	Joana Ogura	SEN	GRE-AA	1	VENDAS NOVAS	05/07/2025
11	02:21. 54	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Expocentro - Pombal	16/03/2025
12	02:21. 60	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	1	Expocentro - Pombal	25/01/2025
13	02:21. 80	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Lisboa	31/05/2025
14	02:24. 34	Leonor Marques	SUB-16	ARC-EAC	2	Beja	28/06/2025
15	02:24. 76	Leonor Marques	SUB-16	ARC-EAC	1	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
16	02:26. 08	Leonor Marques	SUB-16	ARC-EAC	2	Leiria e CNL	22/06/2025
17	02:27. 49	Leonor Marques	SUB-16	ADAC	7	Viana do Castelo	17/05/2025
18	02:27. 86	Leonor Marques	SUB-16	ARC-EAC	14	Seia	14/06/2025
19	02:28. 07	Filipa Pigarro	SUB-23	AAC	4	Forum Braga	08/02/2025
20	02:28. 79	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	3	Lisboa	31/05/2025
21	02:28. 83	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	2	Leiria e CNL	19/07/2025
22	02:28. 84	Beatriz Rosa	SUB-14	GS	4	Vagos	31/05/2025
23	02:29. 00	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
24	02:29. 44	Filipa Pigarro	SUB-23	AAC	3	Forum Braga e Expocentro Pombal	18/01/2025

25	02:29. 44	Filipa Pigarro	SUB-23	AAC	3	Expocentro - Pombal	18/01/2025
26	02:29. 47	Leonor Marques	SUB-16	ARC-EAC	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
27	02:29. 56	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Forum Braga	25/01/2025
28	02:29. 78	Ema Marques	SUB-16	GS	5	Vagos	31/05/2025
29	02:30. 02	Filipa Pigarro	SUB-23	AAC	3	Expocentro - Pombal	25/01/2025
30	02:30. 35	Leonor Marques	SUB-16	ARC-EAC	1	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
31	02:31	Margarida Crasto	SUB-12	NSCPCDX	9	Eiras - Coimbra	12/04/2025
32	02:31. 18	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Expocentro - Pombal	04/01/2025
33	02:31. 36	Ema Marques	SUB-16	GS	3	Leiria e CNL	22/06/2025
34	02:31. 84	Ema Marques	SUB-16	GS	6	Seia	14/06/2025
35	02:31. 99	Inês Neto	SUB-16	OLIVAIS	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
36	02:32. 03	Beatriz Rosa	SUB-14	GS	1	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
37	02:32. 03	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	2	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
38	02:32. 32	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	3	Forum Braga	25/01/2025

39	02:32. 43	Ema Marques	SUB-16	GS	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
40	02:32. 53	Maria Inês Santos	SUB-16	GS	7	Braga	04/06/2025
41	02:32. 59	Inês Cruz	SUB-16	ASCV	11	Vagos	31/05/2025
42	02:32. 82	Inês Cruz	SUB-16	ASCV	2	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
43	02:32. 97	Maria Inês Santos	SUB-16	GS	12	Vagos	31/05/2025
44	02:33. 14	Ana Luísa Silva	SUB-20	ACDRSQ	5	Forum Braga e Expocentro Pombal	18/01/2025
45	02:33. 14	Ana Luísa Silva	SUB-20	ACDRSQ	5	Expocentro - Pombal	18/01/2025
46	02:33. 55	Inês Cruz	SUB-16	ASCV	3	Expocentro - Pombal	11/01/2025
47	02:33. 99	Inês Neto	SUB-16	OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal	16/03/2025
48	02:34. 17	Inês Neto	SUB-16	OLIVAIS	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
49	02:34. 30	Suelem Nunes	SUB-14	OLIVAIS	1	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
50	02:34. 64	Leonor Marques	SUB-16	ARC-EAC	1	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025

51	02:34. 69	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	2	Estádio Cidade Coimbra	16/07/2025
52	02:34. 69	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	3	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
53	02:34. 71	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	1	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
54	02:34. 83	Inês Neto	SUB-16	OLIVAIS	4	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
55	02:35. 44	Maria Inês Santos	SUB-16	GS	4	Expocentro - Pombal	11/01/2025
56	02:35. 81	Inês Neto	SUB-16	OLIVAIS	13	Seia	14/06/2025
57	02:36. 17	Gabriela Faria	SUB-14	ACDRSQ	4	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
58	02:36. 47	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	3	Lisboa	31/05/2025
59	02:36. 77	Ema Marques	SUB-16	GS	2	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
60	02:37. 17	Ana Luísa Silva	SUB-20	ACDRSQ	1	Expocentro - Pombal	18/01/2025
61	02:37. 19	Maria Inês Santos	SUB-16	GS	3	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
62	02:37. 27	Inês Cruz	SUB-16	ASCV	4	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
63	02:37. 31	Clara Silva	SUB-16	GS	1	Expocentro - Pombal	11/01/2025

64	02:37. 54	Vanda Ribeiro	MASTER	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	11/01/2025
65	02:38. 76	Clara Silva	SUB-16	GS	5	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
66	02:38. 98	Inês Neto	SUB-16	OLIVAIS	5	Expocentro - Pombal	11/01/2025
67	02:39. 20	Clara Silva	SUB-16	GS	15	Vagos	31/05/2025
68	02:39. 24	Inês Neto	SUB-16	OLIVAIS	8	Leiria e CNL	22/06/2025
69	02:39. 92	Petra Pinto	SUB-16	OLIVAIS	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
70	02:39. 99	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	4	Expocentro - Pombal	04/01/2025
71	02:40. 45	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	6	Expocentro - Pombal	11/01/2025
72	02:41. 27	Francisca Amado	SUB-18	CPTSC	4	Expocentro - Pombal	25/01/2025
73	02:41. 33	Pilar Pinto	SUB-14	OLIVAIS	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
74	02:41. 53	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	6	Vagos	15/03/2025
75	02:41. 64	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	2	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
76	02:41. 83	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
77	02:42. 07	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	3	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025

78	02:42. 68	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	4	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
79	02:43. 22	Francisca Amado	SUB-18	CPTSC	9	Leiria e CNL	22/06/2025
80	02:43. 57	Carolina Mendes	SUB-16	ADAC	4	Beja	26/04/2025
81	02:43. 94	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
82	02:44. 83	Petra Pinto	SUB-16	OLIVAIS	5	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
83	02:46. 06	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	5	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
84	02:46. 51	Leonor Bernardo	SUB-16	ARC-EAC	6	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
85	02:46. 68	Ana Santos	SUB-18	AAC	1	Expocentro - Pombal	16/03/2025
86	02:46. 88	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	9	Vagos	15/03/2025
87	02:47. 78	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
88	02:47. 99	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	2	Amora - Seixal	17/05/2025
89	02:48. 79	Francisca Silva	SUB-18	CMP	3	Expocentro - Pombal	04/01/2025
90	02:49. 19	Alexandra Querido	SUB-16	NSCPCDX	2	Expocentro - Pombal	11/01/2025

91	02:49. 61	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	5	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
92	02:49. 65	Filipa Salgueiro	SUB-14	GRE-AA	4	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
93	02:49. 80	Beatriz Fonseca	SUB-16	NSCPCDX	8	Expocentro - Pombal	11/01/2025
94	02:50. 05	Beatriz Fonseca	SUB-16	NSCPCDX	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
95	02:50. 30	Alexandra Querido	SUB-16	NSCPCDX	10	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
96	02:50. 63	Miriam Lourenço	SUB-18	CMP	3	Leiria e CNL	19/07/2025
97	02:50. 79	Tania Pinto	MASTER	GRE-AA	3	E.M. Fontelo	11/01/2025
98	02:50. 99	Ana Santos	SUB-18	AAC	3	Estádio Cidade Coimbra	16/07/2025
99	02:51. 35	Alexandra Querido	SUB-16	NSCPCDX	5	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
100	02:51. 90	Beatriz Fonseca	SUB-16	NSCPCDX	4	Leiria e CNL	22/06/2025
101	02:52. 08	Tania Pinto	MASTER	GRE-AA	2	E.M. Fontelo	21/06/2025
102	02:52. 34	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	4	Estádio Cidade Coimbra	16/07/2025
103	02:52. 68	Matilde Francisco	SUB-16	ACDRSQ	9	Expocentro - Pombal	11/01/2025

104	02:52. 76	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	5	Leiria e CNL	22/06/2025
105	02:52. 83	Nelsa Camarinho	SUB-16	GS	7	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
106	02:53. 25	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	4	Expocentro - Pombal	11/01/2025
107	02:53. 73	Nelsa Camarinho	SUB-16	GS	5	Expocentro - Pombal	11/01/2025
108	02:53. 87	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	3	Braga	10/05/2025
109	02:53. 98	Alexandra Querido	SUB-16	NSCPCDX	6	Leiria e CNL	22/06/2025
110	02:54. 08	Vanda Ribeiro	MASTER	GRE-AA	1	Estádio Municipal Seia	10/05/2025
111	02:54. 43	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	4	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
112	02:54. 54	Matilde Francisco	SUB-16	ACDRSQ	11	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
113	02:55. 36	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	6	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
114	02:55. 50	Miriam Lourenço	SUB-18	CMP	11	Expocentro - Pombal	11/01/2025
115	02:55. 75	Ana Santos	SUB-18	AAC	4	Leiria e CNL	19/07/2025

116	02:56. 22	Beatriz Fonseca	SUB-16	NSCPCDX	12	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
117	02:56. 23	Beatriz Fonseca	SUB-16	NSCPCDX	6	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
118	02:56. 42	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	6	Expocentro - Pombal	04/01/2025
119	02:56. 63	Nelsa Camarin ho	SUB-16	GS	6	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
120	02:56. 66	Madalen a Calado	SUB-16	NSCPCDX	7	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
121	02:56. 79	Lara Neves	SUB-20	ACDRSQ	5	Expocentro - Pombal	25/01/2025
122	02:56. 93	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	8	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
123	02:57. 36	Lara Neves	SUB-20	ACDRSQ	4	Expocentro - Pombal	18/01/2025
124	02:57. 70	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	12	Vagos	15/03/2025
125	02:57. 88	Leonor Fabrício	SUB-14	OLIVAIS	6	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
126	02:58. 48	Beatriz Fonseca	SUB-16	NSCPCDX	10	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
127	02:58. 89	Viktória Ferreira	SUB-16	AAC	7	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025

128	02:59. 38	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	9	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
129	03:00. 55	Nelsa Camarinho	SUB-16	GS	7	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
130	03:00. 55	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	11	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
131	03:01. 38	Lara Rodrigues	SUB-23	NSCPCDX	8	Leiria e CNL	28/06/2025
132	03:01. 76	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	8	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
133	03:03. 04	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	1	Pombal	08/03/2025
134	03:03. 67	Ana Santos	SUB-18	AAC	8	Leiria e CNL	22/06/2025
135	03:04. 29	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	18/01/2025
136	03:04. 54	Matilde Henriques	SUB-18	CMP	5	Leiria e CNL	19/07/2025
137	03:05. 24	Matilde Henriques	SUB-18	CMP	9	Leiria e CNL	28/06/2025
138	03:06. 58	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	10	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
139	03:07. 32	Heliana Oliveira	SUB-16	AMCRS	9	Expocentro - Pombal	04/01/2025
140	03:08. 51	Lara Fernandes	SUB-16	OLIVAIS	12	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025

141	03:08. 69	Bianca Cravinho	SUB-16	CLUVE	6	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
142	03:09. 04	Íris Santos	SUB-16	ASCV	7	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
143	03:09. 24	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	9	Expocentro - Pombal	11/01/2025
144	03:09. 86	Heliana Oliveira	SUB-16	AMCRS	8	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
145	03:11. 16	Sofia Simão	SUB-16	ARC-EAC	9	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
146	03:11. 47	Íris Santos	SUB-16	ASCV	13	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
147	03:11. 48	Bianca Cravinho	SUB-16	CLUVE	9	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
148	03:11. 65	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	10	Leiria e CNL	22/06/2025
149	03:13. 29	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	10	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
150	03:14. 79	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	6	Estádio Cidade Coimbra	16/07/2025
151	03:15. 98	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	12	Caldas da Rainha	31/05/2025

152	03:16.37	Sofia Simão	SUB-16	ARC-EAC	11	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
-----	----------	-----------------------------	--------	---------	----	-----------------------------------	------------

1000 metros								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data

1	03:03.64	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		29/03/2025
---	----------	-------------------------------	--------	---------	---	---------------------------------	--	------------

2	03:04.34	Maria Clara Pires	SUB-18	ARC-EAC	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		29/03/2025
---	----------	-----------------------------------	--------	---------	---	---------------------------------	--	------------

3	03:12.00	Leonor Marques	SUB-16	ARC-EAC	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		29/03/2025
---	----------	--------------------------------	--------	---------	---	---------------------------------	--	------------

4	03:18.26	Ema Marques	SUB-16	GS	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		29/03/2025
---	----------	-----------------------------	--------	----	---	---------------------------------	--	------------

5	03:20.07	Inês Cruz	SUB-16	ASCV	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		29/03/2025
---	----------	---------------------------	--------	------	---	---------------------------------	--	------------

6	03:23.51	Leonor Marques	SUB-16	ARC-EAC	4	Branca		19/04/2025
---	----------	--------------------------------	--------	---------	---	--------	--	------------

7	03:23.81	Joana Freire	SUB-14	CLUVE	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		29/03/2025
---	----------	------------------------------	--------	-------	---	---------------------------------	--	------------

8	03:23.82	Gabriela Faria	SUB-14	ACDRSQ	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		29/03/2025
---	----------	--------------------------------	--------	--------	---	---------------------------------	--	------------

9	03:26.00	Inês Neto	SUB-16	OLIVAIS	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		29/03/2025
---	----------	---------------------------	--------	---------	---	---------------------------------	--	------------

10	03:26.72	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	5	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		29/03/2025
----	----------	------------------------------	--------	--------	---	---------------------------------	--	------------

11	03:27. 58	Joana Freire	SUB-14	CLUVE	4	Vagos	14/06/2025
12	03:28. 65	Francisca Amado	SUB-18	CPTSC	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
13	03:29. 35	Rosário Borges	SUB-18	OLIVAIS	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
14	03:29. 35	Gabriela Faria	SUB-14	ACDRSQ	1	Expocentro - Pombal	15/03/2025
15	03:29. 84	Leonor Bernardo	SUB-16	ARC-EAC	3	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
16	03:29. 92	Petra Pinto	SUB-16	OLIVAIS	6	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
17	03:30. 15	Pilar Pinto	SUB-14	OLIVAIS	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
18	03:31. 12	Clara Silva	SUB-16	GS	7	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
19	03:32. 55	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	1	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
20	03:32. 92	Suelem Nunes	SUB-14	OLIVAIS	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
21	03:36. 55	Suelem Nunes	SUB-14	OLIVAIS	2	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
22	03:36. 77	Laura Oliveira	SUB-14	ASCV	5	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025

23	03:38. 65	Leonor Bernardo	SUB-16	ARC-EAC	8	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
24	03:39. 93	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	9	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
25	03:40. 37	Maria Reais	SUB-14	ADAC	7	Beja	26/04/2025
26	03:41. 79	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	10	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
27	03:42. 84	Juliana Custódio	SUB-14	IND	6	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
28	03:43. 08	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	7	Caldas da Rainha	31/05/2025
29	03:43. 16	Sofia Costa	SUB-18	ARC-EAC	5	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
30	03:44. 58	Nelsa Camarinho	SUB-16	GS	11	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
31	03:44. 72	Filipa Salgueiro	SUB-14	GRE-AA	7	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
32	03:44. 78	Juliana Custódio	SUB-14	IND	4	E.M. Fontelo	09/07/2025
33	03:47. 94	Beatriz Fonseca	SUB-16	NSCPCDX	12	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
34	03:48. 13	Alexandra Querido	SUB-16	NSCPCDX	13	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
35	03:51. 38	Lara Fernandes	SUB-16	OLIVAIS	14	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025

36	03:52. 16	Vandérci a Gouveia	SUB-14	OLIVAIS	4	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
37	03:53. 77	Ariana Anishchy k	SUB-16	OLIVAIS	15	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
38	03:54. 64	Madalen a Calado	SUB-16	NSCPCDX	16	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
39	03:54. 86	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	6	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
40	03:59. 31	Gabriela Mesquit a	SUB-14	ASCV	8	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
41	04:00. 39	Íris Santos	SUB-16	ASCV	17	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
42	04:00. 74	Leonor Fabrício	SUB-14	OLIVAIS	9	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
43	04:01. 39	Morgane Salvador	SUB-14	ASCV	10	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
44	04:02. 09	Juliana Alves	SUB-14	ARCE	6	E.M. Fontelo	09/07/2025
45	04:04. 12	Guiomar Henrique s	SUB-14	OLIVAIS	11	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
46	04:04. 87	Leonor Silva	SUB-16	GS	18	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
47	04:04. 98	Rita Fonseca	SUB-18	NSCPCDX	6	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025

48	04:05. 29	Sofia Simão	SUB-16	ARC-EAC	19	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
49	04:06. 40	Maria Fernandes	SUB-16	CDP-C	20	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
50	04:06. 74	Guiomar Henriques	SUB-14	OLIVAIS	7	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
51	04:07. 30	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	6	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
52	04:07. 46	Sofia Simão	SUB-16	ARC-EAC	7	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
53	04:08. 82	Mariana Silva	SUB-16	GS	21	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
54	04:10. 01	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	12	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
55	04:13. 19	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	8	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
56	04:14. 84	Juliana Alves	SUB-14	ARCE	13	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
57	04:16. 12	Narayana António	SUB-14	OLIVAIS	14	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
58	04:17. 50	Ana Silva	SUB-14	CDP-C	15	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025

59	04:19.84	Maria Bento Da Cruz	SUB-14	GS	9	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
60	04:20.05	Marisa Alves	SUB-12	ARCE	11	E.M. Fontelo	09/07/2025
61	04:21.05	Laura Santos	SUB-14	AMCRS	16	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
62	04:21.06	Stephan e Montoro	SUB-14	GRE-AA	10	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
63	04:24.71	Helena Bandarra	SUB-16	ACDRSQ	2	Expocentro - Pombal	15/03/2025
64	04:29.23	Edissa Rita	SUB-14	OLIVAIS	11	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
65	04:30.17	Sara Neto	SUB-14	OLIVAIS	17	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
66	04:36.58	Lucia Vargas	SUB-14	ASCV	18	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025
67	04:37.01	Laura Castela	SUB-14	NSCPCDX	19	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	29/03/2025

1000 metros marcha

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	05:24.81	Sara Neto	SUB-14	OLIVAIS	1	Expocentro - Pombal		15/03/2025
2	05:55.70	Laura Santos	SUB-14	AMCRS	4	Expocentro - Pombal		15/03/2025
3	06:21.21	Filipa Salgueiro	SUB-14	GRE-AA	5	Expocentro - Pombal		15/03/2025

1500 metros

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
------	-------	------	---------	-------	-------	-------	-------	------

1	04:35. 43	Joana Ogura	SEN	GRE-AA	3	Expocentro de Pombal	08/02/2025
2	04:36. 05	Joana Ogura	SEN	GRE-AA	9	Expocentro de Pombal	22/02/2025
3	04:36. 87	Joana Ogura	SEN	GRE-AA	3	Leiria	12/07/2025
4	04:39. 20	Joana Ogura	SEN	GRE-AA	6	Lisboa	10/06/2025
5	04:39. 32	Clara Pires	SUB-18	ARC-EAC	2	Leiria e CNL	22/06/2025
6	04:43. 11	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	7	Forum Braga	01/03/2025
7	04:43. 13	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	1	Branca	14/05/2025
8	04:48. 04	Maria Clara Pires	SUB-18	ARC-EAC	1	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
9	04:49. 19	Maria Clara Pires	SUB-18	ARC-EAC	5	Expocentro de Pombal	01/02/2025
10	04:50. 05	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	2	Leiria e CNL	28/06/2025
11	04:50. 60	Maria Clara Pires	SUB-18	ARC-EAC	1	Expocentro - Pombal	11/01/2025
12	04:50. 81	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	1	Expocentro - Pombal	25/01/2025
13	04:52. 32	Maria Clara Pires	SUB-18	ADAC	6	Viana do Castelo	17/05/2025
14	04:53. 58	Sandra Protásio	MASTER	AAC	2	Expocentro - Pombal	25/01/2025
15	04:54. 19	Sandra Protásio	MASTER	AAC	3	Forum Braga	08/02/2025
16	05:07. 38	Maria Inês Santos	SUB-16	GS	1	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
17	05:07. 41	Leonor Marques	SUB-16	ADAC	8	Viana do Castelo	17/05/2025

18	05:09. 54	Sandra Protásio	MASTER AAC	5	Vários Locais	07/06/2025
19	05:09. 54	Sandra Protásio	MASTER AAC	2	Pombal	07/06/2025
20	05:11. 73	Leonor Marques	SUB-16 ARC-EAC	5	Expocentro - Pombal	11/01/2025
21	05:14. 03	Inês Cruz	SUB-16 ASCV	6	Expocentro - Pombal	11/01/2025
22	05:15. 43	Maria Inês Santos	SUB-16 GS	7	Expocentro - Pombal	11/01/2025
23	05:15. 91	Leonor Marques	SUB-16 ARC-EAC	1	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
24	05:19. 82	Vanda Ribeiro	MASTER GRE-AA	1	Pombal	01/03/2025
25	05:19. 94	Ema Marques	SUB-16 GS	2	Expocentro - Pombal	11/01/2025
26	05:20. 42	Vanda Inês Santos	SUB-16 GS	8	Braga	21/06/2025
27	05:26. 37	Inês Neto	SUB-16 OLIVAIS	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
28	05:27. 13	Inês Cruz	SUB-16 ASCV	10	Expocentro de Pombal	01/02/2025
29	05:27. 28	Ema Marques	SUB-16 GS	13	Seia	14/06/2025
30	05:27. 75	Vanda Ribeiro	MASTER GRE-AA	2	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
31	05:32. 41	Joana Freire	SUB-14 CLUVE	4	Vagos	15/03/2025
32	05:33. 04	Inês Neto	SUB-16 OLIVAIS	8	Expocentro - Pombal	11/01/2025
33	05:33. 52	Ema Marques	SUB-16 GS	2	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025

34	05:34.07	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
35	05:34.08	Rosário Borges	SUB-18	OLIVAIS	2	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
36	05:35.95	Leonor Bernardo	SUB-16	ARC-EAC	3	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
37	05:38.25	Francisca Amado	SUB-18	CRDE-Centr	10	Matosinhos	30/05/2025
38	05:38.61	Francisca Amado	SUB-18	CPTSC	7	Expocentro - Pombal	25/01/2025
39	05:41.20	Francisca Amado	SUB-18	CPTSC	1	Expocentro - Pombal	18/01/2025
40	05:41.67	Vanda Ribeiro	MASTER	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	06/06/2025
41	05:42.05	Inês Neto	SUB-16	OLIVAIS	5	Leiria e CNL	22/06/2025
42	05:44.98	Francisca Amado	SUB-18	CPTSC	3	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
43	05:47.80	Sofia Costa	SUB-18	ARC-EAC	4	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
44	05:49.76	Nelsa Camarinho	SUB-16	GS	4	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
45	05:52.33	Miriam Lourenço	SUB-18	CMP	2	Leiria e CNL	19/07/2025
46	05:54.22	Nelsa Camarinho	SUB-16	GS	6	Expocentro - Pombal	11/01/2025
47	05:58.98	Vanda Ribeiro	MASTER	GRE-AA	1	Estádio Municipal Seia	12/04/2025

48	05:59. 27	Nelsa Camarinho	SUB-16	GS	7	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
49	06:01. 71	Alexandra Querido	SUB-16	NSCPCDX	5	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
50	06:03. 71	Alexandra Querido	SUB-16	NSCPCDX	8	Expocentro - Pombal	11/01/2025
51	06:06. 34	Mónica Rocha	MASTER	GS	1	Complexo Desportivo de Febres	04/06/2025
52	06:06. 67	Mónica Rocha	MASTER	GS	5	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
53	06:07. 44	Mónica Rocha	MASTER	GS	15	Lousada	05/07/2025
54	06:07. 87	Mónica Rocha	MASTER	GS	12	Pombal	01/03/2025
55	06:08. 11	Alexandra Querido	SUB-16	NSCPCDX	8	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
56	06:12. 14	Mariana Henriques	SUB-18	CMP	3	Leiria e CNL	19/07/2025
57	06:16. 66	Mariana Henriques	SUB-18	CMP	5	Leiria e CNL	28/06/2025
58	06:17. 10	Beatriz Fonseca	SUB-16	NSCPCDX	9	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
59	06:19. 45	Lara Rodrigues	SUB-23	NSCPCDX	6	Leiria e CNL	28/06/2025
60	06:19. 99	Miriam Lourenço	SUB-18	CMP	8	Expocentro - Pombal	05/01/2025
61	06:22. 83	Mariana Henriques	SUB-18	CMP	8	Leiria e CNL	22/06/2025

62	06:26.69	Mya Fernandes	SUB-18	CLUVE	11	Expocentro - Pombal	25/01/2025
63	06:36.47	Lara Rodrigues	SUB-23	NSCPCDX	12	Expocentro - Pombal	25/01/2025
64	06:37.25	Kim Howes	MASTER	CLUVE	4	Pombal	01/03/2025
65	06:37.96	Sofia Simão	SUB-16	ARC-EAC	6	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
66	06:38.86	Sofia Simão	SUB-16	ARC-EAC	10	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
67	06:51.32	Zenaide Alves	MASTER	ARSM	13	Lousada	05/07/2025
68	06:59.62	Juliana Catarino	MASTER	GS	2	Complexo Desportivo de Febres	04/06/2025

1500 metros obstáculos

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	05:19.54	Inês Cruz	SUB-16	ASCV	1	Complexo Desportivo de Febres		03/05/2025
2	05:25.78	Maria Inês Santos	SUB-16	GS	1	Estádio Cidade Coimbra		13/04/2025
3	05:29.15	Maria Inês Santos	SUB-16	GS	2	Complexo Desportivo de Febres		03/05/2025
4	05:30.04	Inês Cruz	SUB-16	ASCV	9	Seia		14/06/2025
5	05:32.10	Inês Santos	SUB-16	GS	11	Seia		14/06/2025
6	05:32.32	Inês Cruz	SUB-16	ADAC	8	Viana do Castelo		17/05/2025
7	05:41.22	Inês Neto	SUB-16	OLIVAIS	4	Seia		14/06/2025

8	05:45. 98	Inês Neto	SUB-16	OLIVAIS	3	Complexo Desportivo de Febres		03/05/2025
9	05:49. 79	Inês Cruz	SUB-16	ASCV	2	Estádio Cidade Coimbra		13/04/2025
10	05:51. 42	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	3	Estádio Cidade Coimbra		13/04/2025
11	05:53. 84	Inês Neto	SUB-16	OLIVAIS	4	Estádio Cidade Coimbra		13/04/2025
12	05:55. 98	Clara Silva	SUB-16	GS	1	Estádio Municipal de Pombal - CNL		24/05/2025
13	05:57. 65	Clara Silva	SUB-16	GS	4	Complexo Desportivo de Febres		03/05/2025
14	06:04. 61	Petra Pinto	SUB-16	OLIVAIS	5	Estádio Cidade Coimbra		13/04/2025
Milha								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	05:05	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	6	Marinha Grande		24/04/2025
2	05:25. 00	Joana Ogura	SEN	GRE-AA	1	Falagueira	0	03/05/2025
3	05:29	Carolina Ribeiro	SUB-23	GRE-AA	1	Eiras - Coimbra		12/04/2025
4	05:40	Leonor Marques	SUB-16	ARC-EAC	1	Tábua		25/04/2025
5	05:43. 40	Maria Inês Santos	SUB-16	GS	4	Marinha Grande		24/04/2025
6	05:45	Leonor Marques	SUB-16	ARC-EAC	1	Eiras - Coimbra		12/04/2025

7	05:48	Gabriela Faria	SUB-14	ACDRSQ	1	Tábua	25/04/2025
8	05:49	Beatriz Rosa	SUB-14	GS	1	Eiras - Coimbra	12/04/2025
9	05:51	Gabriela Faria	SUB-14	ACDRSQ	1	Ceira - Coimbra	19/06/2025
10	05:51	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	1	Eiras - Coimbra	12/04/2025
11	05:53	Gabriela Faria	SUB-14	ACDRSQ	2	Eiras - Coimbra	12/04/2025
12	05:53. 80	Beatriz Rosa	SUB-14	GS	1	Marinha Grande	24/04/2025
13	05:57. 20	Ema Marques	SUB-16	GS	5	Marinha Grande	24/04/2025
14	06:01	Célia Alves	MASTER	ARC-EAC	1	Eiras - Coimbra	12/04/2025
15	06:01	Ema Marques	SUB-16	GS	2	Eiras - Coimbra	12/04/2025
16	06:02	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	1	Ceira - Coimbra	19/06/2025
17	06:03	Joana Freire	SUB-14	CLUVE	2	Tábua	25/04/2025
18	06:05	Vanda Ribeiro	MASTER	GRE-AA	1	Ceira - Coimbra	19/06/2025
19	06:07	Joana Freire	SUB-14	CLUVE	2	Ceira - Coimbra	19/06/2025
20	06:08	Célia Alves	MASTER	ARC-EAC	2	Ceira - Coimbra	19/06/2025
21	06:09	Leonor Bernardo	SUB-16	ARC-EAC	1	Ceira - Coimbra	19/06/2025
22	06:09	Tania Pinto	MASTER	GRE-AA	2	Eiras - Coimbra	12/04/2025
23	06:12	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	3	Eiras - Coimbra	12/04/2025
24	06:16	Laura Oliveira	SUB-14	ASCV	3	Eiras - Coimbra	12/04/2025

25	06:20	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	2	Ceira - Coimbra	19/06/2025
26	06:21	Tania Pinto	MASTER	GRE-AA	3	Ceira - Coimbra	19/06/2025
27	06:23	Francisca Amado	SUB-18	CPTSC	2	Ceira - Coimbra	19/06/2025
28	06:23.70	Nelsa Camarinho	SUB-16	GS	13	Marinha Grande	24/04/2025
29	06:25	Juliana Custódio	SUB-14	IND	4	Eiras - Coimbra	12/04/2025
30	06:27	Francisca Amado	SUB-18	CPTSC	1	Tábua	25/04/2025
31	06:33	Alexandra Vogado	SUB-18	CPTSC	3	Ceira - Coimbra	19/06/2025
32	06:33	Francisca Silva	SUB-18	CMP	2	Tábua	25/04/2025
33	06:34	Juliana Custódio	SUB-14	IND	4	Ceira - Coimbra	19/06/2025
34	06:38	Nelsa Camarinho	SUB-16	GS	5	Eiras - Coimbra	12/04/2025
35	06:39	Beatriz Fonseca	SUB-16	NSCPCDX	6	Eiras - Coimbra	12/04/2025
36	06:40	Francisca Nunes	SUB-18	NSCPCDX	3	Tábua	25/04/2025
37	06:40	Filipa Salgueiro	SUB-14	GRE-AA	5	Eiras - Coimbra	12/04/2025
38	06:41	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	3	Ceira - Coimbra	19/06/2025
39	06:42	Francisca Silva	SUB-18	CMP	2	Eiras - Coimbra	12/04/2025
40	06:42	Gabriela Mesquita	SUB-14	ASCV	6	Eiras - Coimbra	12/04/2025
41	06:43	Mónica Rocha	MASTER	GS	4	Eiras - Coimbra	12/04/2025
42	06:45	Beatriz Fonseca	SUB-16	NSCPCDX	2	Tábua	25/04/2025

43	06:45	Juliana Alves	SUB-14	ARCE	3	Tábua	25/04/2025
44	06:48	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	8	Eiras - Coimbra	12/04/2025
45	06:49	Alexandra Querido	SUB-16	NSCPCDX	3	Tábua	25/04/2025
46	06:49	Francisca Nunes	SUB-18	NSCPCDX	3	Eiras - Coimbra	12/04/2025
47	06:50	Francisca Silva	SUB-18	CMP	4	Ceira - Coimbra	19/06/2025
48	06:52	Miriam Lourenço	SUB-18	CMP	45	Marinha Grande	24/04/2025
49	06:52	Ana Gonçalves	SEN	CMP	1	Tábua	25/04/2025
50	06:52	Alexandra Querido	SUB-16	NSCPCDX	9	Eiras - Coimbra	12/04/2025
51	06:56	Madalena Calado	SUB-16	NSCPCDX	4	Tábua	25/04/2025
52	06:56	Madalena Calado	SUB-16	NSCPCDX	10	Eiras - Coimbra	12/04/2025
53	06:58	Filipa Salgueiro	SUB-14	GRE-AA	5	Ceira - Coimbra	19/06/2025
54	06:58	Carla Martins	MASTER	GS	5	Eiras - Coimbra	12/04/2025
55	06:59	Beatriz Fonseca	SUB-16	NSCPCDX	6	Ceira - Coimbra	19/06/2025
56	07:00	Alexandra Querido	SUB-16	NSCPCDX	7	Ceira - Coimbra	19/06/2025
57	07:01	Mónica Rocha	MASTER	GS	4	Ceira - Coimbra	19/06/2025
58	07:01	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	4	Tábua	25/04/2025
59	07:02	Juliana Alves	SUB-14	ARCE	7	Eiras - Coimbra	12/04/2025
60	07:03	Ana Gonçalves	SEN	CMP	3	Ceira - Coimbra	19/06/2025

61	07:05	Catarina Ferreira	SUB-23	Individual	2	Tábua	25/04/2025
62	07:09	Madalena Calado	SUB-16	NSCPCDX	8	Ceira - Coimbra	19/06/2025
63	07:09	Ana Gonçalves	SEN	CMP	3	Eiras - Coimbra	12/04/2025
64	07:09	Morgane Salvador	SUB-14	ASCV	8	Eiras - Coimbra	12/04/2025
65	07:11	Matilde Henriques	SUB-18	CMP	5	Ceira - Coimbra	19/06/2025
66	07:14	Lara Rodrigues	SUB-23	NSCPCDX	4	Eiras - Coimbra	12/04/2025
67	07:14	Miriam Lourenço	SUB-18	CMP	4	Eiras - Coimbra	12/04/2025
68	07:15	Miriam Lourenço	SUB-18	CMP	4	Tábua	25/04/2025
69	07:18	Francisca Nunes	SUB-18	NSCPCDX	6	Ceira - Coimbra	19/06/2025
70	07:19	Rita Fonseca	SUB-18	NSCPCDX	7	Ceira - Coimbra	19/06/2025
71	07:26	Miriam Duarte	SUB-14	ACDRSQ	6	Ceira - Coimbra	19/06/2025
72	07:26	Lara Rodrigues	SUB-23	NSCPCDX	3	Tábua	25/04/2025
73	07:26	Laura Santos	SUB-14	AMCRS	6	Tábua	25/04/2025
74	07:27	Sofia Simão	SUB-16	ARC-EAC	11	Eiras - Coimbra	12/04/2025
75	07:31	Lara Rodrigues	SUB-23	NSCPCDX	4	Ceira - Coimbra	19/06/2025
76	07:35	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	1	Eiras - Coimbra	12/04/2025
77	07:36	Andreia Eliseu	SEN	GRE-AA	5	Eiras - Coimbra	12/04/2025
78	07:37	Rita Fonseca	SUB-18	NSCPCDX	5	Eiras - Coimbra	12/04/2025

79	07:38	Matilde Francisco	SUB-16	ACDRSQ	13	Eiras - Coimbra	12/04/2025
80	07:42	Tânia Rodrigues	MASTER	ACT	6	Ceira - Coimbra	19/06/2025
81	07:46	Juliana Catarino	MASTER	GS	9	Eiras - Coimbra	12/04/2025
82	07:51	Laura Santos	SUB-14	AMCRS	7	Ceira - Coimbra	19/06/2025
83	07:51	Natércia Rodrigues	MASTER	GRE-AA	10	Eiras - Coimbra	12/04/2025
84	07:54	Natércia Rodrigues	MASTER	GRE-AA	1	Tábua	25/04/2025
85	07:59	Clara Laranjeiro	SUB-14	ASCV	9	Eiras - Coimbra	12/04/2025
86	08:04	Stephane Montoro	SUB-14	GRE-AA	10	Eiras - Coimbra	12/04/2025
87	08:08	Rute Lopes	SEN	GRE-AA	6	Eiras - Coimbra	12/04/2025
88	08:10	Natércia Rodrigues	MASTER	GRE-AA	8	Ceira - Coimbra	19/06/2025
89	08:11	Sónia Conceição	MASTER	AMEAL	2	Tábua	25/04/2025
90	08:14	Rita Fonseca	SUB-18	NSCPCDX	6	Tábua	25/04/2025
91	08:15	Sónia Conceição	MASTER	AMEAL	13	Eiras - Coimbra	12/04/2025
92	08:16	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	6	Eiras - Coimbra	12/04/2025
93	08:24	Jacinta Rodrigues	MASTER	GMIRO	14	Eiras - Coimbra	12/04/2025
94	08:30	Sónia Conceição	MASTER	AMEAL	10	Ceira - Coimbra	19/06/2025
95	08:58	Carla Lisboa	MASTER	CPTSC	16	Eiras - Coimbra	12/04/2025
96	09:04	Carla Lisboa	MASTER	CPTSC	7	Tábua	25/04/2025

97	09:20	Cristina Serém	MASTER	GRE-AA	8	Tábua	25/04/2025
98	09:29	Cristina Serém	MASTER	GRE-AA	12	Ceira - Coimbra	19/06/2025
99	09:29	Ana Fonseca	MASTER	NSCPCDX	9	Tábua	25/04/2025
100	09:29	Sónia Fortunato	MASTER	CPTSC	9	Tábua	25/04/2025
101	09:36	Ana Fonseca	MASTER	NSCPCDX	13	Ceira - Coimbra	19/06/2025
102	09:36	Ana Fonseca	MASTER	NSCPCDX	17	Eiras - Coimbra	12/04/2025
103	09:36	Helena Bandarra	SUB-16	ACDRSQ	15	Eiras - Coimbra	12/04/2025
104	09:46	Sónia Fortunato	MASTER	CPTSC	18	Eiras - Coimbra	12/04/2025
105	09:49	Rosa Matos	MASTER	GMIRO	19	Eiras - Coimbra	12/04/2025
106	09:56	Sónia Fortunato	MASTER	CPTSC	14	Ceira - Coimbra	19/06/2025
107	10:00	Carla Lisboa	MASTER	CPTSC	15	Ceira - Coimbra	19/06/2025
108	10:00	Janette Ferreira	MASTER	GS	20	Eiras - Coimbra	12/04/2025
109	10:07	Ana Santos	MASTER	CLUVE	21	Eiras - Coimbra	12/04/2025
110	10:12	Ana Santos	MASTER	CLUVE	16	Ceira - Coimbra	19/06/2025
111	10:21	Cristina Serém	MASTER	GRE-AA	22	Eiras - Coimbra	12/04/2025
112	10:45	Janette Ferreira	MASTER	GS	19	Ceira - Coimbra	19/06/2025

2000 metros obstáculos 0,76m

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	08:35.39	Tania Pinto	MASTER	GRE-AA	2	Lousada		05/07/2025

2	08:46.46	Vanda Ribeiro	MASTER	GRE-AA	3	Lousada	05/07/2025
3	08:50.05	Miriam Lourenço	SUB-18	CMP	3	Leiria e CNL	22/06/2025
4	08:51.14	Rosário Borges	SUB-18	OLIVAIS	1	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
5	09:30.88	Miriam Lourenço	SUB-18	CMP	1	Estádio Municipal Seia	10/05/2025
6	10:01.41	Ana Santos	SUB-18	AAC	2	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025

2000 metros marcha

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	10:06.58	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	1	Expocentro - Pombal		15/03/2025
2	11:17.83	Lara Fernandes	SUB-16	OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal		15/03/2025
3	11:47.22	Sara Neto	SUB-14	OLIVAIS	1	Leiria e CNL		22/06/2025
4	12:01.97	Ariana Anishchyn	SUB-16	OLIVAIS	3	Expocentro - Pombal		15/03/2025
5	12:07.37	Gabriela Mesquita	SUB-14	ASCV	2	Leiria e CNL		22/06/2025
6	12:48.08	Laura Santos	SUB-14	AMCRS	3	Leiria e CNL		28/06/2025

3000 metros

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	10:04.54	Joana Ogura	SEN	GRE-AA	3	Leiria		12/07/2025
2	10:06.70	Clara Ribeiro	SUB-18	ARC-EAC	3	Beja		28/06/2025
3	10:08.30	Joana Ogura	SEN	GRE-AA	5	Expocentro de Pombal		08/02/2025
4	10:16.36	Clara Ribeiro	SUB-18	ARC-EAC	1	Braga		04/06/2025
5	10:22.70	Alice Mourão	SUB-18	AAC	5	Beja		28/06/2025

6	10:33.04	Sandra Protásio	MASTER AAC	3	Forum Braga	08/02/2025
7	10:41.66	Mariana Saltão	SUB-20 ACDRSQ	4	Forum Braga e Expocentro Pombal	18/01/2025
8	10:41.66	Mariana Saltão	SUB-20 ACDRSQ	4	Expocentro - Pombal	18/01/2025
9	10:42.42	Sandra Protásio	MASTER AAC	5	Forum Braga e Expocentro Pombal	18/01/2025
10	10:42.42	Sandra Protásio	MASTER AAC	5	Expocentro - Pombal	18/01/2025
11	10:48.64	Mariana Saltão	SUB-20 ACDRSQ	8	Expocentro de Pombal	15/02/2025
12	11:03.69	Sandra Protásio	MASTER AAC	1	Vários Locais	07/06/2025
13	11:03.69	Sandra Protásio	MASTER AAC	1	Pombal	07/06/2025
14	11:05.73	Mariana Saltão	SUB-20 ACDRSQ	3	Estádio Municipal de Leiria	18/06/2025
15	11:24.53	Tania Pinto	MASTER GRE-AA	4	Pombal	01/03/2025
16	11:32.85	Tania Pinto	MASTER GRE-AA	2	Expocentro - Pombal	25/01/2025
17	11:33.47	Célia Alves	MASTER ARC-EAC	3	Pombal	01/03/2025
18	12:13.44	Rosário Borges	SUB-18 OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	27/04/2025
19	12:24.62	Rosário Borges	SUB-18 OLIVAIS	2	Leiria e CNL	22/06/2025
20	12:25.67	Rosário Borges	SUB-18 OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal	11/01/2025

21	12:43.05	Sofia Costa	SUB-18	ARC-EAC	3	Expocentro - Pombal	11/01/2025
22	13:32.23	Kim Howes	MASTER	CLUVE	3	Pombal	01/03/2025
23	13:38.86	Mónica Rocha	MASTER	GS	14	Lousada	05/07/2025
24	13:40.27	Fernand	SUB-18	CLUVE	4	Leiria e CNL	22/06/2025
25	14:02.69	Carla Martins	MASTER	GS	2	Complexo desportivo de Febres	27/04/2025
26	14:22.29	Francisca Nunes	SUB-18	NSCPCDX	4	Expocentro - Pombal	11/01/2025
27	14:23.87	Lara Rodrigues	SUB-23	NSCPCDX	5	Expocentro - Pombal	25/01/2025

3000 metros obstáculos

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	12:42.41	Vanda Ribeiro	MASTER	GRE-AA	7	Leiria		12/07/2025
2	13:05.74	Tania Pinto	MASTER	GRE-AA	2	Leiria e CNL		28/06/2025

3000 metros marcha

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	16:08.36	Rosário Borges	SUB-18	OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal		15/03/2025
2	16:08.60	Rosário Borges	SUB-18	OLIVAIS	6	Expocentro de Pombal		15/02/2025
3	16:21.76	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	6	Expocentro de Pombal		01/02/2025
4	17:13.34	Rosário Borges	SUB-18	OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal		11/01/2025
5	17:24.32	Rosário Borges	SUB-18	OLIVAIS	9	Expocentro de Pombal		01/02/2025
6	17:32.96	Rosário Borges	SUB-18	OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal		25/01/2025
7	17:32.96	Rosário Borges	SUB-18	OLIVAIS	3	Expocentro - Pombal		18/01/2025

8	18:10. 27	Lara Fernandes	SUB-16	OLIVAIS	4	Expocentro - Pombal	11/01/2025
9	18:16. 71	Catarina Costa	SEN	GRE-AA	7	Leiria	12/07/2025
10	19:20. 73	Catarina Costa	SEN	GRE-AA	8	Expocentro de Pombal	08/02/2025
11	20:39. 44	Teresa Mendes	MASTER	CLUVE	2	Pombal	01/03/2025
12	20:48. 91	Teresa Mendes	MASTER	CLUVE	9	Lousada	05/07/2025
13	21:00. 72	Teresa Mendes	MASTER	CLUVE	4	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
14	21:03. 39	Teresa Mendes	MASTER	CLUVE	4	Expocentro - Pombal	25/01/2025
15	21:03. 39	Teresa Mendes	MASTER	CLUVE	7	Expocentro - Pombal	18/01/2025
16	21:36. 63	Beatriz Pires	SUB-20	AAC	6	Forum Braga	08/02/2025
17	23:47. 61	Tania Pinto	MASTER	GRE-AA	2	Pombal	01/03/2025
18	25:29. 47	Ana Santos	MASTER	CLUVE	14	Lousada	05/07/2025
19	25:56. 69	Ana Santos	MASTER	CLUVE	6	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
20	26:24. 37	Tania Pinto	MASTER	GRE-AA	15	Lousada	05/07/2025

4000 metros marcha

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	20:19. 48	Carolina Mendes	SUB-16	ADAC	2	Viana do Castelo		17/05/2025
2	20:33. 01	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	2	Seia		14/06/2025
3	20:46. 32	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	1	Estádio Municipal de Pombal - CNL		24/05/2025

4	21:38.02	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	1	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
5	24:12.62	Lara Fernandes	SUB-16	OLIVAIS	8	Seia	14/06/2025
6	25:20.10	Afânia Anishchyk	SUB-16	OLIVAIS	12	Seia	14/06/2025
7	25:21.95	Lara Fernandes	SUB-16	OLIVAIS	2	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025

5000 metros

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	18:57.92	Mariana Saltão	SUB-20	ACDRSQ	3	Branca		14/05/2025
2	19:57.95	Mariana Saltão	SUB-20	ACDRSQ	12	Coimbra		05/07/2025
3	20:28.48	Tania Pinto	MASTER	GRE-AA	6	Leiria		12/07/2025
4	20:39.04	Célia Alves	MASTER	ARC-EAC	1	Amora - Seixal		17/05/2025
5	20:40.18	Tania Pinto	MASTER	GRE-AA	2	Amora - Seixal		17/05/2025

5000 metros marcha

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	26:38.41	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	2	Leiria e CNL		22/06/2025
2	27:09.15	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	4	Beja		28/06/2025
3	27:17.77	Rosário Borges	SUB-18	OLIVAIS	3	Leiria e CNL		22/06/2025
4	28:25.49	Rosário Borges	SUB-18	OLIVAIS	7	Beja		28/06/2025
5	30:10.14	Lara Fernandes	SUB-16	OLIVAIS	4	Leiria e CNL		22/06/2025
6	31:34.23	Lara Fernandes	SUB-16	OLIVAIS	13	Beja		28/06/2025

10000 metros

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	42:27.70	Célia Alves	MASTER	ARC-EAC	2	Marinha Grande		25/04/2025

2	44:01.29	Tania Pinto	MASTER	GRE-AA	8	Marinha Grande	25/04/2025	
3	47:16.63	Kim Howes	MASTER	CLUVE	15	Marinha Grande	25/04/2025	
4	49:00.89	Sandra Soldan	MASTER	CLUVE	1	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025	
5	51:11.54	Ana Gonçalves	SEN	CMP	2	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025	
Dardo 400g								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	31.82	Mafalda Tribuna	SUB-14	GS	1	Castelo de Vide	08/02/2025	
2	27.59	Mafalda Tribuna	SUB-14	GS	2	Castelo de Vide	15/06/2025	
3	25.52	Guiomar Henriques	SUB-14	OLIVAIS	2	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025	
4	23.49	Mafalda Tribuna	SUB-14	GS	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025	
5	23.40	Mafalda Tribuna	SUB-14	GS	1	Lovelhe	23/07/2025	
6	21.18	Laura Santos	SUB-14	AMCRS	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025	
7	19.46	Guiomar Henriques	SUB-14	OLIVAIS	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025	
8	13.77	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	5	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025	

9	12.16	Ana Silva	SUB-14	CDP-C	3	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
10	11.55	Marina Fialho	SUB-14	CLUVE	6	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
11	10.69	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	1	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
12	10.64	Xia Villanueva	SUB-14	AAC	7	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
13	10.13	Stephane Montoro	SUB-14	GRE-AA	8	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
14	10.08	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	4	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
15	09.46	Sofia Antunes	SUB-14	AAC	9	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
16	09.03	Ana Silva	SUB-14	CDP-C	10	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
17	08.82	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	2	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
18	08.77	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande	25/04/2025
19	08.56	Maria Bento Da Cruz	SUB-14	GS	5	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025

20	07.03	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	6	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025	
21	06.74	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande	25/04/2025	
Dardo 500g								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	30.56	Céu Cunha	MASTER	CLUVE	1	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025	
2	29.41	Mónica Silva	SUB-18	SUOV	11	Beja	28/06/2025	
3	29.25	Mónica Silva	SUB-18	SUOV	3	Leiria e CNL	22/06/2025	
4	26.18	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	1	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025	
5	25.91	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	6	Leiria e CNL	22/06/2025	
6	25.89	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	3	Lisboa	31/05/2025	
7	25.84	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	1	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025	
8	25.75	Carolina Mendes	SUB-16	ADAC	2	Beja	26/04/2025	
9	25.26	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	1	Estádio Municipal Seia	10/05/2025	
10	25.21	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	3	Lisboa	31/05/2025	
11	24.85	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	8	Leiria e CNL	22/06/2025	
12	24.43	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025	

13	24.34	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	4	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
14	24.21	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	2	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
15	23.75	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	2	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
16	23.57	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	9	Leiria e CNL	22/06/2025
17	23.28	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	1	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
18	23.05	Rita Fonseca	SUB-18	NSCPCDX	10	Leiria e CNL	22/06/2025
19	22.87	Rita Fonseca	SUB-18	NSCPCDX	1	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
20	22.85	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	2	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
21	22.72	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	2	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
22	22.51	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	2	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
23	22.04	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	3	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
24	22.02	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	2	Lousada	05/07/2025

25	21.41	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
26	21.37	Ana Morais	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande	25/04/2025
27	21.33	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	12	Leiria e CNL	22/06/2025
28	21.12	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	3	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
29	20.81	Isabella Brandão	SUB-16	ADAC	12	Viana do Castelo	17/05/2025
30	20.78	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	13	Seia	14/06/2025
31	20.76	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	7	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
32	20.75	Guiomar Henriques	SUB-14	OLIVAIS	8	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
33	20.45	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	4	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
34	20.28	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	5	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
35	19.91	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
36	19.85	Rita Fonseca	SUB-18	NSCPCDX	3	CNL - Leiria	08/03/2025
37	19.49	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande	25/04/2025

38	18.92	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	15	Leiria e CNL	22/06/2025
39	18.80	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
40	18.66	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	15	Seia	14/06/2025
41	18.29	Lara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	6	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
42	16.76	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
43	16.61	Maria Pinto	SUB-16	NSCPCDX	3	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
44	16.14	Lara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	12	Lisboa	31/05/2025
45	15.85	Rita Saro	SUB-18	CPTSC	2	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
46	15.06	Ana Rodrigues	SUB-16	NSCPCDX	4	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
47	14.99	Maria Pinto	SUB-16	NSCPCDX	13	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
48	14.77	Teresa Mendes	MASTER	CLUVE	7	Lousada	05/07/2025
49	14.51	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	5	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
50	14.39	Matilde Matos	SUB-18	CDP-C	3	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025

51	14.32	Victoria Ferreira	SUB-16	AAC	5	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
52	13.79	Laura Santos	SUB-14	AMCRS	14	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
53	13.42	Ariana Anishchuk	SUB-16	OLIVAIS	6	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
54	13.33	Victoria Ferreira	SUB-16	AAC	7	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
55	12.49	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	9	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
56	12.12	Carla Cunha	SUB-18	AMCRS	17	Leiria e CNL	22/06/2025
57	11.95	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	3	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
58	11.65	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	16	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
59	11.52	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	8	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
60	11.45	Sara Cardetas	SUB-16	ARC-EAC	6	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025

61	11.44	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	4	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
62	11.43	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	2	Marinha Grande	25/04/2025
63	11.33	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	9	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
64	11.28	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	7	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025
65	10.73	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	10	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
66	10.64	Alice Cerqueira	MASTER	CLUVE	14	Lousada	05/07/2025
67	10.56	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	7	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
68	10.28	Alice Cerqueira	MASTER	CLUVE	2	Marinha Grande	25/04/2025
69	10.21	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	4	Marinha Grande	25/04/2025
70	10.12	Sara Cardetas	SUB-16	ARC-EAC	19	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
71	09.86	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	11	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
72	09.86	Fabiana Oliveira	SUB-18	GRE-AA	4	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025

73	09.79	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	12	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
74	09.59	Sara Cardetas	SUB-16	ARC-EAC	4	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
75	08.94	Alexandra Querido	SUB-16	NSCPCDX	8	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
76	08.64	Sofia Simão	SUB-16	ARC-EAC	20	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
77	07.81	Sara Cardetas	SUB-16	ARC-EAC	8	Pista Mário Pinto Claro - Tábua	22/02/2025

Dardo 600g								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	34.49	Sara Conceição	SUB-20	AAC	3	Vagos		22/02/2025
2	34.26	Sara Conceição	SUB-20	AAC	4	Estádio Municipal de Marinha Grande		17/05/2025
3	33.95	Sara Conceição	SUB-20	AAC	6	Coimbra		05/07/2025
4	33.92	Sara Conceição	SUB-20	AAC	3	Leiria e CNL		28/06/2025
5	33.78	Alice Silva	SEN	GRE-AA	3	Leiria		12/07/2025
6	33.67	Sara Conceição	SUB-20	AAC	1	Óbidos		12/04/2025
7	32.79	Alice Silva	SEN	GRE-AA	1	Açoteias		27/04/2025
8	32.30	Sara Conceição	SUB-20	AAC	2	Pombal		07/06/2025
9	32.30	Sara Conceição	SUB-20	AAC	5	Vários Locais		07/06/2025
10	31.83	Sara Conceição	SUB-20	AAC	1	CNL - Leiria		15/02/2025

11	23.69	Liliana Manhent	MASTER	GRE-AA	3	Braga	10/05/2025
12	21.84	Rita Fonseca	SUB-18	NSCPCDX	2	Leiria e CNL	19/07/2025
13	21.13	Rita Fonseca	SUB-18	NSCPCDX	6	Estádio Municipal de Marinha Grande	17/05/2025
14	20.84	Rita Fonseca	SUB-18	NSCPCDX	4	Leiria e CNL	28/06/2025
15	18.78	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	3	Leiria e CNL	19/07/2025
16	18.22	Camila Ferraz	SUB-20	GRE-AA	1	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
17	17.95	Inês Almeida	SUB-20	CDP-C	2	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
18	17.55	Camila Ferraz	SUB-20	GRE-AA	5	Leiria e CNL	28/06/2025
19	16.28	Carla Silveira	SUB-23	AAC	2	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
20	15.52	Joana Nora	MASTER	GS	2	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
21	15.15	Anabela Delgado	MASTER	CLUVE	4	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
22	13.43	Anabela Delgado	MASTER	CLUVE	7	Lousada	05/07/2025
23	11.69	Cristina Serém	MASTER	GRE-AA	3	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
24	10.19	Liliane Vaz	MASTER	ARCDVL	8	Lousada	05/07/2025

Disco 0,6kg

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	17.06	Laura Santos	SUB-14	AMCRS	3	CNL - Leiria		11/01/2025
Disco 0,750kg								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	28.21	Ana Rodrigues	SUB-16	ADAC	4	Viana do Castelo		17/05/2025
2	27.99	Ana Rodrigues	SUB-16	NSCPCDX	8	Seia		14/06/2025
3	27.96	Ana Rodrigues	SUB-16	NSCPCDX	1	Complexo Desportivo de Febres		03/05/2025
4	27.43	Ana Rodrigues	SUB-16	NSCPCDX	1	CNL - Leiria		25/04/2025
5	25.65	Ana Rodrigues	SUB-16	NSCPCDX	1	Estádio Municipal de Marinha Grande		10/05/2025
6	25.41	Mariana Silva	SUB-16	SUOV	10	Seia		14/06/2025
7	25.37	Mariana Silva	SUB-16	SUOV	2	Complexo Desportivo de Febres		03/05/2025
8	11.80	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	1	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"		10/06/2025
9	11.52	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	1	Lousada		05/07/2025
10	10.95	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	1	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra		08/02/2025
11	10.23	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	2	Lousada		05/07/2025

12	10.01	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande	25/04/2025	
13	09.83	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande	25/04/2025	
14	09.40	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	2	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025	
Disco 1kg								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	27.96	Ana Rodrigues	SUB-16	NSCPCDX	1	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira		01/05/2025
2	27.34	Mariana Silva	SUB-16	SUOV	3	Leiria e CNL		22/06/2025
3	27.24	Mariana Silva	SUB-16	SUOV	2	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira		01/05/2025
4	26.12	Sónia Grácio	MASTER	AAC	2	Pombal		07/06/2025
5	26.12	Sónia Grácio	MASTER	AAC	6	Vários Locais		07/06/2025
6	24.67	Mónica Silva	SUB-18	SUOV	4	Leiria e CNL		22/06/2025
7	24.27	Alice Silva	SEN	GRE-AA	8	Leiria		12/07/2025
8	23.49	Francisca Nunes	SUB-18	NSCPCDX	3	Leiria e CNL		19/07/2025
9	23.09	Ana Morais	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande		25/04/2025
10	22.60	Francisca Nunes	SUB-18	NSCPCDX	8	Leiria e CNL		22/06/2025

11	22.43	Francisca Nunes	SUB-18	NSCPCDX	6	Vagos (Estádio Municipal)	01/06/2025
12	21.93	Ana Morais	MASTER	CLUVE	3	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025
13	21.31	Inês Almeida	SUB-20	CDP-C	1	Centro Formação Lançadores CPT Sobral Ceira-Coimbra	08/02/2025
14	21.08	Mónica Silva	SUB-18	SUOV	3	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025
15	20.77	Francisca Nunes	SUB-18	NSCPCDX	4	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025
16	16.98	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	4	Lousada	05/07/2025
17	16.52	Ana Rodrigues	SUB-16	NSCPCDX	1	Centro Formação Lançadores CPT Sobral Ceira-Coimbra	08/02/2025

18	16.32	Francisca Nunes	SUB-18	NSCPCDX	2	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra	08/02/2025
19	15.99	Matilde Matos	SUB-18	CDP-C	3	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra	08/02/2025
20	15.93	Isabel Costa	MASTER	CLUVE	1	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra	08/02/2025
21	15.70	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	3	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
22	15.64	Liliane Vaz	MASTER	ARCDVL	13	Lousada	05/07/2025
23	15.24	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	4	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra	08/02/2025
24	15.24	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	7	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025

25	15.12	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	2	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra	08/02/2025
26	15.09	Camila Ferraz	SUB-20	GRE-AA	2	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra	08/02/2025
27	15.00	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	6	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
28	14.63	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	16	Fátima	15/02/2025
29	14.46	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	3	Marinha Grande	25/04/2025
30	14.45	Francisca Silva	SUB-18	CMP	8	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025
31	13.91	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	6	Lousada	05/07/2025
32	13.61	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande	25/04/2025
33	12.86	Anabela Delgado	MASTER	CLUVE	7	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
34	12.23	Anabela Delgado	MASTER	CLUVE	18	Lousada	05/07/2025

35	10.66	Emília Nunes	MASTER	CLUVE	11	Lousada	05/07/2025
36	10.46	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	9	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
37	09.76	Alice Cerqueira	MASTER	CLUVE	2	Marinha Grande	25/04/2025
38	09.50	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	2	Marinha Grande	25/04/2025
39	08.84	Alice Cerqueira	MASTER	CLUVE	14	Lousada	05/07/2025

Martelo 2kg

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	16.04	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	1	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"		10/06/2025
2	15.79	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	1	Lousada		05/07/2025
3	14.52	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	1	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra		08/02/2025
4	14.43	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande		25/04/2025
5	13.22	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande		25/04/2025
6	12.47	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	2	Lousada		05/07/2025
7	12.08	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	2	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"		10/06/2025

Martelo 3kg

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	32.99	Rita Saro	SUB-18	CPTSC	3	CNL - Leiria		10/06/2025
2	31.58	Mariana Silva	SUB-16	ADAC	6	Viana do Castelo		17/05/2025
3	30.77	Céu Cunha	MASTER	CLUVE	1	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra		08/02/2025
4	30.57	Mariana Silva	SUB-16	SUOV	4	Leiria e CNL		22/06/2025
5	30.28	Rita Saro	SUB-18	CPTSC	5	Leiria e CNL		22/06/2025
6	29.68	Mariana Silva	SUB-16	SUOV	1	Complexo Desportivo de Febres		03/05/2025
7	27.98	Rita Saro	SUB-18	CPTSC	1	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra		08/02/2025
8	25.81	Ariadna Anishchy	SUB-16	OLIVAIS	7	Leiria e CNL		22/06/2025
9	24.25	Ana Morais	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande		25/04/2025
10	21.38	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	2	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"		10/06/2025
11	20.95	Isabel Costa	MASTER	CLUVE	2	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra		08/02/2025

12	20.47	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande	25/04/2025
13	19.11	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	3	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra	08/02/2025
14	18.80	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	3	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
15	18.43	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	4	Marinha Grande	25/04/2025
16	18.00	Matilde Matos	SUB-18	CDP-C	2	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra	08/02/2025
17	17.38	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	12	Lousada	05/07/2025
18	16.95	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	14	Lousada	05/07/2025
19	13.72	Alice Cerqueira	MASTER	CLUVE	2	Marinha Grande	25/04/2025
20	13.33	Alice Cerqueira	MASTER	CLUVE	17	Lousada	05/07/2025
21	13.08	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	2	Marinha Grande	25/04/2025
22	12.49	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	4	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
23	11.65	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	18	Lousada	05/07/2025

24	06.22	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande	25/04/2025	
25	04.61	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	2	Marinha Grande	25/04/2025	
Martelo 4kg								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	38.19	Joana Mendes	SUB-23	GRE-AA	4	Leiria		12/07/2025
2	30.33	Rita Saro	SUB-18	CPTSC	5	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira		01/05/2025
3	29.68	Mariana Silva	SUB-16	SUOV	6	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira		01/05/2025
4	28.10	Rita Saro	SUB-18	CPTSC	2	Leiria e CNL		28/06/2025
5	27.73	Rita Saro	SUB-18	CPTSC	4	Cucujães		17/05/2025
6	26.93	Sónia Grácio	MASTER	AAC	1	Pombal		07/06/2025
7	26.93	Sónia Grácio	MASTER	AAC	6	Vários Locais		07/06/2025
8	26.43	Rita Saro	SUB-18	CPTSC	4	Leiria e CNL		19/07/2025
9	25.94	Ana Morais	MASTER	CLUVE	2	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira		01/05/2025

10	20.62	Camila Ferraz	SUB-20	GRE-AA	2	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra	08/02/2025	
11	19.31	Inês Almeida	SUB-20	CDP-C	3	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra	08/02/2025	
12	15.59	Anabela Delgado	MASTER	CLUVE	7	Lousada	05/07/2025	
13	14.93	Camila Ferraz	SUB-20	GRE-AA	3	Leiria e CNL	28/06/2025	
14	14.26	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	7	Fátima	15/02/2025	
15	13.68	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	3	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025	
16	13.64	Anabela Delgado	MASTER	CLUVE	3	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025	
Martelão 4kg								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	07.86	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	1	Lousada		05/07/2025
2	07.37	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	1	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"		10/06/2025

3	06.90	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande		25/04/2025
4	05.57	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	1	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra		08/02/2025
5	05.44	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	2	Lançamentos "Braga dos Anjos"		10/06/2025
6	05.22	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	2	Lousada		05/07/2025
7	04.86	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande		25/04/2025

Martelão 5kg

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1		Céu Cunha	MASTER	CLUVE	1	Centro Formação Lançadores CPTSobral Ceira-Coimbra		08/02/2025
2		Ana Morais	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande		25/04/2025
3		Paula Martinho	MASTER	CLUVE	1	Lançamentos "Braga dos Anjos"		10/06/2025
4		Paula Martinho	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande		25/04/2025
5		Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	1	Lousada		05/07/2025

6	05.80	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	2	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025	
7	05.51	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	2	Marinha Grande	25/04/2025	
8	04.36	Alice Cerqueira	MASTER	CLUVE	3	Lousada	05/07/2025	
9	04.13	Alice Cerqueira	MASTER	CLUVE	2	Marinha Grande	25/04/2025	
Martelão 7kg								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	05.95	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	2	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025	
2	05.60	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	4	Marinha Grande	25/04/2025	
Martelão 9kg								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	06.62	Anabela Delgado	MASTER	CLUVE	5	Lousada	05/07/2025	
2	06.53	Anabela Delgado	MASTER	CLUVE	3	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025	
Peso 2kg								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	09.19	Guiomar Henriques	SUB-14	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025	
2	08.38	Edissa Rita	SUB-14	OLIVAIS	2	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025	

3	08.36	Vandérci a Gouveia	SUB-14	OLIVAIS	3	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
4	07.98	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	4	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
5	07.96	Maria Reais	SUB-14	ADAC	8	Beja	26/04/2025
6	07.84	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	4	Caldas da Rainha	31/05/2025
7	07.30	Ana Rita Limeira	SUB-14	ADAC	10	CAR - Jamor	01/03/2025
8	07.15	Marina Fialho	SUB-14	CLUVE	6	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
9	06.83	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	1	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
10	06.64	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	1	Lousada	05/07/2025
11	06.39	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	1	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
12	06.23	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande	25/04/2025
13	05.89	Suelem Nunes	SUB-14	OLIVAIS	8	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
14	05.84	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	9	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
15	05.30	Maria Bento Da Cruz	SUB-14	GS	10	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025

16	05.13	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	11	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
17	04.96	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	2	Lousada	05/07/2025
18	04.88	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	2	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
19	04.79	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	2	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
20	04.56	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande	25/04/2025
21	04.52	Stephane Montoro	SUB-14	GRE-AA	12	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025

Peso 3kg

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	11.67	Mariana Silva	SUB-16	SUOV	6	Beja		28/06/2025
2	11.52	Mariana Silva	SUB-16	SUOV	1	Leiria e CNL		22/06/2025
3	11.05	Mariana Silva	SUB-16	SUOV	3	Seia		14/06/2025
4	10.93	Rita Moura	SUB-18	ADAC	8	Viana do Castelo		17/05/2025
5	10.89	Mariana Silva	SUB-16	SUOV	1	Estádio Municipal de Pombal - CNL		24/05/2025
6	10.72	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	3	Lisboa		31/05/2025
7	10.66	Mariana Silva	SUB-16	ADAC	2	Viana do Castelo		17/05/2025
8	10.57	Mónica Silva	SUB-18	CRDE-Centr	5	Matosinhos		30/05/2025

9	10.48	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	1	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
10	10.41	Mónica Silva	SUB-18	SUOV	4	Leiria e CNL	22/06/2025
11	10.34	Mariana Silva	SUB-16	SUOV	1	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
12	10.33	Mónica Silva	SUB-18	SUOV	14	Beja	28/06/2025
13	10.32	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	1	Pista Municipal da Bela Vista	22/02/2025
14	10.21	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	1	Estádio Municipal Seia	10/05/2025
15	10.16	Mónica Silva	SUB-18	CRDE-Centr	7	Matosinhos	30/05/2025
16	10.13	Mariana Silva	SUB-16	SUOV	1	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
17	09.99	Mariana Silva	SUB-16	SUOV	1	Expocentro - Pombal	11/01/2025
18	09.92	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	3	Forum Braga	25/01/2025
19	09.92	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	1	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
20	09.80	Céu Cunha	MASTER	CLUVE	1	Pombal	01/03/2025
21	09.74	Mónica Silva	SUB-18	SUOV	2	Expocentro - Pombal	11/01/2025
22	09.70	Mónica Silva	SUB-18	SUOV	2	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025

23	09.62	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	1	Complexo desportivo de Febres	27/04/2025
24	09.59	Carolina Mendes	SUB-16	ADAC	2	Beja	26/04/2025
25	09.53	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	2	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
26	09.51	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	2	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
27	09.50	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
28	09.40	Céu Cunha	MASTER	CLUVE	1	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
29	09.39	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	4	Expocentro - Pombal	04/01/2025
30	09.24	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	11	Seia	14/06/2025
31	09.23	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	5	Leiria e CNL	22/06/2025
32	09.19	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	3	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
33	09.05	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	3	Lisboa	31/05/2025
34	08.94	Ana Morais	MASTER	CLUVE	1	Pombal	01/03/2025
35	08.84	Ana Morais	MASTER	CLUVE	1	Marinha Grande	25/04/2025
36	08.73	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	6	Leiria e CNL	22/06/2025
37	08.53	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	2	Estarreja	07/06/2025
38	08.51	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	7	Forum Braga	25/01/2025

39	08.50	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	7	Leiria e CNL	22/06/2025
40	08.42	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	2	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
41	08.40	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	4	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
42	08.37	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	12	Lisboa	31/05/2025
43	08.35	Iara Ferreira	SUB-18	ADAC	11	CAR - Jamor	01/03/2025
44	08.31	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	5	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
45	08.24	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	4	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
46	08.23	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	8	Expocentro - Pombal	04/01/2025
47	08.21	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
48	08.12	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	5	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
49	08.06	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	9	Expocentro - Pombal	04/01/2025
50	07.96	Alexandra Vogado	SUB-18	CPTSC	4	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
51	07.95	Carolina Mendes	SUB-16	ADAC	8	CAR - Jamor	01/03/2025

52	07.94	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	2	Complexo desportivo de Febres	27/04/2025
53	07.92	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	2	Arada	08/03/2025
54	07.90	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	5	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
55	07.74	Rita Saro	SUB-18	CPTSC	3	Complexo desportivo de Febres	27/04/2025
56	07.71	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	3	Expocentro - Pombal	11/01/2025
57	07.69	Isabel Costa	MASTER	CLUVE	2	Pombal	01/03/2025
58	07.61	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	4	Expocentro - Pombal	11/01/2025
59	07.46	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	3	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
60	07.38	Rita Saro	SUB-18	CPTSC	6	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
61	07.32	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	11	Leiria e CNL	22/06/2025
62	07.31	Alexandra Vogado	SUB-18	CPTSC	4	Complexo desportivo de Febres	27/04/2025
63	07.28	Rita Saro	SUB-18	CPTSC	5	Expocentro - Pombal	11/01/2025
64	07.23	Francisca Silva	SUB-18	CMP	11	Expocentro - Pombal	04/01/2025
65	07.18	Ariana Anishchuk	SUB-16	OLIVAIS	9	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025

66	07.15	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	6	Expocentro - Pombal	11/01/2025
67	07.10	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	3	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025
68	07.10	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	10	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
69	07.08	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	2	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
70	07.06	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	4	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
71	07.04	Ariadia Anishchy	SUB-16	OLIVAIS	12	Leiria e CNL	22/06/2025
72	06.95	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	1	Pombal	01/03/2025
73	06.91	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	4	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
74	06.86	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	5	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
75	06.82	Rita Fonseca	SUB-18	NSCPCDX	7	Expocentro - Pombal	11/01/2025
76	06.71	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	6	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
77	06.66	Júlia Gonçalves	SUB-18	OLIVAIS	8	Expocentro - Pombal	11/01/2025
78	06.61	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	4	Pombal	01/03/2025

79	06.47	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	7	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
80	06.38	Heliana Oliveira	SUB-16	AMCRS	18	Expocentro - Pombal	04/01/2025
81	06.35	Maria Pinto	SUB-16	NSCPCDX	13	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
82	06.34	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	3	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
83	06.31	Paula Martinho	MASTER	CLUVE	13	Lousada	05/07/2025
84	06.29	Teresa Mendes	MASTER	CLUVE	4	Pombal	01/03/2025
85	06.29	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	8	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
86	06.08	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	3	Marinha Grande	25/04/2025
87	06.04	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	9	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
88	05.86	Alexandra Vogado	SUB-18	CPTSC	14	Leiria e CNL	22/06/2025
89	05.83	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	8	Estarreja	07/06/2025
90	05.80	Fabiana Oliveira	SUB-18	GRE-AA	9	Expocentro - Pombal	11/01/2025
91	05.77	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	18	Lousada	05/07/2025
92	05.75	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	10	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025

93	05.66	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	4	Complexo desportivo de Febres	26/04/2025	
94	05.62	Ana Rodrigues	SUB-16	NSCPCDX	10	Expocentro - Pombal	11/01/2025	
95	05.57	Emília Nunes	MASTER	CLUVE	2	Pombal	01/03/2025	
96	05.39	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	11	Expocentro - Pombal	11/01/2025	
97	05.26	Nilza Ribeiro	MASTER	CLUVE	3	Pombal	01/03/2025	
98	05.17	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	11	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025	
99	05.10	Emília Nunes	MASTER	CLUVE	10	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025	
100	04.96	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	4	Pombal	01/03/2025	
101	04.90	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	4	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025	
102	04.47	Alice Cerqueira	MASTER	CLUVE	11	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025	
103	04.46	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	10	Estarreja	07/06/2025	
104	04.24	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	12	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025	
Peso 4kg								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	11.74	Inês Carreira	SEN	GRE-AA	1	Expocentro de Pombal		08/02/2025
2	11.38	Inês Carreira	SEN	GRE-AA	1	Expocentro - Pombal		25/01/2025

3	11.37	Inês Carreira	SEN	GRE-AA	7	Expocentro de Pombal	22/02/2025
4	11.13	Inês Carreira	SEN	GRE-AA	1	Expocentro - Pombal	18/01/2025
5	10.33	Mónica Silva	SUB-18	SUOV	1	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025
6	09.72	Liliana Manhent	MASTER	GRE-AA	1	Pombal	08/03/2025
7	09.56	Liliana Manhent e Liliana Manhent	MASTER	GRE-AA	3	Estádio da Maia	21/06/2025
8	09.40	Liliana Manhent e Liliana Manhent	MASTER	GRE-AA	2	Amora - Seixal	17/05/2025
9	09.24	Liliana Manhent e Liliana Manhent	MASTER	GRE-AA	3	Expocentro - Pombal	25/01/2025
10	09.13	Liliana Manhent e Liliana Manhent	MASTER	GRE-AA	2	Braga	10/05/2025
11	09.12	Jennifer Gomes	SEN	GRE-AA	6	Leiria	12/07/2025
12	08.95	Mónica Silva	SUB-18	SUOV	4	Expocentro - Pombal	18/01/2025
13	08.12	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	18/01/2025
14	08.04	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	4	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025
15	07.83	Camila Ferraz	SUB-20	GRE-AA	5	Expocentro - Pombal	18/01/2025

16	07.81	Rita Saro	SUB-18	CPTSC	5	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025
17	07.73	Camila Ferraz	SUB-20	GRE-AA	5	Expocentro - Pombal	25/01/2025
18	07.62	Alexandra Vogado	SUB-18	CPTSC	6	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025
19	07.59	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	7	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025
20	07.57	Camila Ferraz	SUB-20	GRE-AA	1	Complexo desportivo de Febres	27/04/2025
21	07.41	Camila Ferraz	SUB-20	GRE-AA	1	Complexo Desportivo de Febres	04/06/2025
22	07.33	Matilde Matos	SUB-18	CDP-C	8	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025
23	07.21	Carla Silveira	SUB-23	AAC	3	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025

24	07.11	Camila Ferraz	SUB-20	GRE-AA	9	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025
25	07.06	Francisca Silva	SUB-18	CMP	10	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025
26	07.04	Catarina Correia	SEN	AAC	10	Expocentro - Pombal	18/01/2025
27	07.04	Catarina Correia	SEN	AAC	20	Forum Braga e Expocentro Pombal	18/01/2025
28	07.03	Camila Ferraz	SUB-20	GRE-AA	3	Leiria e CNL	28/06/2025
29	07.02	Catarina Correia	SEN	AAC	1	Complexo desportivo de Febres	27/04/2025
30	07.01	Sara Conceição	SUB-20	AAC	1	Pombal	07/06/2025
31	07.01	Sara Conceição	SUB-20	AAC	14	Vários Locais	07/06/2025
32	06.85	Catarina Correia	SEN	AAC	7	Forum Braga	08/02/2025
33	06.69	Janette Ferreira	MASTER	GS	2	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
34	06.45	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	6	Expocentro - Pombal	25/01/2025

35	06.18	Nayarielly Brandão	MASTER	CLUVE	3	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
36	06.05	Anabela Delgado	MASTER	CLUVE	4	Centro Lançamentos "Braga dos Anjos"	10/06/2025
37	05.96	Juliana Catarino	MASTER	GS	4	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
38	05.45	Mya Fernandes	SUB-18	CLUVE	7	Expocentro - Pombal	25/01/2025
39	05.20	Gabriella Brandão	SUB-23	CLUVE	5	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
40	05.19	Tânia Faria	MASTER	GS	6	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
41	04.90	Mónica Dias	MASTER	GS	7	Estádio Cidade Coimbra	19/07/2025
42	04.86	Ivone Lobo	MASTER	CLUVE	2	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025
43	04.79	Gabriella Brandão	SUB-23	CLUVE	2	Complexo desportivo de Febres	27/04/2025
44	04.56	Gabriella Brandão	SUB-23	CLUVE	8	Expocentro - Pombal	25/01/2025

45	04.54	Patrícia Basílio	MASTER	CPTSC	3	Centro Formação de Lançadores CPT Sobral Ceira	01/05/2025	
Vortex								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	30.38	Margarida	SUB-14	OLIVAIS	4	Almeirim		19/06/2025
2	19.28	Margarida Antónia	SUB-14	OLIVAIS	8	Almeirim		19/06/2025
3	16.13	Francisca Caetano	SUB-12	CLUVE	1	Complexo desportivo de Febres		26/04/2025
4	13.21	Leonor Reis	SUB-12	GRE-AA	2	Complexo desportivo de Febres		26/04/2025
5	12.96	Maria Oliveira	SUB-12	CPTSC	3	Complexo desportivo de Febres		26/04/2025
6	12.86	Alice Carvalho	SUB-12	CLUVE	4	Complexo desportivo de Febres		26/04/2025
7	11.30	Liana Neto	SUB-12	GS	5	Complexo desportivo de Febres		26/04/2025
8	10.94	Maria Flor Melo	SUB-12	CPTSC	6	Complexo desportivo de Febres		26/04/2025
9	10.57	Laura Almeida	SUB-12	GS	7	Complexo desportivo de Febres		26/04/2025
10	10.14	Mafalda Simões	SUB-12	CPTSC	8	Complexo desportivo de Febres		26/04/2025

Arremesso da bola 163g

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	25.84	Petra Gonçalves	SUB-12	GRE-AA	1	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		22/02/2025
2	16.47	Maria Rita Correia	SUB-12	AMCRS	2	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		22/02/2025
3	14.22	Leonor Reis	SUB-12	GRE-AA	3	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		22/02/2025
4	13.14	Maria Oliveira	SUB-12	CPTSC	4	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		22/02/2025
5	12.34	Mafalda Simões	SUB-12	CPTSC	5	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		22/02/2025
6	11.78	Rita Montez	SUB-12	CLUVE	6	Pista Mário Pinto Claro - Tábua		22/02/2025

Altura

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	01.59	Sara Carnim	SUB-16	ARC-EAC	1	Leiria e CNL		22/06/2025
2	01.58	Sara Carnim	SUB-16	ARC-EAC	1	Estádio Municipal de Pombal - CNL		24/05/2025
3	01.58	Sara Carnim	SUB-16	ARC-EAC	2	Seia		14/06/2025
4	01.57	Sara Carnim	SUB-16	ARC-EAC	1	Estádio Cidade Coimbra		13/04/2025
5	01.56	Sara Carnim	SUB-16	ARC-EAC	1	Complexo Desportivo de Febres		03/05/2025

6	01.54	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	2	Vagos	21/06/2025
7	01.54	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	Leiria e CNL	28/06/2025
8	01.53	Iara Ferreira	SUB-18	ADAC	5	Viana do Castelo	17/05/2025
9	01.53	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	4	Estádio Cidade Coimbra	16/07/2025
10	01.53	Sara Carnim	SUB-16	ARC-EAC	1	Estádio Cidade Coimbra	16/07/2025
11	01.52	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
12	01.51	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	5	Expocentro de Pombal	08/02/2025
13	01.51	Sara Carnim	SUB-16	ARC-EAC	7	Beja	28/06/2025
14	01.50	Sara Carnim	SUB-16	ARC-EAC	1	Expocentro - Pombal	11/01/2025
15	01.50	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	15/03/2025
16	01.50	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	24/05/2025
17	01.49	Sara Carnim	SUB-16	ADAC	3	Viana do Castelo	17/05/2025
18	01.48	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	2	Expocentro - Pombal	04/01/2025
19	01.48	Iara Ferreira	SUB-18	ADAC	4	CAR - Jamor	01/03/2025
20	01.48	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	5	Leiria	12/07/2025
21	01.47	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	5	Forum Braga	25/01/2025
22	01.47	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	4	Forum Braga	25/01/2025

23	01.47	Lara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
24	01.47	Lara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	11	Lisboa	31/05/2025
25	01.45	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	18/01/2025
26	01.45	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	3	Pista Municipal da Bela Vista	22/02/2025
27	01.44	Sara Carnim	SUB-16	ARC-EAC	16	Expocentro de Pombal	01/02/2025
28	01.44	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
29	01.44	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	12	Lisboa	31/05/2025
30	01.43	Carla Silveira	SUB-23	AAC	2	Expocentro - Pombal	25/01/2025
31	01.43	Carla Silveira	SUB-23	AAC	6	Forum Braga	08/02/2025
32	01.43	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	2	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
33	01.43	Lara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
34	01.43	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	3	Lisboa	31/05/2025
35	01.42	Lara Fernandes	SUB-16	OLIVAIS	5	Expocentro - Pombal	11/01/2025
36	01.42	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	6	Expocentro - Pombal	11/01/2025
37	01.41	Carla Silveira	SUB-23	AAC	3	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025

38	01.41	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	2	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
39	01.40	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	2	E.M. Fontelo	06/06/2025
40	01.39	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	1	Expocentro - Pombal	04/01/2025
41	01.39	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	7	Expocentro - Pombal	04/01/2025
42	01.38	Carolina Mendes	SUB-16	ADAC	9	Beja	26/04/2025
43	01.36	Ana Souto	SUB-18	ACDRSQ	4	Leiria e CNL	22/06/2025
44	01.36	Fernand	SUB-16	OLIVAIS	6	Leiria e CNL	22/06/2025
45	01.35	Carla Silveira	SUB-23	AAC	8	Expocentro - Pombal	18/01/2025
46	01.35	Carla Silveira	SUB-23	AAC	8	Forum Braga e Expocentro Pombal	18/01/2025
47	01.35	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	3	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
48	01.35	Carla Silveira	SUB-23	AAC	2	Pombal	07/06/2025
49	01.35	Carla Silveira	SUB-23	AAC	12	Vários Locais	07/06/2025
50	01.35	Ana Souto	SUB-18	ACDRSQ	4	Leiria e CNL	19/07/2025
51	01.32	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	4	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
52	01.30	Ana Souto	SUB-18	ACDRSQ	9	Expocentro - Pombal	18/01/2025
53	01.30	Ana Souto	SUB-18	ACDRSQ	14	Forum Braga e Expocentro Pombal	18/01/2025

54	01.30	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	4	Vagos	15/03/2025
55	01.30	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	2	Arada	08/03/2025
56	01.30	Lara Fernandes	SUB-16	OLIVAIS	3	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
57	01.30	Ana Souto	SUB-18	ACDRSQ	2	Complexo Desportivo de Febres	03/05/2025
58	01.30	Vaneruca Saraiva Neto	SUB-14	OLIVAIS	2	Almeirim	19/06/2025
59	01.30	Sara Neto	SUB-14	OLIVAIS	1	Almeirim	19/06/2025
60	01.30	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	5	Estádio Cidade Coimbra	16/07/2025
61	01.29	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	6	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
62	01.29	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	5	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
63	01.29	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	7	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
64	01.29	Liliana Manhente e Ana Souto	MASTER	GRE-AA	2	Amora - Seixal	17/05/2025
65	01.28	Ana Souto	SUB-18	ACDRSQ	3	Leiria e CNL	28/06/2025
66	01.27	Francisca Silva	SUB-18	CMP	3	Expocentro - Pombal	04/01/2025
67	01.26	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	10	Expocentro - Pombal	11/01/2025
68	01.26	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	7	Braga	10/05/2025

69	01.26	Sara Neto	SUB-14	OLIVAIS	7	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
70	01.26	Suelem Nunes	SUB-14	OLIVAIS	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
71	01.26	Vandércia Gouveia	SUB-14	OLIVAIS	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	24/05/2025
72	01.25	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	9	Vagos	15/03/2025
73	01.25	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	6	Estádio Cidade Coimbra	16/07/2025
74	01.25	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	7	Estádio Cidade Coimbra	16/07/2025
75	01.23	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	7	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
76	01.20	Heliana Manhent	MASTER	GRE-AA	1	Pombal	08/03/2025
77	01.20	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	8	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
78	01.20	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	9	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025
79	01.20	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	4	Estádio Cidade Coimbra	13/04/2025
80	01.18	Heliana Oliveira	SUB-16	AMCRS	10	Expocentro - Pombal	04/01/2025

81	01.16	Cêu Cunha Eva Lones	MASTER	CLUVE	1	Pombal	01/03/2025
82	01.15	Cêu Cunha Eva Lones	SUB-14	CLUVE	5	Arada	08/03/2025
83	01.14	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	11	Complexo desportivo de Febres	05/04/2025

Vara								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	03.27	Nerea Fernandez	SEN	GRE-AA	3	Leiria		12/07/2025
2	03.20	Nerea Fernandez	SEN	GRE-AA	1	Expocentro de Pombal		08/02/2025
3	03.10	Tiago Sampaio Lilliana	SUB-23	GS	3	Matosinhos		06/04/2025
4	02.70	Manhente Lilliana	MASTER	GRE-AA	2	Vagos		01/02/2025
5	02.70	Manhente Lilliana	MASTER	GRE-AA	2	Pombal		01/03/2025
6	02.65	Manhente Lilliana e Lilliana	MASTER	GRE-AA	3	Expocentro - Pombal		25/01/2025
7	02.64	Manhente Lilliana e Lilliana	MASTER	GRE-AA	2	Leiria e CNL		28/06/2025
8	02.60	Liliana Manhente e Lilliana	MASTER	GRE-AA	6	Vagos (Estádio Municipal)		01/06/2025
9	02.60	Manhente Lilliana e Lilliana	MASTER	GRE-AA	2	Branca		10/06/2025
10	02.50	Liliana Manhente e Lilliana	MASTER	GRE-AA	5	Forum Braga		11/01/2025
11	02.30	Inês Carvalho	SUB-23	AAC	3	Leiria e CNL		28/06/2025
12	02.25	Liliana Manhente e Lilliana	MASTER	GRE-AA	5	Forum Braga		05/02/2025
13	02.25	Inês Carvalho	SUB-23	AAC	6	Estádio Municipal de Leiria		18/06/2025
14	02.20	Inês Carvalho	SUB-23	AAC	2	Forum Braga		08/02/2025
15	02.20	Inês Carvalho	SUB-23	AAC	2	Pombal		07/06/2025

16	02.20	Inês Carvalho	SUB-23	AAC	4	Vários Locais		07/06/2025
17	02.05	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	4	Expocentro - Pombal		11/01/2025
18	02.00	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	1	Forum Braga		22/01/2025
19	01.92	Carolina Mendes	SUB-16	ADAC	7	Viana do Castelo		17/05/2025
20	01.90	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL		24/05/2025
21	01.80	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	6	Leiria e CNL		22/06/2025
Comprimento								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	05.78	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	0.20	21/06/2025
2	05.77	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	6	Expocentro de Pombal		22/02/2025
3	05.71	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	-0.6	15/02/2025
4	05.70	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	Leiria		12/07/2025
5	05.67	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	-0.4	01/06/2025
6	05.65	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	2	Expocentro de Pombal		08/02/2025
7	05.55	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	0	24/05/2025
8	05.52	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	Expocentro - Pombal		25/01/2025
9	05.49	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	0	10/05/2025
10	05.43	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	0.40	11/01/2025
11	05.30	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	0.50	18/01/2025
12	05.30	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	1	E.M. Fontelo		24/05/2025

13	05.27	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	-1.5	09/07/2025
14	05.26	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	2	Leiria e CNL	0.20	28/06/2025
15	05.24	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	3	Expocentro - Pombal		18/01/2025
16	05.14	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	1	Leiria e CNL	0.20	19/07/2025
17	05.10	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	3	E.M. Fontelo		24/05/2025
18	05.08	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	6	Lisboa	1.4	31/05/2025
19	05.05	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	4	Expocentro - Pombal		25/01/2025
20	05.04	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	9	Expocentro de Pombal		15/02/2025
21	04.94	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	4	Leiria e CNL	-1.5	19/07/2025
22	04.91	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	1	Leiria e CNL	-0.8	22/06/2025
23	04.90	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	1	Complexo Desportivo de Febres	2.20	04/06/2025
24	04.89	Ana Rita Limeira	SUB-14	SUOV	1	Estádio Municipal de Pombal - CNL	0.80	24/05/2025
25	04.87	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	2	Complexo Desportivo de Febres	1.50	04/06/2025
26	04.84	Carla Silveira	SUB-23	AAC	6	Expocentro - Pombal	0	25/01/2025
27	04.80	Carla Silveira	SUB-23	AAC	5	Forum Braga		19/02/2025
28	04.80	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	10	Lisboa	0.9	31/05/2025
29	04.76	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	10	Forum Braga	0	25/01/2025

30	04.73	Ana Rita Limeira	SUB-14	SUOV	1	Estádio Cidade Coimbra	-0.1	19/07/2025
31	04.71	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	11	Forum Braga	0	25/01/2025
32	04.70	Diana Bento	SUB-18	AAC	2	Pombal	-0.4	07/06/2025
33	04.70	Diana Bento	SUB-18	AAC	9	Vários Locais	-0.4	07/06/2025
34	04.69	Ana Rita Limeira	SUB-14	ADAC	1	CAR - Jamor		01/03/2025
35	04.67	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	8	Lisboa	1.3	31/05/2025
36	04.63	Diana Bento	SUB-18	AAC	8	Expocentro - Pombal	0	18/01/2025
37	04.63	Diana Bento	SUB-18	AAC	12	Forum Braga e Expocentro Pombal	0	18/01/2025
38	04.63	Inês Carvalho	SUB-23	AAC	6	Leiria e CNL	-1.6	28/06/2025
39	04.62	Guiomar Henriques	SUB-14	OLIVAIS	2	Estádio Municipal de Pombal - CNL	1.40	24/05/2025
40	04.60	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	-0.5	05/04/2025
41	04.51	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	10	Expocentro - Pombal		04/01/2025
42	04.51	Carla Silveira	SUB-23	AAC	2	Complexo desportivo de Febres	-0.1	05/04/2025
43	04.51	Vandercia Gouveia	SUB-14	OLIVAIS	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	2.50	24/05/2025

44	04.48	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	11	Expocentro - Pombal		04/01/2025
45	04.48	Carla Silveira	SUB-23	AAC	7	Leiria e CNL	-0.4	19/07/2025
46	04.47	Vandércia Gouveia	SUB-14	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	-2.3	05/04/2025
47	04.45	Diana Bento	SUB-18	AAC	8	Forum Braga		08/02/2025
48	04.41	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	2	Complexo desportivo de Febres	0.30	05/04/2025
49	04.41	Carolina Mendes	SUB-16	ADAC	12	Beja	-1	26/04/2025
50	04.41	Sara Carnim	SUB-16	ARC-EAC	1	Complexo Desportivo de Febres	-0.1	03/05/2025
51	04.40	Juliana Neves	SUB-18	GRE-AA	1	Expocentro - Pombal		11/01/2025
52	04.40	Carolina Mendes	SUB-16	ADAC	13	CAR - Jamor	0	01/03/2025
53	04.40	Rita Moura	SUB-18	GRE-AA	3	Complexo desportivo de Febres	0.50	05/04/2025
54	04.40	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	2	Leiria e CNL	0.90	22/06/2025
55	04.40	Ana Souto	SUB-18	CRDE-Centr	10	Matosinhos	-0.8	30/05/2025
56	04.37	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	2	Expocentro - Pombal		11/01/2025
57	04.37	Diana Bento	SUB-18	AAC	3	Expocentro - Pombal		11/01/2025
58	04.37	Gabriela Santos	SUB-16	OLIVAIS	2	Complexo Desportivo de Febres	-1.5	03/05/2025
59	04.35	Francisca Silva	SUB-18	CMP	11	Expocentro - Pombal		18/01/2025

60	04.35	Ana Souto	SUB-18	ACDRSQ	8	Leiria e CNL Estádio	1.20	28/06/2025
61	04.34	Leonor Fabrício	SUB-14	OLIVAIS	4	Municipal de Pombal - CNL	2.50	24/05/2025
62	04.33	Maria Reais	SUB-14	ADAC	9	Beja	0.90	26/04/2025
63	04.30	Guiomar Henriques	SUB-14	OLIVAIS	3	Complexo desportivo de Febres	-0.7	05/04/2025
64	04.30	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	2	Estarreja	0.10	07/06/2025
65	04.30	Ana Souto	SUB-18	ACDRSQ	8	Leiria e CNL	0.50	19/07/2025
66	04.28	Francisca Silva	SUB-18	CMP	4	Expocentro - Pombal		11/01/2025
67	04.27	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	5	Complexo desportivo de Febres	0.10	05/04/2025
68	04.27	Edissa Rita	SUB-14	OLIVAIS	4	Complexo desportivo de Febres	-0.9	05/04/2025
69	04.27	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	2	Amora - Seixal	-2.4	17/05/2025
70	04.25	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	5	Estádio Cidade Coimbra	-1	19/07/2025
71	04.23	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	3	Vagos	2.60	14/06/2025
72	04.22	Liliana Manhente	MASTER	GRE-AA	5	Braga	0	10/05/2025
73	04.20	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	2	Complexo desportivo de Febres	-1.7	05/04/2025
74	04.19	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	1	Estádio Municipal Seia	0.90	12/04/2025
75	04.19	Ana Souto	SUB-18	ACDRSQ	3	Leiria e CNL	-1.1	22/06/2025

76	04.17	Leonor Filipe	SUB-16	CLUVE	3	Complexo desportivo de Febres	-2.8	05/04/2025
77	04.17	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	7	Caldas da Rainha	1.90	31/05/2025
78	04.14	Carolina Mendes	SUB-16	OLIVAIS	4	Complexo desportivo de Febres	-0.2	05/04/2025
79	04.14	Francisca Silva	SUB-18	CMP	9	Leiria e CNL	0.30	28/06/2025
80	04.13	Leonor Fernandes	SUB-16	CAOH	3	Complexo Desportivo de Febres	-1.9	03/05/2025
81	04.12	Francisca Silva	SUB-18	CMP	17	Expocentro - Pombal	0	04/01/2025
82	04.11	Maria Miguel Neto	SUB-20	ARC-EAC	10	Leiria e CNL	0.20	28/06/2025
83	04.08	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	2	Vagos	0.30	15/03/2025
84	04.08	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	10	Estádio Cidade Coimbra	-1.2	19/07/2025
85	04.07	Inês Andrade Lindia	SUB-16	OLIVAIS	4	Leiria e CNL	-0.6	22/06/2025
86	04.06	Manhent	MASTER	GRE-AA	1	Pombal	0	08/03/2025
87	04.05	Iris Tabanez	SUB-18	ASCV	3	Complexo Desportivo de Febres	2.60	04/06/2025
88	04.03	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	5	Leiria e CNL	-1.1	22/06/2025
89	04.02	Inês Andrade	SUB-16	OLIVAIS	5	Expocentro - Pombal		11/01/2025
90	04.02	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	3	Vagos	0.10	15/03/2025
91	04.02	Victória Ferreira	SUB-16	AAC	5	Complexo desportivo de Febres	-2.4	05/04/2025

92	04.01	Iris Santos	SUB-16	ASCV	6	Leiria e CNL Estádio	-2	22/06/2025
93	04.01	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	9	Cidade Coimbra	2.60	19/07/2025
94	03.98	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	5	Estádio Municipal de Pombal - CNL	0.70	24/05/2025
95	03.97	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	6	Complexo desportivo de Febres	-0.7	05/04/2025
96	03.96	Heliana Oliveira	SUB-16	AMCRS	19	Expocentro - Pombal	0	04/01/2025
97	03.96	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	7	Leiria e CNL	0.20	22/06/2025
98	03.94	Heliana Oliveira	SUB-16	AMCRS	6	Expocentro - Pombal		11/01/2025
99	03.93	Madalena Calado	SUB-16	NSCPCDX	6	Estádio Municipal de Pombal - CNL	0.90	24/05/2025
100	03.91	Heliana Oliveira	SUB-16	AMCRS	7	Estádio Municipal de Pombal - CNL	1.50	24/05/2025
101	03.90	Maria Reais	SUB-14	CLUVE	4	Vagos	0.10	15/03/2025
102	03.85	Rafaella Brandão	SUB-18	CLUVE	4	Complexo Desportivo de Febres	1.40	04/06/2025
103	03.85	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	8	Estádio Municipal de Pombal - CNL	1.10	24/05/2025

104	03.84	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	4	Complexo Desportivo de Febres	-0.5	03/05/2025
105	03.79	Eva Iones	SUB-14	CLUVE	6	Estarreja	0.10	07/06/2025
106	03.77	Isabella Brandão	SUB-16	CLUVE	7	Expocentro - Pombal		11/01/2025
107	03.71	Matilde Maia	SUB-16	GRE-AA	8	Complexo desportivo de Febres	-1	05/04/2025
108	03.69	Sara Neves	SUB-16	CLUVE	21	Expocentro - Pombal		04/01/2025
109	03.69	Carla Cunha	SUB-18	AMCRS	8	Leiria e CNL	-0.6	22/06/2025
110	03.69	Carla Cunha	SUB-18	AMCRS	11	Leiria e CNL	0.20	28/06/2025
111	03.68	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	5	Vagos	0.20	15/03/2025
112	03.68	Ana Amado	SUB-16	CLUVE	9	Complexo desportivo de Febres	-1.1	05/04/2025
113	03.67	Ana Morais	MASTER	SUOV	3	Pombal		01/03/2025
114	03.66	Joana Nora	MASTER	GS	5	Complexo Desportivo de Febres	1.70	04/06/2025
115	03.65	Helena Bandarra	SUB-16	ACDRSQ	5	Complexo Desportivo de Febres	-1.3	03/05/2025
116	03.65	Joana Nora	MASTER	GS	6	Lousada	3.2	05/07/2025
117	03.64	Lara Pinto	SUB-18	NSCPCDX	12	Leiria e CNL	-0.1	28/06/2025
118	03.63	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	10	Complexo desportivo de Febres	-3.8	05/04/2025

119	03.62	Laura Santos	SUB-14	AMCRS	9	Estádio Municipal de Pombal - CNL	1.60	24/05/2025
120	03.62	Sofia Antunes	SUB-14	AAC	19	Estádio Cidade Coimbra	-1.9	19/07/2025
121	03.62	Joana Nora	MASTER	GS	3	Estádio Cidade Coimbra	-0.9	19/07/2025
122	03.61	Joana Nora	MASTER	GS	4	Pombal	0	01/03/2025
123	03.61	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	14	Estádio Cidade Coimbra	-1.2	19/07/2025
124	03.58	Lara Fernandes	SUB-16	OLIVAIS	8	Expocentro - Pombal		11/01/2025
125	03.55	Maria Bento Da Cruz	SUB-14	GS	10	Estádio Municipal de Pombal - CNL	0.50	24/05/2025
126	03.54	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	21	Estádio Cidade Coimbra	0.50	19/07/2025
127	03.54	Ana Morais	MASTER	SUOV	4	Lousada	0	05/07/2025
128	03.52	Lara Pinto	SUB-18	NSCPCDX	9	Expocentro - Pombal		11/01/2025
129	03.44	Maria Bento Da Cruz	SUB-14	GS	7	Complexo desportivo de Febres	-0.9	05/04/2025
130	03.44	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	11	Complexo desportivo de Febres	0.20	05/04/2025

131	03.42	Laura Pratas	SUB-16	CLUVE	6	Complexo Desportivo de Febres	-0.1	03/05/2025
132	03.39	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	11	Estádio Municipal de Pombal - CNL	1.20	24/05/2025
133	03.35	Xia Villanueva	SUB-14	AAC	24	Estádio Cidade Coimbra	-0.7	19/07/2025
134	03.34	Ana Rodrigues	SUB-16	NSCPCDX	9	Leiria e CNL	1.50	22/06/2025
135	03.30	Joana Lourenço	SUB-14	GS	12	Estádio Municipal de Pombal - CNL	0.90	24/05/2025
136	03.28	Céu Cunha	MASTER	CLUVE	1	Pombal		01/03/2025
137	03.28	Suelem Nunes	SUB-14	OLIVAIS	8	Complexo desportivo de Febres	-1.2	05/04/2025
138	03.28	Mafalda Pinto	SUB-10	CLUVE	2	Estádio Cidade Coimbra		19/07/2025
139	03.27	Eva Lopes	SUB-14	CLUVE	9	Complexo desportivo de Febres	-0.9	05/04/2025
140	03.25	Matilde Delgado	SUB-16	CLUVE	12	Complexo desportivo de Febres	-2.4	05/04/2025
141	03.24	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	10	Complexo desportivo de Febres	-3.4	05/04/2025
142	03.22	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	25	Estádio Cidade Coimbra	-0.2	19/07/2025

143	03.18	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	13	Estádio Municipal de Pombal - CNL	1.50	24/05/2025
144	03.10	Francisca Caetano	SUB-12	CLUVE	11	Estádio Cidade Coimbra		19/07/2025
145	03.02	Mariana Cardina	SUB-14	CLUVE	14	Estádio Municipal de Pombal - CNL	1.50	24/05/2025
146	02.90	Emanuel a Melo	SUB-12	CLUVE	13	Estádio Cidade Coimbra		19/07/2025
147	02.89	Maria Oliveira	SUB-16	CLUVE	13	Complexo desportivo de Febres	-1.9	05/04/2025
148	02.81	Kira Gomes	SUB-10	CLUVE	4	Estádio Cidade Coimbra	0	19/07/2025
149	02.70	Bianca Cravinho	SUB-16	CLUVE	7	Complexo Desportivo de Febres	-1	03/05/2025
150	02.67	Emanuel a Brandão	SUB-10	CLUVE	5	Estádio Cidade Coimbra		19/07/2025
151	02.60	Alice Carvalho	SUB-12	CLUVE	16	Estádio Cidade Coimbra		19/07/2025
152	02.57	Constança Caetano	SUB-10	CLUVE	6	Estádio Cidade Coimbra		19/07/2025
153	02.32	Violeta Montez	SUB-10	CLUVE	7	Estádio Cidade Coimbra		19/07/2025

154	02.29	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	15	Lousada	0	05/07/2025
155	02.21	Manuela Gil	MASTER	CLUVE	16	Lousada	0	05/07/2025
156	01.95	Rita Montez	SUB-12	CLUVE	17	Estádio Cidade Coimbra		19/07/2025
Tripla								
RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	12.15	Uxia Paz	SEN	GRE-AA	1	Expocentro de Pombal	0	08/02/2025
2	12.12	Uxia Paz	SEN	GRE-AA	1	Forum Braga	0	11/01/2025
3	11.77	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	2	Expocentro - Pombal		05/01/2025
4	11.54	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	4	Leiria	-0.5	12/07/2025
5	11.37	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	-0.4	11/01/2025
6	11.08	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	2	Leiria e CNL	-0.6	28/06/2025
7	11.01	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	3	Estádio Municipal de Leiria	-1.2	18/06/2025
8	10.98	Natacha Fonseca	SEN	GRE-AA	9	Expocentro de Pombal		22/02/2025
9	10.75	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	3	Leiria e CNL	0.50	19/07/2025
10	10.65	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	9	Expocentro de Pombal		15/02/2025
11	10.64	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	4	Expocentro - Pombal	0	05/01/2025
12	10.64	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	6	Expocentro - Pombal		25/01/2025
13	10.63	Carla Silveira	SUB-23	AAC	5	Expocentro - Pombal	0	05/01/2025
14	10.63	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	1	E.M. Fontelo	0.20	06/06/2025

15	10.61	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	3	Expocentro - Pombal		18/01/2025
16	10.61	Carla Silveira	SUB-23	AAC	8	Expocentro - Pombal		25/01/2025
17	10.61	Carla Silveira	SUB-23	AAC	7	Forum Braga		08/02/2025
18	10.58	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	5	Leiria e CNL	-1.3	28/06/2025
19	10.55	Leonor Saraiva	SUB-20	GRE-AA	1	Complexo desportivo de Febres	0.70	27/04/2025
20	10.54	Carla Silveira	SUB-23	AAC	6	Expocentro - Pombal		18/01/2025
21	10.54	Carla Silveira	SUB-23	AAC	6	Forum Braga e Expocentro Pombal		18/01/2025
22	09.97	Iara Ferreira	SUB-18	OLIVAIS	4	Expocentro - Pombal	0	11/01/2025
23	09.71	Inês Andrade	SUB-16	OLIVAIS	3	Estádio Municipal de Pombal - CNL	-0.8	24/05/2025
24	09.63	Carla Silveira	SUB-23	AAC	3	Pombal	0.50	07/06/2025
25	09.63	Carla Silveira	SUB-23	AAC	10	Vários Locais	0.50	07/06/2025
26	09.58	Maria Pinto	SUB-16	NSCPCDX	5	Expocentro - Pombal		11/01/2025
27	09.55	Inês Andrade	SUB-16	OLIVAIS	9	Leiria e CNL	-0.6	22/06/2025
28	09.16	Manhenta Maria	MASTER	GRE-AA	2	Lousada	0	15/02/2025
29	09.07	Manhenta Maria	MASTER	GRE-AA	2	Pombal		01/03/2025
30	08.57	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	13	Leiria e CNL	-1.1	22/06/2025

31	08.52	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	8	Estádio Municipal de Pombal - CNL	-1.1	24/05/2025
32	08.19	Carolina Santos	SUB-16	ADAC	17	Viana do Castelo	1.40	17/05/2025
33	08.12	Ana Morais	MASTER	SUOV	2	Lousada	1.7	05/07/2025
34	07.89	Carolina Santos	SUB-16	GRE-AA	1	Complexo Desportivo de Febres	-1.4	03/05/2025
35	07.82	Ana Morais	MASTER	SUOV	2	Pombal		01/03/2025
36	07.73	Ana Morais	MASTER	SUOV	1	Vagos (Estádio Municipal)	1.90	15/02/2025
37	06.49	Céu Cunha	MASTER	CLUVE	1	Pombal		01/03/2025
38	04.90	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	19	Lousada	3.2	05/07/2025
39	04.77	Helena Carvalho	MASTER	CLUVE	1	Pombal		01/03/2025

Quadruplo Inf

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	12.83	Vandércia Gouveia	SUB-14	OLIVAIS	1	Complexo desportivo de Febres	4.30	26/04/2025
2	12.61	Ana Rita Limeira	SUB-14	SUOV	2	Complexo desportivo de Febres	7.60	26/04/2025
3	12.40	Guiomar Henriques	SUB-14	OLIVAIS	3	Complexo desportivo de Febres	4.10	26/04/2025
4	12.28	Edissa Rita	SUB-14	OLIVAIS	4	Complexo desportivo de Febres	4.30	26/04/2025

5	11.40	Narayana António	SUB-14	OLIVAIS	5	Complexo desportivo de Febres	1.90	26/04/2025
6	10.92	Leonor Fabrício	SUB-14	OLIVAIS	6	Complexo desportivo de Febres	2.90	26/04/2025
7	10.53	Sara Neto	SUB-14	OLIVAIS	7	Complexo desportivo de Febres	2.10	26/04/2025
8	10.53	Maria Bento Da Cruz	SUB-14	GS	8	Complexo desportivo de Febres	2.30	26/04/2025
9	10.01	Bianca Loureiro	SUB-14	GS	9	Complexo desportivo de Febres	4.40	26/04/2025

Vara em distância

RANK	Marca	Nome	Escalão	Clube	Class	Local	Vento	Data
1	04.63	Pilar Pinto Edissa Rita	SUB-14	OLIVAIS	3	Almeirim		19/06/2025
2	04.38		SUB-14	OLIVAIS	7	Almeirim		19/06/2025