

**PISTA COBERTA - RANKING ABSOLUTO FEMININO 2019 - Atualizado a 30 MARÇO**

<b>Ord</b>	<b>Marca</b>	<b>Nome do Atleta</b>	<b>Data Nasc.</b>	<b>CLUBE</b>	<b>Data</b>	<b>Local</b>	<b>Observ</b>
<b>60 METROS</b>							
	7,86	Sara Seabra	19.12.01	UCE	16.02.19	Braga	
	8,09	Patricia Vaz	13.06.94	IND-C	17.03.19	Pombal	
	8,16	Lurdes Oliveira	06.03.04	UCE	05.01.19	Pombal	
	8,30	Suzana Cruz	12.11.98	UCE	12.01.19	Pombal	
	8,57	Marta Serra	19.01.02	ARC-EAC	05.01.19	Pombal	
	8,63	Luísa Pereira	13.09.97	UCE	12.01.19	Pombal	
	8,65	Eva Oliveira	22.11.01	UCE	16.02.19	Pombal	
	8,69	Virgínia Gonçalves	20.07.01	CCX	12.01.19	Pombal	
	8,70	Marta Morgado	06.03.95	UCE	17.03.19	Pombal	
	8,75	Cláudia Torres	08.10.03	CCX	16.02.19	Pombal	
	8,91	Gabriela Reis	04.02.05	ARC-EAC	05.01.19	Pombal	
	8,97	Laura Rodrigues	05.06.02	UCE	16.02.19	Pombal	
	9,01	Catarina Marques	04.01.03	GSOL	10.02.19	Pombal	
	9,08	Beatriz Saraiva	19.08.02	UCE	16.02.19	Pombal	
	9,16	Ana Fonseca	05.02.04	AMCRS	05.01.19	Pombal	
	9,16	Matilde Freixinho	19.12.05	CAOH	05.01.19	Pombal	
	9,21	Mariana Pereira	21.10.03	CPTSC	12.01.19	Pombal	
	9,25	Margarida Oliveira	31.07.08	UCE	16.03.19	Pombal	
	9,29	Ana Morais	V08.11.65	SUOV	02.03.19	Braga	<b>W50 - RD</b>
	9,30	Matilde Pimenta	10.06.04	CCX	05.01.19	Pombal	
	9,31	Beatriz Carvalheiro	11.06.02	GSOL	05.01.19	Pombal	
	9,36	Beatriz Fernandes	28.10.05	CCX	05.01.19	Pombal	
	9,40	Mariana Reis	31.08.01	CPTSC	12.01.19	Pombal	
	9,64	Carolina Neves	06.02.03	SMOV	05.01.19	Pombal	
	9,91	Inês Santos	22.12.02	CLUVE	10.02.19	Pombal	
	10,02	Carolina Silva	12.12.01	GSOL	12.01.19	Pombal	
	10,40	Sara Martins	V29.04.75	CLUVE	02.03.19	Braga	<b>W40</b>
	11,25	Ana Santos	V09.05.79	CLUVE	02.03.19	Braga	<b>W35</b>
	11,44	Otília Colaço	V04.05.60	CLUVE	02.03.19	Braga	<b>W55</b>
	11,50	Emília Nunes	V02.09.54	CLUVE	02.03.19	Braga	<b>W60</b>
	11,88	Isabel Costa	V29.05.62	CLUVE	02.03.19	Braga	<b>W55</b>
	11,92	Fernanda Silva	V05.08.56	CLUVE	02.03.19	Braga	<b>W60</b>
	12,26	Paula Martinho	V10.12.54	CLUVE	02.03.19	Braga	<b>W60</b>
	13,41	Nilza Ribeiro	V14.04.50	CLUVE	02.03.19	Braga	<b>W65</b>
	13,53	Helena Carvalho	V24.12.50	CLUVE	02.03.19	Braga	<b>W65</b>
<b>150 METROS</b>							
	23,34	Leonor Saraiva	12.11.07	UCE	16.03.19	Pombal	
<b>200 METROS</b>							
	26,22	Sara Seabra	19.12.01	UCE	13.01.19	Pombal	
	27,02	Lurdes Oliveira	06.03.04	UCE	06.01.19	Pombal	
	27,33	Luísa Pereira	13.09.97	UCE	13.01.19	Pombal	
	28,12	Rute Lopes	17.02.92	UCE	13.01.19	Pombal	
	28,47	Virgínia Gonçalves	20.07.01	CCX	13.01.19	Pombal	
	29,00	Eva Oliveira	22.11.01	UCE	17.02.19	Pombal	
	29,68	Marta Morgado	06.03.95	UCE	13.01.19	Pombal	
	29,87	Beatriz Cruz	20.12.03	UCE	28.12.18	Pombal	
	29,88	Cláudia Torres	08.10.03	CCX	17.02.19	Pombal	
	30,25	Laura Rodrigues	05.06.02	UCE	17.02.19	Pombal	
	30,46	Beatriz Saraiva	19.08.02	UCE	13.01.19	Pombal	
	30,49	Maria Inês Nunes	08.04.04	CCX	06.01.18	Pombal	

30,77	Daniela Mota	08.01.04 UCE	06.01.19 Pombal	
31,52	Matilde Pimenta	10.06.04 CCX	06.01.19 Pombal	
31,75	Mariana Reis	31.08.01 CPTSC	13.01.19 Pombal	
32,33	Ana Morais	V08.11.65 SUOV	03.03.19 Braga	<b>W50</b>
40,89	Emília Nunes	V02.09.54 CLUVE	03.03.19 Braga	<b>W60-</b>
41,89	Teresa Mendes	V13.05.64 CLUVE	03.03.19 Braga	<b>W50</b>
42,86	Fernanda Silva	V05.08.56 CLUVE	03.03.19 Braga	<b>W60</b>
45,94	Manuela Gil	V25.06.67 CLUVE	03.03.19 Braga	<b>W50</b>

#### **250 METROS**

34,57	Lurdes Oliveira	06.03.04 UCE	16.03.19 Pombal	<b>RDIni</b>
37,60	Joana Santos	26.03.05 UCE	16.03.19 Pombal	
38,67	Daniela Mota	08.01.04 UCE	16.03.19 Pombal	

#### **300 METROS**

48,35	Beatriz Saraiva	19.08.02 UCE	29.12.18 Pombal	
49,57	Matilde Freixinho	19.12.05 CAOH	05.01.19 Pombal	
49,57	Maria Inês Nunes	08.04.04 CCX	05.01.19 Pombal	
51,31	Laura Rodrigues	05.06.02 UCE	05.01.19 Pombal	
51,48	Mariana Pereira	21.10.03 CPTSC	05.01.19 Pombal	
53,09	Ana Albano	28.11.05 CPTSC	05.01.19 Pombal	
57,17	Maria Miguel Neves	27.01.05 CPTSC	05.01.19 Pombal	

#### **400 METROS**

59,68	Francisca Cantante	18.12.99 UCE	02.03.19 Pombal	
60,51	Luísa Pereira	13.09.97 UCE	09.02.19 Pombal	
62,97	Virginia Gonçalves	20.07.01 CCX	16.02.19 Pombal	
67,26	Eva Oliveira	22.11.01 UCE	16.02.19 Pombal	
70,34	Marta Morgado	06.03.95 UCE	17.03.19 Pombal	
74,43	Laura Rodrigues	05.06.02 UCE	12.01.19 Pombal	
79,71	Sara Martins	V29.04.75 CLUVE	02.03.19 Braga	<b>W40</b>
101,01	Otilia Colaço	V04.05.60 CLUVE	02.03.19 Braga	<b>W55</b>

#### **600 METROS**

1.42,20	Stela Fernandes	19.09.06 GSOL	16.03.19 Pombal	<b>RDInf</b>
1.47,56	Margarida Oliveira	31.07.08 UCE	16.03.19 Pombal	
2.18,93	Leonor Saraiva	12.11.07 UCE	16.03.19 Pombal	

#### **800 METROS**

2.16,04	Francisca Cantante	18.12.99 UCE	10.02.19 Pombal	
2.24,57	Inês Rodrigues	12.04.03 CCX	17.02.19 Pombal	<b>RDJV</b>
2.26,43	Andreia Eliseu	26.03.01 UCE	13.01.19 Pombal	
2.27,54	Virginia Gonçalves	20.07.01 CCX	03.02.19 Pombal	
2.41,26	Catarina Gonçalves	20.05.03 UCE	13.01.19 Pombal	
2.46,77	Matilde Pereira	14.12.02 GSOL	13.01.19 Pombal	
2.58,35	Mariana Pereira	21.10.03 CPTSC	06.01.18 Pombal	
3.01,39	Eva Oliveira	22.11.01 UCE	28.12.18 Pombal	
3.04,84	Laura Rodrigues	05.06.02 UCE	28.12.18 Pombal	
3.22,18	Maria Neves	27.01.05 CPTSC	06.01.18 Pombal	
3.29,12	Inês Santos	22.12.02 CLUVE	16.12.18 Pombal	

#### **1.500 METROS**

4.51,48	Raquel Cantante	05.08.96 UCE	16.02.19 Braga	
5.02,30	Francisca Cantante	18.12.99 UCE	12.01.19 Pombal	
5.09,56	Inês Rodrigues	12.04.03 CCX	02.02.19 Pombal	
5.27,19	Beatriz Godinho	25.11.04 ARC-EAC	05.01.19 Pombal	
5.38,42	Tânia Sabino	19.06.89 UCE	12.01.19 Pombal	
5.47,88	Tatiana Ferreira	04.05.01 GSOL	12.01.19 Pombal	

5.53,42	Catarina Gonçalves	20.05.03 UCE	12.01.19 Pombal
5.55,69	Matilde Pereira	14.12.02 UCE	12.01.19 Pombal
6.00,29	Marta Lobo	01.04.94 UCE	12.01.19 Pombal

### 3.000 METROS

10.18,01	Joana Ferreira	04.06.97 UCE	17.02.19 Braga	<b>RDabs</b>
10.29,39	Raquel Cantante	05.08.96 UCE	17.03.19 Pombal	
12.03,08	Marta Lobo	01.04.94 UCE	17.03.19 Pombal	
12.57,62	Tatiana Ferreira	04.05.01 GSOL	28.12.18 Pombal	

### 4 X 200 METROS

1.58,92 JV	Beatriz Cruz	20.12.03 UCE	06.01.19	Pombal	
	Daniela Mota	08.01.04			
	Beatriz Saraiva	19.08.02			
	Lurdes Oliveira	06.03.04			
1.59,82 JN	Beatriz Saraiva	19.08.02 UCE	17.02.19	Pombal	
	Laura Rodrigues	05.06.02			
	Eva Oliveira	22.11.01			
	Catarina Gonçalves	20.05.03			
2.02,28	Maria Inês Nunes	08.04.04 CCX	06.01.19	Pombal	
	Matilde Pimenta	10.06.04			
	Inês Rodrigues	12.04.03			
	Beatriz Fernandes	28.10.05			
2.58,23	Almira Mateus	V29.03.60 CLUVE	03.03.19	Braga	<b>W55 RN</b>
	Fernanda Silva	V05.08.56			
	Isabel Costa	V29.05.62			
	Emília Nunes	V02.09.54			

### 4 X 400 METROS

4.04,77	Rute Lopes	17.02.92 UCE	17.02.19	Braga
	Raquel Cantante	05.08.96		
	Francisca Cantante	18.12.99		
	Luísa Pereira	13.09.97		

### 60 M BAR 076 - 1

12,33	Bruna Penetra	10.04.06 CDP-C	24.02.19	Pombal	
13,79	Almira Mateus	V29.03.60 CLUVE	02.03.19	Braga	<b>W55</b>
13,95	Rita Abrantes	08.03.07 CDP-C	24.02.19	Pombal	
14,14	Leonor Saraiva	12.11.07 UCE	24.02.19	Pombal	
14,27	Inês Almeida	19.07.06 CPTSC	24.02.19	Pombal	
15,27	Diana Tavares	23.02.07 IND-C	24.02.19	Pombal	
19,52	Inês Almeida	13.02.06 CDP-C	24.02.19	Pombal	

### 60 M BAR 076 - 2

9,85	Lurdes Oliveira	06.03.04 UCE	02.03.19	Alpiarça
11,51	Ana Fonseca	05.02.04 AMCRS	27.01.19	Pombal
11,76	Joana Rodrigues	23.07.05 CDP-C	27.01.19	Pombal
12,06	Daniela Mota	08.01.04 UCE	27.01.19	Pombal
13,03	Diana Laranjeiro	06.01.05 CLUVE	27.01.19	Pombal
13,37	Joana Santos	26.03.05 UCE	27.01.19	Pombal
13,88	Juliana Neves	16.06.05 CLUVE	27.01.19	Pombal

### 60 M BAR 076 - 3

10,49	Beatriz Saraiva	19.08.02 UCE	02.03.19	Alpiarça
11,17	Ana Fonseca	05.02.04 AMCRS	06.01.19	Pombal
12,15	Daniela Mota	08.01.04 UCE	06.01.19	Pombal
13,17	Natália Pinto	04.08.03 AMCRS	10.02.19	Pombal
14,41	Inês Santos	22.12.02 CLUVE	16.12.18	Pombal

**60 M BAR 084**

9,94	Rute Lopes	17.02.92 UCE	27.01.19 Pombal
10,98	Suzana Cruz	12.11.98 UCE	16.12.18 Pombal
11,17	Beatriz Saraiva	19.08.02 UCE	17.02.19 Pombal
11,58	Andreia Eliseu	26.03.01 UCE	16.12.18 Pombal

**3.000 M MARCHA**

18.23,15	Teresa Mendes	V 13.05.64 CLUVE	02.03.18 Braga	<b>W50</b>
20.18,84	Ana Tocha	04.10.94 UCE	16.02.18 Braga	
22.59,87	Bárbara Alves	12.04.03 CLUVE	06.01.19 Pombal	

**PESO 2**

8,65	Inês Almeida	13.02.06 CDP-C	24.02.19 Pombal	
6,13	Rita Abrantes	08.03.07 CDP-C	24.02.19 Pombal	
5,56	Diana Tavares	23.02.07 IND-C	24.02.19 Pombal	
5,42	Bruna Penetra	10.04.06 CDP-C	24.02.19 Pombal	
5,25	Ivone Lobo	V 28.12.36 CLUVE	02.03.19 Braga	<b>W80</b>
5,07	Inês Almeida	19.07.06 CPTSC	24.02.19 Pombal	
4,61	Leonor Saraiva	12.11.07 UCE	24.02.19 Pombal	

**PESO 3**

12,52	Céu Cunha	V13.12.62 CLUVE	25.03.19 Torun	<b>W55 - RN</b>
9,45	Natália Pinto	04.08.03 AMCRS	10.02.19 Pombal	
8,64	Renata Santos	17.10.04 AMCRS	05.01.19 Pombal	
8,44	Isabel Costa	V29.05.62 CLUVE	02.03.19 Braga	<b>W55</b>
8,06	Diana Laranjeiro	06.01.05 CLUVE	27.01.19 Pombal	
7,80	Lurdes Oliveira	06.03.04 UCE	02.03.19 Alpiarça	
7,57	Paula Martinho	V10.12.54 CLUVE	02.03.19 Braga	<b>W60</b>
7,49	Catarina Marques	04.01.03 GSOL	02.03.19 Alpiarça	
7,48	Elisabete Cardoso	V02.06.58 SUOV	02.03.19 Braga	<b>W60</b>
6,98	Manuela Gil	V25.06.67 CLUVE	02.03.19 Braga	<b>W50</b>
6,53	Teresa Mendes	V13.05.64 CLUVE	02.03.19 Braga	<b>W50</b>
6,52	Juliana Neves	16.06.05 CLUVE	27.01.19 Pombal	
6,39	Beatriz Saraiva	19.08.02 UCE	10.02.19 Pombal	
6,27	Nilza Ribeiro	V14.04.50 CLUVE	02.03.19 Braga	<b>W65 - RN</b>
6,23	Cláudia Torres	08.10.03 CCX	10.02.19 Pombal	
6,11	Ana Fonseca	05.02.04 AMCRS	27.01.19 Pombal	
6,05	Laura Rodrigues	05.06.02 UCE	10.02.19 Pombal	
5,89	Joana Rodrigues	23.07.05 CDP-C	27.01.19 Pombal	
5,85	Daniela Mota	08.01.04 UCE	27.01.19 Pombal	
5,51	Joana Santos	26.03.05 UCE	27.01.19 Pombal	
5,20	Inês Santos	22.12.02 CLUVE	16.12.18 Pombal	
4,06	Fernanda Silva	V05.08.56 CLUVE	02.03.19 Braga	<b>W60</b>

**PESO 4**

9,23	Beatriz Santos	27.12.00 UCE	16.02.19 Braga
8,88	Natália Pinto	04.08.03 AMCRS	16.02.19 Pombal
8,10	Susana Cruz	12.11.98 UCE	16.12.18 Pombal
7,08	Beatriz Simões	25.05.00 AMCRS	16.02.19 Pombal
6,81	Andreia Eliseu	26.03.01 UCE	16.12.18 Pombal

**ALTURA**

1,50	Suzana Cruz	12.11.98 UCE	16.12.18 Pombal
1,41	Andreia Eliseu	26.03.01 UCE	16.12.18 Pombal

1,27	Mariana Pereira	21.10.03 CPTSC	05.01.19 Pombal	
1,27	Daniela Mota	08.01.04 UCE	05.01.19 Pombal	
1,25	Céu Cunha	V13.12.62 CLUVE	03.03.19 Braga	<b>W55 RN =</b>
1,22	Beatriz Saraiva	19.08.02 UCE	02.03.19 Alpiarça	
1,18	Natália Pinto	04.08.03 AMCRS	10.02.19 Pombal	
1,05	Almira Mateus	V29.03.60 CLUVE	03.03.19 Braga	<b>W55</b>
1,00	Emília Nunes	V02.09.54 CLUVE	03.03.19 Braga	<b>W60</b>
1,00	Teresa Mendes	V13.05.64 CLUVE	03.03.19 Braga	<b>W50</b>
0,90	Manuela Gil	V25.06.67 CLUVE	03.03.19 Braga	<b>W50</b>

### **COMPRIMENTO**

5,66	Suzana Cruz	12.11.98 UCE	27.01.19 Pombal	
5,43	Lurdes Oliveira	06.03.04 UCE	02.03.19 Oeiras	<b>RDIni</b>
5,06	Patrícia Vaz	13.06.94 IND-C	17.03.19 Pombal	
4,85	Beatriz Cruz	20.12.03 UCE	06.01.19 Pombal	
4,69	Andreia Eliseu	26.03.01 UCE	16.12.18 Pombal	
4,64	Catarina Marques	04.01.03 GSOL	02.03.19 Alpiarça	
4,20	Laura Rodrigues	05.06.02 UCE	10.02.19 Pombal	
4,11	Cláudia Torres	08.10.03 CCX	16.02.19 Pombal	
4,08	Joana Santos	26.03.05 UCE	27.01.19 Pombal	
4,00	Diana Laranjeiro	06.01.05 CLUVE	27.01.19 Pombal	
3,96	Ana Fonseca	05.02.04 AMCRS	27.01.19 Pombal	
3,94	Ana Morais	V08.11.65 SUOV	02.03.19 Braga	<b>W50</b>
3,94	Joana Rodrigues	23.07.05 CDP-C	27.01.19 Pombal	
3,85	Céu Cunha	V13.12.62 CLUVE	02.03.19 Braga	<b>W55 - RN</b>
3,78	Daniela Mota	08.01.04 UCE	27.01.19 Pombal	
3,74	Maria Inês Nunes	08.04.04 CCX	06.01.19 Pombal	
3,70	Beatriz Fernandes	28.10.05 CCX	06.01.19 Pombal	
3,68	Beatriz Simões	25.05.00 AMCRS	16.02.19 Pombal	
3,57	Bruna Penetra	10.04.06 CDP-C	24.02.19 Pombal	
3,48	Rita Abrantes	08.03.07 CDP-C	24.02.19 Pombal	
3,48	Inês Santos	22.12.02 CLUVE	10.02.19 Pombal	
3,46	Natália Pinto	04.08.03 AMCRS	16.02.19 Pombal	
3,41	Leonor Saraiva	12.11.07 UCE	24.02.19 Pombal	
3,19	Ana Albano	28.11.05 CPTSC	27.01.19 Pombal	
3,11	Inês Almeida	19.07.06 CPTSC	24.02.19 Pombal	
3,05	Diana Tavares	23.02.07 IND-C	24.02.19 Pombal	
2,99	Almira Mateus	V29.03.60 CLUVE	02.03.19 Braga	<b>W55</b>
2,71	Inês Almeida	13.02.06 CDP-C	24.02.19 Pombal	
2,68	Emília Nunes	V02.09.54 CLUVE	02.03.19 Braga	<b>W60</b>
1,61	Helena Carvalho	24.12.50 CLUVE	02.03.19 Braga	<b>W65</b>
1,07	Ivone Lobo	V28.12.36 CLUVE	02.03.19 Braga	<b>W80 RN</b>

### **TRIPLO**

12,68	Suzana Cruz	12.11.98 UCE	03.03.19 Pombal	<b>RD</b>
10,75	Andreia Eliseu	26.03.01 UCE	13.01.19 Pombal	
9,77	Beatriz Cruz	20.12.03 UCE	06.01.19 Pombal	
9,72	Catarina Marques	04.01.03 GSOL	13.01.19 Pombal	
7,96	Céu Cunha	V13.12.62 CLUVE	03.03.19 Braga	<b>W55</b>
7,89	Ana Morais	V08.11.65 SUOV	03.03.19 Braga	<b>W50</b>
5,93	Almira Mateus	V29.03.60 CLUVE	03.03.19 Braga	<b>W55</b>

**QUADRUPLA**

10,80	Joana Santos	26.03.05 UCE	16.03.19 Pombal
-------	--------------	--------------	-----------------

**VARA**

2,80	Sara Mota	30.10.97 UCE	16.03.19 Pombal	<b>RDabs</b>
------	-----------	--------------	-----------------	--------------

**TRIATLO - INF****Peso2-60MB076-Compr.**

788	Bruna Penetra	10.04.06 CDP-C	24.02.19 Pombal
	5,42-12,33-3,57		
631	Rita Abrantes	08.03.07 CDP-C	24.02.19 Pombal
503	Inês Almeida	13.02.06 CDP-C	24.02.19 Pombal
503	Leonor Saraiva	12.11.07 UCE	24.02.19 Pombal
465	Inês Almeida	19.07.06 CPTSC	24.02.19 Pombal
413	Diana Tavares	23.02.07 IND-C	24.02.19 Pombal

**TRIATLO - INIC****Compr.-60MB076-Peso3**

1.715	Lurdes Oliveira	06.03.04 UCE	02.03.19 Alpiarça	<b>RD</b>
	<b>5,11-9,85-7,80</b>			
1.033	Ana Fonseca	05.02.04 AMCRS	27.01.19 Pombal	
976	Joana Rodrigues	23.07.05 CDP-C	27.01.19 Pombal	
962	Diana Laranjeiro	06.01.05 CLUVE	27.01.19 Pombal	
896	Daniela Mota	08.01.04 UCE	27.01.19 Pombal	
779	Joana Santos	26.03.05 UCE	27.01.19 Pombal	
465	Juliana Neves	16.06.05 CLUVE	27.01.19 Pombal	
140	Ana Albano	28.11.05 CPTSC	27.01.19 Pombal	

**TRIATLO - JUV - PC****Altura-60MB076-Peso3**

1.237	Beatriz Saraiva	19.08.02 UCE	02.03.19 Alpiarça
	<b>1,22-10,49-6,19</b>		
1.022	Natália Pinto	04.08.03 AMCRS	10.02.19 Pombal

**TRIATLO 2 - JUV****60M-Peso3-Comprimento**

1.363	Catarina Marques	04.01.03 GSOL	02.03.19 Alpiarça
	<b>9,10-7,49-4,61</b>		
1.187	Laura Rodrigues	05.06.02 UCE	10.02.19 Pombal
995	Cláudia Torres	08.10.03 CCX	10.02.19 Pombal
771	Inês Santos	22.12.02 CLUVE	10.02.19 Pombal

**60mb76-Altura-Peso3-Comprimento-800****PENTATLO JUV PC**

634	Inês Santos	22.12.02 CLUVE	16.12.18 Pombal
	<b>14,41-0-5,20-3,28-3.29,12</b>		

**PENTATLO JN/SN PC****60mb76-Altura-Peso3-Comprimento-800**

2.428	Andreia Eliseu	26.03.01 UCE	16.12.18 Pombal
	<b>11,58-1,41-6,81-4,69-2.32,63</b>		
2.195	Suzana Cruz	12.11.98 UCE	16.12.18 Pombal

