

FEMININOS

60 metros

	8.06		Cristiana Cunha	91	GS-RC	28.02.09	Pombal
	8.14	R IF-IN	Patrícia Vaz	96	GS-RC	01.05.09	Leiria
		2.0					
	8.36		Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	21.02.09	Pombal
	8.39		Sílvia Soares	92	GS-RC	06.12.08	Pombal
	8.50		Mª Manuel Silva	95	ACM	07.03.09	Alpiarça
	8.55		Sandra Borges	83	GS-RC	17.01.09	Espinho
	8.59		Ana Figueiredo	91	GS-RC	06.12.08	Pombal
	8.81		Ana Cristina Cavaleiro	91	SUOVais	19.12.08	Pombal
	8.88		Inês Jesus	93	GR-RC	03.01.09	Pombal
M	9.14		Carolina Noronha	89	AAC	03.01.09	Pombal
	9.16	- 0.6	Eliana Silva	96	ACM	27.06.09	Coimbra
M	9.24	2.0	Sara Azevedo	96	AAC	14.03.09	Coimbra
	9.32	1.7	Joana Pedreiras	97	GS-RC	04.07.09	Leiria
	9.57	- 1.3	Andreia Gomes	98	AAC	06.06.09	Luso
	9.59	1.7	Inês Arada	98	GS-RC	29.07.09	Aveiro

80 metros

	10.83	0.4	Patrícia Vaz	96	GS-RC	10.05.09	Leiria
	10.96	0.1	Mª Manuel Silva	95	ACM	18.04.09	Luso
	11.51	0.0	Patrícia Fonseca	94	ACM	05.04.09	Luso
	11.62	0.6	Érica Gomes	94	AAC	09.05.09	Coimbra
	11.74	0.1	Adriana Santos	94	ASCV	18.04.09	Luso
	11.72	0.4	Alexandra Carvalho	95	ACM	06.06.09	Luso
	11.80	1.1	Joana Pedreiras	97	GS-RC	15.07.09	Maia
	11.95	0.1	Andreia Vieira	94	GS-RC	18.04.09	Luso

100 metros

	12.88	0.0	Cristiana Cunha	91	GS-RC	09.05.09	Luso
	13.16	1.4	Sandra Borges	83	GS-RC	30.05.09	Viseu
	13.04	1.3	Silvia Soares	92	GS-RC	17.05.09	Albufeira
	13.29	0.8	Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	19.04.09	Luso
	13.94	1.2	Inês Jesus	93	GS-RC	30.05.09	Viseu
	14.05	- 0.5	Daniela Lopes	91	GS-RC	27.06.09	Coimbra
M	14.14	- 1.2	Érica Gomes	94	AAC	10.06.09	Luso
M	14.34	- 1.2	Patrícia Fonseca	94	ACM	10.06.09	Luso
M	14.84	- 1.2	Alexandra Carvalho	95	ACM	10.06.09	Luso
M	14.84		Nélida Mendes	91	AAC	14.03.09	Coimbra
	14.88	- 0.4	Carolina Noronha	89	AAC	23.05.09	Coimbra
M	14.94	- 1.2	Mariana Costa	95	AAFFL	10.06.09	Luso

150 metros

	20.13	R 1.3	Patrícia Vaz	96	GS-RC	15.07.09	Maia
M	22.54	- 0.3	Andreia Gomes	98	AAC	10.06.09	Luso
	22.68	0.9	Joana Pedreiras	97	GS-RC	08.07.09	Viseu
	22.72	0.9	Susana Maia	97	GS-RC	08.07.09	Viseu
	22.79	- 0.3	Eliana Silva	96	AAC	27.06.09	Coimbra
M	23.34	1.1	Vera Alves	97	EBALH	10.06.09	Luso
	23.46	0.9	Joana Moreto	98	GS-RC	08.07.09	Viseu

200 metros

	26.48		Cristiana Cunha	91	GS-RC	15.02.09	Pombal
	27.03	0.6	Sílvia Soares	92	GS-RC	18.07.09	Seia
	27.83	0.0	Isabel Areias	85	GS-RC	25.04.09	Luso
	27.84	0.4	Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	04.04.09	Luso
M	27.54	0.8	Sandra Borges	83	GS-RC	10.05.09	Coimbra
	27.90	- 1.0	Rute Lopes	92	GS-RC	04.07.09	Leiria
	29.12		Ana Figueiredo	91	GS-RC	20.12.08	Pombal
	29.25		Daniela Lopes	91	GS-RC	04.01.09	Pombal

250 metros

36.42	M ^a Manuel Silva	95	ACM	23.05.09	Coimbra
37.98	Adriana Santos	94	ASCV	23.05.09	Coimbra
38.42	Alexandra Carvalho	95	ACM	23.05.09	Coimbra

300 metros

M 42.44	Sílvia Soares	92	GS-RC	10.06.09	Luso
43.04	Cristiana Cunha	91	GS-RC	18.04.09	Luso
46.98	Daniela Lopes	91	GS-RC	18.04.09	Luso
M 51.44	Tatiana Felício	95	AAFFL	10.06.09	Luso
52.22	Juliana Claro	94	ASCV	24.01.09	Pombal
53.82	Inês Sargento	94	ASCV	24.01.09	Pombal

400 metros

59.26	Isabel Areias	85	GS-RC	16.05.09	Sintra
60.29	Cristiana Cunha	91	GS-RC	31.01.09	Espinho
61.11	Sílvia Soares	92	GS-RC	01.07.09	Leiria
61.21	Rute Lopes	92	GS-RC	18.07.09	Seia
62.36	Daniela Lopes	91	GS-RC	30.05.09	Viseu
66.59	Sofia Ferreira	91	GS-RC	03.01.09	Pombal

600 metros

1.57.37	Florabela Fonseca	96	GS-RC	24.01.09	Pombal
2.11.0	Patrícia Vaz	96	GS-RC	14.03.09	Coimbra
2.11.3	Mariana Carlos	97	IND30	09.05.09	Coimbra
2.15.92	Joana Moreto	96	GS-RC	08.07.09	Viseu
2.16.05	Inês Arada	96	GS-RC	08.07.09	Viseu
2.17.2	Andreia Gomes	98	AAC	14.03.09	Coimbra
2.20.3	Daniela Santos	97	AAFFL	10.06.09	Luso
2.25.79	Joana Pedreiras	96	GS-RC	08.07.09	Viseu
2.26.41	Beatriz Massano	96	AAC	26.04.09	Luso
2.27.1	Maria Morais	99	ASCV	10.06.09	Luso

800 metros

2.16.70	Isabel Areias	85	GS-RC	21.02.09	Pombal
2.27.44	Daniela Lopes	91	GS-RC	08.07.09	Leiria
2.29.87	Andreia Silva	88	GS-RC	18.01.09	Espinho
2.30.39	Sofia Ferreira	91	GS-RC	18.01.09	Espinho
2.35.00	Rute Lopes	92	GS-RC	07.06.09	Guarda
2.37.17	Cristiana Lopes	92	IND30	17.05.09	Albufeira
2.45.4	Mafalda Portugal	93	GS-RC	07.12.08	Pombal
2.45.57	Catarina Marques	91	SUOV	10.05.09	Luso

1.000 metros

3.01.46	R Isabel Areias	85	GS-RC	08.03.09	Alcanena
3.13.70	Bruna Alves	94	SFRUT	11.04.09	Luso
3.21.88	Sofia Ferreira	91	GS-RC	08.03.09	Alcanena
3.22.99	Laura Jesus	96	AECAR	01.05.09	Leiria
3.27.24	Rute Lopes	92	GS-RC	01.05.09	Leiria
3.30.20	Cristiana Lopes	92	IND30	06.06.09	Guarda
3.31.04	Ana Carvalho	94	IND30	01.05.09	Leiria
3.31.12	Ana Cunha	95	GS-RC	01.05.09	Leiria
3.33.16	Rafaela Lemos	92	SUOVais	01.05.09	Leiria
3.35.93	Florabela Fonseca	96	GS-RC	01.05.09	Leiria

1.500 metros

4.52.68	Isabel Areias	84	GS-RC	30.05.09	Viseu
5.05.60	Andreia Silva	88	GS-RC	17.01.09	Espinho
5.15.42	Tânia Martins	87	GS-RC	17.01.09	Espinho
5.16.45	Bruna Alves	94	SFRUT	25.04.09	Mar. Grande
5.18.7	Sofia Ferreira	91	GS-RC	06.12.08	Pombal
5.35.17	Catarina Marques	91	SUOV	19.12.08	Pombal
5.27.12	Ana Cunha	95	GS-RC	23.05.09	Coimbra
5.45.86	Florabela Fonseca	96	GS-RC	23.05.09	Coimbra

3.000 metros

11.17.87	Tânia Martins	87	GS-RC	25.04.09	VN	Gaia
11.21.87	Andreia Silva	88	GS-RC	14.06.09		Leiria
12.01.59	Rafaela Lemos	92	SUOVais	17.05.09		Albufeira

5.000 metros

20.27.26	Tânia Martins	87	GS-RC	13.06.09		Leiria
20.49.90	Catarina Marques	91	SUOVais	01.07.09		Leiria

4 x 60 metros

34.31	Vera Alves	96	ADAC	01.05.09		Leiria
	Rita Lavrador	96				
	Sara Ferrão	96				
	Patricia Vaz	96				
41.3	Carolina Rodrigues	96	AAFFL	10.06.09		Luso
	Mariana Esperança	96				
	Bruna Silva	99				
	Beatriz Silva	99				

4 x 80 metros

45.20	Patrícia Fonseca	94	ADAC	18.04.09		Luso
	Adriana Santos	94				
	Maria Silva	95				
	Alexandra Carvalho	95				
45.56	Patrícia Fonseca	94	ACM	23.05.09		Coimbra
	Eliana Silva	96				
	Alexandra Carvalho	95				
	Mª Manuel Silva	95				
48.15	Andreia Vieira	94	GS-RC	10.05.09		Leiria
	Suzanna Carvalho	96				
	Cristiana Campos	95				
	Camila Sousa	94				
50.00	INF	Joana Pedreiras	97	GS-RC	10.05.09	Leiria
		Sofia Oliveira	97			
		Florbelá Fonseca	96			
		Regina Oliveira	97			

4 x 100 metros

51.22	Sandra Borges	83	GS-RC	13.06.09		Leiria
	Daniela Lopes	91				
	Ana Rita Pedreiras	93				
	Sílvia Soares	92				
51.55	Sandra Borges	83	ADAC	23.05.09		Luso
	Sílvia Soares	92				
	Rute Lopes	92				
	Cristiana Cunha	91				
52.31	JV	Inês Jesus	93	ADAC	17.05.09	Albufeira
		Rute Lopes	92			
		Ana Rita Pedreiras	93			
		Sílvia Soares	92			
53.09	JN	Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	30.05.09	Viseu
		Inês Jesus	93			
		Daniela Lopes	91			
		Sílvia Soares	92			
53.11	JV	Rute Lopes	92	GS-RC	18.04.09	Luso
		Ana Rita Pedreiras	93			
		Sílvia Soares	92			
		Inês Jesus	93			

4 x 200 metros						
1.50.40	R JN-SN	Sílvia Soares	92	GS-RC	10.01.09	Espinho
		Ana Rita Pedreiras	93			
		Rute Lopes	92			
		Cristiana Cunha	91			
4 x 300 metros						
3.39.0	R	Juliana Clara	94	ASCV	07.12.08	Pombal
		Ana Lúcia	94			
		Joana Leitão	94			
		Filipa João	94			
4 x 400 metros						
4.01.91	R	Sílvia Soares	92	GS-RC	26.07.09	Seixal
		Rute Lopes	92			
		Cristiana Cunha	91			
		Isabel Areias	85			
4.05.89	R JN	Silvia Soares	92	GS-RC	12.07.09	Lisboa
		Rute Lopes	92			
		Daniela Lopes	91			
		Cristiana Cunha	91			
60 metros barreiras (0.76)						
10.50	- 1.0	Patrícia Vaz	96	GS-RC	26.04.09	Guarda
12.94	0.0	Laura Jesus	96	AEC	05.04.09	Luso
12.64		Suzanna Carvalho	96	GS-RC	27.12.08	Pombal
13.44		Florbelá Fonseca	96	GS-RC	27.12.08	Pombal
M 13.44	- 0.3	Joana Pedreiras	97	GS-RC	10.06.09	Luso
M 14.24	- 0.3	Carolina Rodrigues	96	AAFFL	10.06.09	Luso
60 metros bar. (0.76)						
10.38		Mª Manuel Silva	95	ACM	07.03.09	Alpiarça
12.41		Andreia Vieira	94	GS-RC	06.02.09	Pombal
13.59		Tatiana Felício	95	AAFFL	27.12.08	Pombal
60 metros bar. (0.76)						
9.64		Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	10.01.09	Espinho
9.79		Rute Lopes	92	GS-RC	24.01.09	Pombal
60 metros bar. (0,84)						
9.26	R	Cristiana Cunha	91	GS-RC	01.03.09	Pombal
9.73		Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	31.01.09	Espinho
9.90		Sandra Borges	83	GS-RC	04.01.09	Pombal
80 metros barreiras 076						
13.24	- 0.7	Mª Manuel Silva	95	GS-RC	23.05.09	Coimbra
14.30	0.1	Andreia Vieira	94	GS-RC	10.05.09	Leiria
15.47	- 0.7	Érica Gomes	94	AAC	23.05.09	Coimbra
100 metros barreiras 076						
15.66	1.4	Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	04.04.09	Luso
16.07	0.4	Rute Lopes	92	GS-RC	04.07.09	Leiria
19.16	1.4	Inês Jesus	93	GS-RC	04.04.09	Luso
100 metros barreiras 084						
15.56	1.7	Cristiana Cunha	91	GS-RC	23.05.09	Luso
15.89	2.0	Sandra Borges	83	GS-RC	31.05.09	Viseu
16.79	1.4	Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	08.03.09	Alcanena
200 metros barreiras 076						
29.5	R JN-SN	Cristiana Cunha	91	GS-RC	28.03.09	Coimbra
250 metros barreiras 076						
41.63	R	Mª Manuel Silva	94	ACM	01.05.09	Leiria
45.08		Érica Gomes	94	AAC	01.05.09	Leiria

300 metros barreiras 076						
M	49.34	Rute Lopes	92	GS-RC	11.06.09	Luso
M	49.64	M ^a Manuel Silva	95	ACM	11.06.09	Luso
M	50.24	Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	28.03.09	Coimbra
400 metros barreiras 076						
M	63.54	Isabel Areias	85	GS-RC	28.03.09	Coimbra
	64.35	R JN Cristiana Cunha	91	GS-RC	30.05.09	Viseu
	67.16	Sandra Borges	83	GS-RC	18.07.09	Seia
1.500 metros Obstáculos						
	6.01.30	R Ana Cunha	95	GS-RC	24.05.09	Coimbra
3.000 metros Obstáculos						
	12.19.20	Andreia Silva	88	GS-RC	13.06.09	Leiria
	12.56.70	Catarina Marques	91	SUOV	08.07.09	Leiria
3.000 metros Marcha						
	13.55.25	R Fátima Rodrigues	86	GS-RC	28.02.09	Pombal
	18.30.70	Antónia Ladeira	95	ASCV	06.06.09	Luso
	19.52.0	Ana Elizabete	94	ASCV	06.12.08	Pombal
	20.01.15	Teresa Mendes	64	CLUVE	20.06.09	P. Varzim
	21.21.66	Mariana Távora	94	ASCV	24.01.09	Pombal
4.000 metros Marcha						
	24.43.91	R Antónia Ladeira	95	ASCV	23.05.09	Coimbra
	26.16.18	Ana Elis. Ferreira	94	ASCV	23.05.09	Coimbra
5.000 metros Marcha						
	33.26.5	Ana Elis. Ferreira	94	ASCV	10.06.09	Luso
	34.13.6	Antónia Ladeira	95	ASCV	02.05.09	Luso
	34.22.61	Teresa Mendes	64	CLUVE	04.07.09	Luso
3 Kms Marcha						
	18.36.0	Antónia Ladeira	95	ASCV	08.02.09	Lourosa
	19.10.0	Ana Elis. Ferreira	94	ASCV	08.02.09	Lourosa
	21.38.0	Mariana Távora	94	ASCV	08.02.09	Lourosa
4 Kms Marcha						
	24.24.0	Antónia Ladeira	95	ASCV	21.02.09	V.N. Gaia
	26.30.0	Ana Elis. Ferreira	94	ASCV	21.02.09	V. N. Gaia
5 Kms Marcha						
	25.25.0	Tp Fátima Rodrigues	86	GS-RC	21.02.09	V. N. Gaia
	34.29.0	Teresa Mendes	64	CLUVE	10.01.09	Mont. Velho
10 Kms Marcha						
	52.37.0	Tp Fátima Rodrigues	86	GS-RC	21.02.09	V. N. Gaia
Peso 2						
	10.78	Patrícia Vaz	96	GS-RC	04.74.09	Leiria
	9.19	Catarina Alves	97	GS-RC	10.06.09	Luso
	9.04	Carolina Rodrigues	96	AAFFL	10.06.09	Luso
	8.12	Suzanna Carvalho	96	GS-RC	27.12.08	Pombal
	7.88	Ana Bráz	96	EBALH	10.06.09	Luso
	7.88	Daniela Reis	96	EBALH	10.06.09	Luso
	6.99	Laura Jesus	96	AEC	04.04.09	Luso
	6.64	Florbela Fonseca	96	GS-RC	04.04.09	Luso
Peso 3						
	11.44	Cristiana Campos	95	GS-RC	13.06.09	Aveiro
	10.94	Camila Sousa	94	GS-RC	16.05.09	Albufeira
	9.90	Rute Lopes	92	GS-RC	06.06.09	Guarda
	9.45	Elisabete Cardoso	58	CLUVE	04.07.09	Luso

9.25	Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	06.06.09	Guarda
8.85	Paula Martinho	54	CLUVE	04.07.09	Luso
8.17	Inês Jesus	93	GS-RC	04.04.09	Luso
8.10	Adriana Rodrigues	93	EBFC	11.03.09	Coimbra
8.04	Sílvia Fernandes	94	SFRUT	23.05.09	Coimbra
7.69	Helena Carvalho	50	CLUVE	23.05.09	Covilhã
7.39	Ana Ferreira	94	ASCV	10.06.09	Luso
7.13	Ana Pimpão	93	AAFFL	14.03.09	Coimbra
7.13	Emília Nunes	54	CLUVE	10.05.09	Coimbra

Peso 4

12.04	Sónia Grácio	74	GS-RC	14.02.09	Pombal
10.69	Céu Cunha	62	CLUVE	04.07.09	Luso
8.86	Sandra Santos	84	GS-RC	03.01.09	Pombal
8.44	Isabel Areias	85	GS-RC	25.04.09	Luso
7.97	Rute Lopes	92	GS-RC	19.12.08	Pombal
7.36	Teresa Mendes	64	CLUVE	14.02.09	Espinho
6.92	Nélida Mendes	91	AAC	14.03.09	Coimbra
6.70	Teresa Mendes	64	CLUVE	14.03.09	Coimbra
6.62	Inês Jesus	93	GS-RC	08.07.09	Leiria

Disco 0,750

26.29	Cristiana Campos	95	GS-RC	01.05.09	Leiria
18.66	Rute Braz	96	EBALH	06.06.09	Luso
13.80	Diana Gomes	94	AAFFL	01.05.09	Leiria
12.18	Lucie Ferreira	94	AAFFL	24.05.09	Coimbra
12.16	Mariana Costa	95	AAFFL	24.05.09	Coimbra
10.03	Rute Lourenço	95	AAFFL	24.05.09	Coimbra

Disco 1

33.78	Sónia Grácio	74	GS-RC	14.06.09	Leiria
31.39	Céu Cunha	62	CLUVE	09.05.09	Coimbra
29.47	Elisabete Cardoso	58	CLUVE	05.07.09	Luso
26.48	Sandra Santos	84	GS-RC	31.05.09	Viseu
20.83	Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	16.05.09	Albufeira
19.10	Joana Santos	85	GS-RC	01.07.09	Leiria
18.59	Paula Martinho	54	CLUVE	17.01.09	Coimbra
17.65	Helena Carvalho	50	CLUVE	17.01.09	Coimbra
14.03	Tânia Lourenço	93	AAFFL	18.04.09	Luso
13.98	Ivone Lobo	36	CLUVE	09.05.09	Coimbra
12.04	Mariana Costa	95	AAFFL	11.06.09	Luso

Dardo 400

15.69	Ivone Lobo	36	CLUVE	04.07.09	Luso
11.45	Daniela Santos	97	AAFFL	10.06.09	Luso

Dardo 500

28.71	Paula Martinho	54	CLUVE	10.05.09	Coimbra
20.23	Helena Carvalho	50	CLUVE	29.11.08	Coimbra
14.24	Patrícia Fonseca	94	ACM	25.04.09	Guarda
12.88	Diana Gomes	94	AAFFL	04.04.09	Luso
11.69	Florbelá Fonseca	96	GS-RC	10.05.09	Leiria

Dardo 600

36.45	Céu Cunha	62	CLUVE	04.07.09	Luso
32.96	Lara Almeida	80	GS-RC	23.05.09	Luso
31.34	Isabel Areias	85	GS-RC	26.04.09	Luso
26.86	Rute Lopes	92	GS-RC	07.06.09	Guarda
26.09	Eduarda Mota	93	GS-RC	17.01.09	Leiria
20.78	Cornélia Silva	93	AAC	10.06.09	Luso
20.14	Teresa Mendes	64	CLUVE	10.05.09	Coimbra
18.76	Sandra Santos	84	GS-RC	10.06.09	Coimbra
18.74	Inês Jesus	93	GS-RC	19.04.09	Luso

16.89	Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	02.08.09	Leiria
16.72	Salúquia Sumália	93	AAC	10.06.09	Luso

Martelo 3

31.05	Elisabete Cardoso	58	CLUVE	05.07.09	Luso
27.30	Paula Martinho	54	CLUVE	05.07.09	Luso
20.73	Diana Gomes	94	AAFFL	24.05.09	Coimbra
19.91	Helena Carvalho	50	CLUVE	17.01.09	Coimbra
19.64	Tânia Lourenço	93	AAFFL	11.06.09	Luso
15.10	Ana Pimpão	93	AAFFL	11.06.09	Luso
13.81	Sandy Ferreira	94	AAFFL	24.05.09	Coimbra
13.78	Ivone Lobo	36	CLUVE	25.10.08	Coimbra

Martelo 4

46.31	Sandra Santos	84	GS-RC	13.06.09	Leiria
37.22	Céu Cunha	62	CLUVE		Coimbra
28.19	Marina Carvalho	90	SUOVais		Luso

Altura

1.61	Rute Lopes	92	GS-RC	31.05.09	Viseu
1.55	Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	24.01.09	Pombal
1.54	Isabel Areias	85	GS-RC	25.04.09	Luso
1.46	Andreia Vieira	94	GS-RC	13.06.09	Aveiro
1.45	Érica Gomes	94	AAC	24.05.09	Coimbra
1.42	Suzanna Carvalho	96	GS-RC	28.03.09	C.Branco
1.40	Céu Cunha	62	CLUVE	05.07.09	Luso
1.35	Joana Pessoa	93	EBALH	14.02.09	Alhadas
1.35	Patrícia Fonseca	94	ACM	24.05.09	Coimbra
1.32	Inês Jesus	93	GS-RC	04.04.09	Luso
1.30	Kelly Reguino	93	EBALH	14.02.09	Alhadas
1.30	Melissa Freitas	94	EBALH	14.02.09	Alhadas
1.30	Sílvia Fernandes	94	SFRUT	11.03.09	Coimbra
1.25	Eliana Silva	96	ACM	24.05.09	Coimbra
1.20	Andreia Nunes	95	EBALH	14.02.09	Alhadas
1.20	Salúquia Gomes	93	AAC	10.06.09	Luso
1.20	Nélida Mendes	91	AAC	28.03.09	Coimbra
1.20	Joana Pedreiras	97	GS-RC	10.06.09	Luso
1.16	Ana Pimpão	93	AAFFL	04.04.09	Luso
1.15	Marta Gil	99	GS-RC	10.06.09	Luso
1.15	Florbela Fonseca	96	GS-RC	14.02.09	Alhadas
1.15	Ana Vale	95	EBIC	11.03.09	Coimbra
1.13	Mariana Bonito	96	AECAR	11.03.09	Coimbra
1.10	Ana Bento	98	AECAR	11.03.09	Coimbra
1.10	Mariana Malhão	94	IPH	25.04.09	Mar. Grande
1.10	Ema Nunes	97	EBALH	14.02.09	Alhadas
1.10	Catarina Matos	97	EBIC	11.03.09	Coimbra
1.10	Andreia Gomes	98	AAC	28.03.09	Coimbra
1.10	Ana Simões	96	AAC	09.05.09	Coimbra
1.10	Rita Curvelo	98	IND30	10.06.09	Luso

Comprimento

5.44	- 1.2	Isabel Areias	85	GS-RC	14.03.09	Coimbra
5.21	0.0	Rute Lopes	92	GS-RC	19.07.09	Seia
5.01	- 0.5	Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	08.03.09	Alcanena
4.99	- 1.8	Sílvia Soares	92	GS-RC	14.03.09	Coimbra
4.94	1.0	Érica Gomes	94	AAC	10.05.09	Coimbra
4.74	- 1.8	Inês Jesus	93	GS-RC	21.06.09	Aveiro
4.67	R IF = 1.4	Patrícia Vaz	96	GS-RC	01.05.09	Leiria
4.60	- 0.1	Sílvia Soares	92	GS-RC	18.03.09	Luso
4.56	1.9	Adriana Santos	94	ASCV	23.05.09	Coimbra
4.52		M ^o Manuel Silva	95	ACM	07.02.08	Alpiarça
4.34		Ana Cavaleiro	91	SUOVais	19.12.08	Pombal
4.04		Alexandra Rodrigues	93	AAFFL	07.12.08	Pombal
4.04	0.8	Florbela Fonseca	96	GS-RC	06.06.09	Luso
3.97	1.1	Laura Jesus	96	AECAR	05.04.09	Luso
3.92	0.7	Andreia Gomes	98	AAC	06.06.09	Luso

3.84	- 0.3	Ana Cabete	94	EBALH	18.04.09	Luso
3.84	1.7	Bruna Alves	94	SFRUT	25.04.09	Mar. Grande
3.86	- 0.3	Patrícia Fonseca	94	ACM	23.05.09	Coimbra
3.81	0.0	Tatiana Felício	95	AAFFL	11.06.09	Luso
3.76	1.5	Jéssica Costa	94	AECAR	25.04.09	Mar. Grande
3.70	- 1.1	Isabel Silva	90	AAC	14.03.09	Coimbra
3.63	0.0	Sílvia Silva	94	AAFFL	11.06.09	Luso
3.59	0.1	Alexandra Carvalho	95	ACM	18.04.09	Luso
3.59	- 0.3	Carolina Rodrigues	96	AAFFL	06.06.09	Luso
3.55	- 1.1	Cornélia Silva	93	AAC	14.03.09	Coimbra
3.53	1.4	Ana Simões	96	AAC	06.06.09	Luso

Triplo

10.67	1.3	Sílvia Soares	92	GS-RC	18.07.09	Seia
10.57	0.5	Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	14.06.09	Leiria
10.30	0.0	Rute Lopes	92	GS-RC	09.05.09	Luso
9.62		Inês Jesus	93	GS-RC	18.01.09	Espinho

Vara

2.20		Joana Santos	85	GS-RC	18.07.09	Seia
1.80		Inês Jesus	93	GS-RC	17.05.09	Albufeira

Triatlo (Peso2-60bar0,76-Comprimento)

1.432	R	Patrícia Vaz 8.40-10.93-4.62	96	GS-RC	24.01.09	Pombal
907		Suzanna Carvalho	96	GS-RC	27.12.08	Pombal
739		Florabela Fonseca	96	GS-RC	27.12.08	Pombal

Triatlo (Comprimento-60bar0,76-Peso3)

1.251		Mª Manuel Silva 4,20-10.41-5.81	93	ACM	24.01.08	Pombal
-------	--	--	----	-----	----------	--------

Triatlo (Altura-60bar0,76-Peso3)

1.927	R	Rute Lopes 1.59-9.79-8.79	92	GS-RC	24.01.09	Pombal
1.900		Ana Rita Pedreiras	93	GS-RC	24.01.09	Pombal

Pentatlo (60-Peso2-60b076-Comprimento-1.000)

2.615	R	Patrícia Vaz 8.26-10.78-10.50-4.38-4.09.66	96	GS-RC	04/05.07.09	Leiria
1.891		Laura Jesus 8.94-6.99-12.94-3.97-3.43.09	96	AEC	04/05.04.09	Luso

Heptatlo 1 (80b076-Dardo5-Altura-80-Comprimento-Peso3-800)

2.023		Patrícia Fonseca 16.25-0-1.31-11.51-3.72-4.83-3.08.21	94	ACM	04/05.04.09	Luso
-------	--	--	----	-----	-------------	------

Heptatlo 2 (100b076-Altura-Peso3-200-Comprimento-Dardo6-800)

4.009		Rute Lopes 16.46-1.53-9.90-28.24-4.82- 26.86-2.35.00	92	GS-RC	06/07.06.09	Guarda
3.338		Ana Rita	93	GS-RC	04/05.04.09	Luso

Heptatlo 3 (100b084-Altura-Peso4-200-Comprimento-Dardo6-800)

4.288		Isabel Areias 16.33-1.54-8.44-27.83-5.27- 31.34-2.26.31	85	GS-RC	25/26.04.09	Luso
-------	--	--	----	-------	-------------	------