



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos**100 Metros planos**

Top

1 6,62

1	1 2,50	+ 1,4	INÊS OLIVEIRA	86 SEN	Sporting Clube de Braga	27-06-2009	1ª Braga 47037
2	1 2,60	- 1,1	SUSANA VIEIRA	80 SEN	Sporting Clube de Braga	13-05-2009	2ª Maia 41023
3	1 2,72	+ 1,6	RITA LOURENÇO	92 JUV	Sporting Clube de Braga	20-06-2009	1ª Guimarães 41033
4	1 2,87	- 1,2	SÓNIA MARQUES	86 SEN	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	3ª Braga 47031
5	1 3,17	+ 1,4	SANDRA GONÇALVES	78 SEN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	27-06-2009	3ª Braga 47037
6	1 3,53	+ 1,3	VERA CASTRO	92 JUV	Associação de Atletismo de Braga	17-05-2009	7ª Albufeira 03020
7	1 3,64	+ 1,2	CLAUDIA COELHO	90 JUN	Sporting Clube de Braga	23-05-2009	2ª Braga 47034
8	1 3,99	- 1,2	DANIELA COSTA	91 JUN	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	6ª Braga 47031
9	1 4,01	+ 0,9	ANABELA BARBOSA	93 JUV	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	4ª Braga 47038
10	1 4,02	+ 0,1	CÁTIA RODRIGUES	92 JUV	Sporting Clube de Braga	03-05-2009	2ª Braga 47031
11	1 4,05	- 0,7	CLAUDIA SANTOS	92 JUV	Sporting Clube de Braga	09-05-2009	4ª Braga 47033
12	1 4,18	+ 0,2	DIANA SILVA	92 JUV	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	06-06-2009	3ª Braga 47035
13	1 4,44	- 1,9	LILIANA BARBOSA	87 S23	Sporting Clube de Braga	10-06-2009	2ª Palhaça 38035
14	1 4,69	+ 0,9	DANIELA COSTA	91 JUV	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	6ª Braga 47038
15	1 4,73	- 0,7	FLÁVIA VIEIRA	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	09-05-2009	7ª Braga 47033
16	1 5,00	- 0,5	VERA FARIA	93 JUV	Grupo Desportivo Unidos do Cano	06-06-2009	6ª Braga 47035
17	1 5,28	+ 0,6	ÂNGELA SÁ	93 JUV	Sporting Clube de Braga	18-04-2009	8ª Braga 47030
18	1 5,38	- 1,4	CÁTIA SILVA	92 JUV	Escola EB 2,3 Prof. Amaro Arantes -	09-05-2009	7ª Braga 47033
19	1 6,62	- 0,7	ANDRÉIA GOMES	92 JUV	Escola EB 2,3 Prof. Amaro Arantes -	09-05-2009	8ª Braga 47033



Femininos

80 Metros Planos

Top 1 6,04

1	1 0,63	+ 0,4	ANA OLIVEIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	1ª Braga 47031
2	1 1,26		SUSANA FERNANDES	94 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	28-03-2009	3ª Braga 47026
3	1 1,27	- 0,4	SARA LOPES	94 INI	Sporting Clube de Braga	09-05-2009	1ª Braga 47033
4	1 1,38	+ 0,4	DANIELA SANTOS	94 INI	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	3ª Braga 47031
5	1 1,47	+ 0,3	MARLENE CHAVES	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	3ª Guimarães 47028
6	1 1,48	- 0,2	ANA MENDES	95 INI	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	27-06-2009	2ª Braga 47037
7	1 1,51	+ 0,9	SANDRA FERREIRA	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	23-05-2009	2ª Braga 47034
8	1 1,55	- 0,4	HELENA OLIVEIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	09-05-2009	3ª Braga 47033
9	1 1,58	+ 0,3	INÊS BRANCO	94 INI	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	2ª Braga 47024
10	1 1,72	+ 0,1	ANA TORRES	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	23-05-2009	3ª Braga 47034
11	1 2,09	+ 0,3	FILIPA VINHAS	94 INI	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	5ª Braga 47024
12	1 2,10	+ 0,3	MARGARIDA FERREIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	6ª Guimarães 47028
13	1 2,30	+ 0,4	BÁRBARA TORRES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	02-05-2009	6ª Braga 47031
14	1 2,42	+ 0,4	ANA SANTOS	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	4ª Guimarães 47028
15	1 6,04		BÁRBARA FERREIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	28-03-2009	6ª Braga 47026



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos**60 Metros Planos**

Top

1 0,69

1	8,28	+ 1,3	TERESA COSTA	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	02-05-2009	1ª Braga 47031	
2	8,54	+ 1,0	FLÁVIA TAVEIRA	96 INF	Sporting Clube de Braga	09-05-2009	2ª Braga 47033	
3	8,68	+ 1,2	CATARINA ANDRADE	97 INF	Individual - Braga	23-05-2009	1ª Braga 47034	
4	8,91	+ 1,0	SARA BASTOS	97 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	09-05-2009	3ª Braga 47033	
5	9,07	+ 0,6	HELENA FERNANDES	96 INF	Sporting Clube de Braga	09-05-2009	3ª Braga 47033	Q
6	9,14	+ 0,4	ELSA GOMES	96 INF	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	4ª Braga 47024	
7	9,15	+ 1,0	VICTÓRIA PALATSI	96 INF	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	09-05-2009	4ª Braga 47033	
8	9,23	+ 1,3	ELSA CRUZ	97 INF	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	02-05-2009	5ª Braga 47031	
9	9,33	+ 1,0	BRUNA BATISTA	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	04-04-2009	3ª Guimarães 47028	
10	9,36	- 0,8	ANA FERREIRA	97 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	27-06-2009	3ª Braga 47037	
11	9,40	+ 0,6	ANDRÉIA COSTA	96 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	09-05-2009	5ª Braga 47033	q
12	9,78	+ 1,3	CLAUDIA TEIXEIRA	96 INF	Grupo Desportivo Unidos do Cano	02-05-2009	7ª Braga 47031	
13	1 0,16	+ 0,2	RAQUEL LOURENÇO	97 INF	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	3ª Braga 47024	
14	1 0,35	+ 0,5	MARGARIDA S. BENTO	97 INF	Escola EB 2,3 Prof. Amaro Arantes -	09-05-2009	4ª Braga 47033	
15	1 0,37	+ 0,4	ANA COSTA	96 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	23-05-2009	6ª Braga 47034	
16	1 0,66	+ 0,2	INÊS GOMES	97 INF	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	4ª Braga 47024	
17	1 0,68		RAQUEL SAMPAIO	97 INF	Liberdade Futebol Clube	28-03-2009	6ª Braga 47026	
18	1 0,69	+ 0,4	ANDRÉIA ROCHA	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	23-05-2009	7ª Braga 47034	



Femininos

200 Metros

Top

3 2,02

1	2 5,78	-0,5	INÊS OLIVEIRA	86 SEN	Sporting Clube de Braga	23-05-2009	1ª Braga 47034
2	2 6,18	-0,6	SUSANA VIEIRA	80 SEN	Sporting Clube de Braga	31-05-2009	2ª Vários 03021
3	2 6,72	-0,9	RITA LOURENÇO	92 JUV	Sporting Clube de Braga	21-06-2009	1ª Guimarães 41033
4	2 6,79	-0,9	SANDRA GONÇALVES	78 SEN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	01-07-2009	1ª Maia 41035
5	2 7,61	+0,7	VANDA PINTO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	3ª Braga 47038
6	2 7,94	+1,4	VERA CASTRO	92 JUV	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	19-07-2009	3ª Maia 41037
7	2 8,48	-2,4	LILIANA BARBOSA	87 S23	Sporting Clube de Braga	21-06-2009	2ª Pista Universidade Aveiro 3
8	2 8,65	-1,0	CLAUDIA COELHO	90 JUN	Sporting Clube de Braga	10-05-2009	3ª Braga 47033
9	2 9,79	+0,7	ANABELA BARBOSA	93 JUV	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	4ª Braga 47038
10	2 9,85	-0,1	DIANA SILVA	92 JUV	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	07-06-2009	2ª Braga 47035
11	3 0,08	-0,1	ANA MENDES	95 INI	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	07-06-2009	3ª Braga 47035
12	3 2,02	+0,6	ÂNGELA SÁ	93 JUV	Sporting Clube de Braga	19-04-2009	6ª Braga 47030



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

						150 Metros	Top	2 2,10
1	2 0,46	+ 0,4	ANA OLIVEIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	15-07-2009	1ª	Maia 41036
2	2 0,54	- 0,4	FLÁVIA TAVEIRA	96 INF	Sporting Clube de Braga	10-05-2009	1ª	Braga 47033
3	2 1,66	- 0,4	SARA BASTOS	97 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	10-05-2009	2ª	Braga 47033
4	2 2,10	- 0,4	HELENA FERNANDES	96 INF	Sporting Clube de Braga	10-05-2009	3ª	Braga 47033



Femininos

250 Metros Planos

Top

4 4,08

1	3 7,46	CATARINA RODRIGUES	94 INI	Sporting Clube de Braga	10-05-2009	1ª Braga 47033
2	3 7,74	DANIELA SANTOS	94 INI	Sporting Clube de Braga	13-06-2009	2ª Póvoa de Varzim 41030
3	3 8,56	ANA MENDES	95 INI	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	10-05-2009	2ª Braga 47033
4	3 8,58	SUSANA FERNANDES	94 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	10-05-2009	3ª Braga 47033
5	3 9,71	MARTA OLIVEIRA	95 INI	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	13-06-2009	3ª Póvoa de Varzim 41030
6	4 0,59	HELENA OLIVEIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	13-06-2009	5ª Póvoa de Varzim 41030
7	4 4,08	MÁRCIA ARAÚJO	95 INI	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	13-06-2009	7ª Póvoa de Varzim 41030



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

300 Metros Planos

Top 4 9,18

1	4 3,31	VANDA PINTO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	1ª Braga 47031	RR
2	4 4,63	VERA CASTRO	92 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	02-05-2009	2ª Braga 47031	
3	4 6,02	CATARINA RODRIGUES	94 INI	Sporting Clube de Braga	06-06-2009	1ª Braga 47035	
4	4 6,70	ANA MONJANE	93 JUV	Sporting Clube de Braga	06-06-2009	2ª Braga 47035	
5	4 9,18	DIANA SILVA	92 JUV	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	28-03-2009	3ª Braga 47026	



Femininos

400 Metros Planos

Top

6 2,83

1	5 8,31	MA CÉU NUNES	76 SEN	Sporting Clube de Braga	25-07-2009	3 ^a Seixal 03034
2	6 1,11	ZITA SOONS	79 SEN	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	1 ^a Braga 47038
3	6 1,24	VANDA PINTO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	20-06-2009	1 ^a Guimarães 41033
4	6 1,64	SANDRA GONÇALVES	78 SEN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	27-06-2009	1 ^a Braga 47037
5	6 2,83	LILIANA BARBOSA	87 S23	Sporting Clube de Braga	13-05-2009	3 ^a Maia 41023



Femininos

600 Metros

Top 3 0 2,49

1	1 4 7,07	CATARINA ARAÚJO	97 INF	Moreirense Futebol Clube	10-05-2009	1ª Braga 47033
2	1 4 9,35	ELSA GOMES	96 INF	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	1ª Braga 47024
3	1 5 1,92	SANDRA OLIVEIRA	96 INF	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	27-06-2009	1ª Braga 47037
4	1 5 5,16	ANA MARTINS	96 INF	Moreirense Futebol Clube	10-05-2009	3ª Braga 47033
5	1 5 9,25	FÁTIMA ALMEIDA	98 BEN-B	Moreirense Futebol Clube	10-05-2009	4ª Braga 47033
6	2 0 2,63	ANA SOUSA	97 INF	Associação de Moradores da Embola	14-03-2009	3ª Braga 47024
7	2 0 5,24	IVONE DIAS	97 INF	Associação de Moradores da Embola	14-03-2009	4ª Braga 47024
8	2 0 5,99	ANITA SILVA	98 BEN-B	Individual	10-05-2009	5ª Braga 47033
9	2 0 6,25	SARA DIAS	97 INF	Associação de Moradores da Embola	14-03-2009	5ª Braga 47024
10	2 0 8,45	SUSANA MALHEIRO	99 BEN-B	Liberdade Futebol Clube	10-05-2009	6ª Braga 47033
11	2 2 0,77	ANA PEREIRA	99 BEN-B	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	10-05-2009	7ª Braga 47033
12	2 2 5,62	RAQUEL SAMPAIO	97 INF	Liberdade Futebol Clube	10-05-2009	8ª Braga 47033
13	3 0 2,49	SARA ALVES	99 BEN-B	Liberdade Futebol Clube	10-05-2009	9ª Braga 47033



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos**800 Metros**

Top 3 2 3,85

1	2 1 2,19	MA CÉU NUNES	76 SEN	Sporting Clube de Braga	31-05-2009	1ª Vários 03021
2	2 1 2,65	JOANA COSTA	88 S23	Sporting Clube de Braga	05-07-2009	1ª Viseu 03032
3	2 1 7,19	TÂNIA SILVA	88 S23	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	19-07-2009	2ª Maia 41037
4	2 1 7,83	SALOMÉ ROCHA	90 JUN	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	23-05-2009	1ª Braga 47034
5	2 2 2,05	ANA FERNANDES	95 INI	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	07-06-2009	1ª Braga 47035
6	2 2 2,10	RITA LOPES	94 INI	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	2ª Braga 47035
7	2 2 2,22	PATRÍCIA CALDAS	94 INI	Sporting Clube de Braga	10-05-2009	1ª Braga 47033
8	2 2 4,89	ZITA SOONS	79 SEN	Sporting Clube de Braga	27-06-2009	2ª Braga 47037
9	2 2 5,63	VANDA PINTO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	03-05-2009	1ª Braga 47031
10	2 2 5,76	BÁRBARA FERREIRA	91 JUN	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	1ª Braga 47035
11	2 2 9,91	CLAUDIA RIBEIRO	95 INI	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	10-05-2009	3ª Braga 47033
12	2 3 6,04	VERA CASTRO	92 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	1ª Guimarães 47028
13	2 3 7,79	HELENA RODRIGUES	94 INI	Individual - Braga	10-05-2009	4ª Braga 47033
14	2 3 8,79	MARTA OLIVEIRA	95 INI	Liberdade Futebol Clube	28-03-2009	1ª Braga 47026
15	2 4 2,93	BIANCA MAGALHÃES	94 INI	Moreirense Futebol Clube	10-05-2009	5ª Braga 47033
16	2 4 5,06	ANA OLIVEIRA	94 INI	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	5ª Braga 47030
17	2 4 6,04	ANA ARAÚJO	93 JUV	Grupo Desportivo Unidos do Cano	03-05-2009	2ª Braga 47031
18	2 4 8,14	MÁRCIA ARAÚJO	95 INI	Liberdade Futebol Clube	10-05-2009	6ª Braga 47033
19	2 4 9,20	MÓNICA PEREIRA	93 JUV	Liberdade Futebol Clube	14-03-2009	3ª Braga 47024
20	2 5 0,73	CATARINA RODRIGUES	94 INI	Moreirense Futebol Clube	10-05-2009	7ª Braga 47033
21	2 5 3,19	DANIELA SANTOS	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	3ª Guimarães 47028
22	2 5 6,04	SARA LOPES	94 INI	Sporting Clube de Braga	19-04-2009	8ª Braga 47030
23	2 5 9,48	ADRIANA ANTUNES	95 INI	Sporting Clube de Braga	10-05-2009	8ª Braga 47033
24	3 0 0,62	MARLENE CHAVES	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	4ª Guimarães 47028
25	3 0 2,97	SANDRA FERREIRA	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	6ª Guimarães 47028
26	3 0 5,38	ANA SANTOS	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	7ª Guimarães 47028
27	3 0 9,33	HELENA OLIVEIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	8ª Guimarães 47028
28	3 1 0,55	HELENA RIBEIRO	95 INI	Grupo Recreativo Associativo da Cru	10-05-2009	9ª Braga 47033
29	3 1 4,51	ANA TORRES	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	9ª Guimarães 47028
30	3 1 9,69	FILIPA VINHAS	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	10ª Guimarães 47028
31	3 2 3,85	MARGARIDA FERREIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	11ª Guimarães 47028

**Femininos****1.000 Metros**

Top 4 4 1,12

1	3 0 4,10	PATRÍCIA CALDAS	94 INI	Associação de Atletismo de Braga	17-05-2009	3ª	Albufeira 03020
2	3 0 5,93	ANA FERNANDES	95 INI	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	23-05-2009	1ª	Braga 47034
3	3 1 0,09	RITA LOPES	94 INI	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	2ª	Braga 47024
4	3 1 1,40	CLAUDIA RIBEIRO	95 INI	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	23-05-2009	2ª	Braga 47034
5	3 1 4,27	ELSA GOMES	96 INF	Sporting Clube de Braga	23-05-2009	1ª	Braga 47034
6	3 1 5,59	SANDRA OLIVEIRA	96 INF	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	03-05-2009	1ª	Braga 47031
7	3 1 5,95	VANDA PINTO	93 JUV	Associação de Atletismo de Braga	06-06-2009	10ª	Guarda 03025
8	3 1 7,45	CATARINA RODRIGUES	94 INI	Sporting Clube de Braga	03-05-2009	3ª	Braga 47031
9	3 1 9,78	HELENA ALVES	92 JUV	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	23-05-2009	1ª	Braga 47034
10	3 2 1,06	LILIANA BARBOSA	87 S23	Sporting Clube de Braga	29-07-2009	2ª	Pista Universitária Aveiro 38
11	3 2 1,86	JOANA FERNANDES	92 JUV	Associação de Atletismo de Braga	06-06-2009	16ª	Guarda 03025
12	3 2 2,16	MARTA MARTINS	96 INF	Grupo Desportivo Unidos do Cano	23-05-2009	3ª	Braga 47034
13	3 2 3,92	CATARINA ARAÚJO	97 INF	Moreirense Futebol Clube	13-06-2009	6ª	Póvoa de Varzim 41030
14	3 2 7,19	DANIELA SILVA	96 INF	Sporting Clube de Braga	13-06-2009	5ª	Póvoa de Varzim 41030
15	3 2 7,78	ANA ARAÚJO	93 JUV	Grupo Desportivo Unidos do Cano	23-05-2009	2ª	Braga 47034
16	3 2 9,12	HELENA RODRIGUES	94 INI	Individual - Braga	23-05-2009	4ª	Braga 47034
17	3 3 0,79	MARTINHA SILVA	92 JUV	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	23-05-2009	3ª	Braga 47034
18	3 3 2,79	MARTA OLIVEIRA	95 INI	Liberdade Futebol Clube	14-03-2009	3ª	Braga 47024
19	3 3 3,54	MÓNICA PEREIRA	93 JUV	Liberdade Futebol Clube	23-05-2009	4ª	Braga 47034
20	3 3 3,71	ANA MARTINS	96 INF	Moreirense Futebol Clube	09-05-2009	3ª	Braga 47033
21	3 3 5,94	ELSA CRUZ	97 INF	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	23-05-2009	6ª	Braga 47034
22	3 4 0,37	ADRIANA ANTUNES	95 INI	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	4ª	Braga 47024
23	3 4 3,83	MÁRCIA ARAÚJO	95 INI	Liberdade Futebol Clube	14-03-2009	5ª	Braga 47024
24	3 5 5,62	SUSANA FERNANDES	94 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	23-05-2009	6ª	Braga 47034
25	4 0 0,06	SARA BASTOS	97 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	23-05-2009	9ª	Braga 47034
26	4 0 3,48	CLAUDIA SILVA	96 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	28-03-2009	6ª	Guimarães 47025
27	4 0 6,48	TERESA COSTA	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	2ª	Guimarães 47028
28	4 2 0,76	PATRÍCIA MATOS	95 INI	Grupo Desportivo Unidos do Cano	23-05-2009	7ª	Braga 47034
29	4 3 4,66	MARGARIDA SÃO BEN	97 INF	Individual	09-05-2009	5ª	Braga 47033
30	4 4 1,12	BRUNA BATISTA	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	4ª	Guimarães 47028



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos**1.500 Metros**

Top 6 3 1,80

1	4 1 7,29	DULCE FELIX	82 SEN	Sporting Clube de Braga	25-07-2009	3ª Seixal 03034
2	4 3 4,79	JOANA COSTA	86 SEN	Sporting Clube de Braga	13-06-2009	2ª Leiria 03027
3	4 3 9,71	TÂNIA SILVA	88 S23	Liberdade Futebol Clube	18-04-2009	1ª Braga 47030
4	4 3 9,92	ERCÍLIA MACHADO	86 SEN	Sporting Clube de Braga	30-05-2009	2ª Vários 03021
5	4 4 5,10	CATARINA RIBEIRO	90 JUN	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	20-06-2009	3ª Guimarães 41033
6	4 4 7,25	PATRÍCIA CALDAS	94 INI	Sporting Clube de Braga	06-06-2009	1ª Braga 47035
7	4 5 0,25	RITA LOPES	94 INI	Sporting Clube de Braga	06-06-2009	2ª Braga 47035
8	4 5 3,42	LILIANA ALVES	88 S23	Sporting Clube de Braga	09-06-2009	2ª Póvoa de Varzim 41031
9	4 5 7,38	ANA FERNANDES	95 INI	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	13-06-2009	3ª Póvoa de Varzim 41030
10	5 0 0,14	BÁRBARA FERREIRA	91 JUN	Sporting Clube de Braga	09-06-2009	4ª Póvoa de Varzim 41031
11	5 0 4,94	JOANA FERNANDES	92 JUV	Sporting Clube de Braga	20-06-2009	8ª Guimarães 41033
12	5 0 7,69	CLAUDIA RIBEIRO	95 INI	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	06-06-2009	3ª Braga 47035
13	5 1 2,90	SANDRA ALMEIDA	95 INI	Atletismo Clube De Braga	30-05-2009	1ª Póvoa de Varzim 41026
14	5 1 4,14	HELENA ALVES	92 JUV	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	20-06-2009	11ª Guimarães 41033
15	5 2 4,96	BIANCA MAGALHÃES	94 INI	Moreirense Futebol Clube	09-05-2009	3ª Braga 47033
16	5 2 5,63	INÊS SILVA	94 INI	Sporting Clube de Braga	09-05-2009	4ª Braga 47033
17	5 3 7,4	HELENA RODRIGUES	94 INI	INDIVIDUAL BRAGA	13-06-2009	4ª Póvoa de Varzim 41030
18	5 4 0,25	MÁRCIA PINTO	94 INI	Individual	06-06-2009	6ª Braga 47035
19	5 5 2,14	CATARINA RODRIGUES	94 INI	Moreirense Futebol Clube	09-05-2009	5ª Braga 47033
20	5 5 2,28	ANA ARAÚJO	93 JUV	Grupo Desportivo Unidos do Cano	06-06-2009	4ª Braga 47035
21	6 1 2,2	PATRÍCIA COELHO	94 INI	Moreirense Futebol Clube	13-06-2009	11ª Póvoa de Varzim 41030
22	6 3 1,8	HELENA RIBEIRO	95 INI	GRUPO REC.ASSOC.DE CRUZ	13-06-2009	12ª Póvoa de Varzim 41030



Femininos

3.000 Metros

Top 1 2 2 5,62

1	8 5 8,00	DULCE FELIX	82 SEN	Sporting Clube de Braga	18-07-2009	3ª	Saragoça (spanha) 01010
2	1 0 0 5,09	SALOMÉ ROCHA	90 JUN	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	17-06-2009	1ª	Póvoa de Varzim 41031
3	1 0 1 0,96	CATARINA RIBEIRO	90 JUN	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	17-06-2009	2ª	Póvoa de Varzim 41031
4	1 0 1 1,31	JOANA COSTA	86 SEN	Sporting Clube de Braga	31-05-2009	2ª	Vários 03021
5	1 0 5 5,46	JOANA FERNANDES	92 JUV	Associação de Atletismo de Braga	17-05-2009	3ª	Albufeira 03020
6	1 1 0 9,34	BÁRBARA FERREIRA	91 JUN	Sporting Clube de Braga	10-05-2009	2ª	Braga 47033
7	1 1 1 3,15	JOANA GONÇALVES	92 JUV	Sporting Clube de Braga	28-06-2009	10ª	LUSO 03031
8	1 1 2 5,65	HELENA ALVES	92 JUV	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	07-06-2009	1ª	Braga 47035
9	1 2 2 5,62	MARTINHA SILVA	92 JUV	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	07-06-2009	3ª	Braga 47035



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

5.000 Metros

Top 1 8 2 6,22

1	1 5 0 8,02	DULCE FELIX	82 SEN	Sporting Clube de Braga	31-07-2009	5ª Estocolmo (Suécia) 01011 RR
2	1 6 5 1,98	CLAUDIA PEREIRA	76 SEN	Sporting Clube de Braga	13-06-2009	1ª Leiria 03027
3	1 8 2 6,22	CATARINA RIBEIRO	90 JUN	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	19-07-2009	1ª Maia 41037



Femininos

60 M Barr.Inf.M/F-76

Top

1 4,13

1	1 1,49	- 1,1	TERESA COSTA	96 INF	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	4 ^a Braga 47030
2	1 2,11	+ 1,8	ELSA CRUZ	97 INF	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	28-03-2009	1 ^a Braga 47026
3	1 2,65	+ 0,8	SARA BASTOS	97 INF	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	3 ^a Braga 47030
4	1 4,13	+ 0,1	BRUNA BATISTA	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	4 ^a Guimarães 47028



Femininos

80 M Barreiras-0,76

Top

1 7,38

1	1 3,64	+ 1,4	MARLENE CHAVES	94 INI	Sporting Clube de Braga	03-05-2009	1ª Braga 47031
2	1 4,09	- 1,8	ANA OLIVEIRA	94 INI	Associação de Atletismo de Braga	18-04-2009	1ª Braga 47030
3	1 4,61	- 1,9	SARA LOPES	94 INI	Sporting Clube de Braga	18-04-2009	2ª Braga 47030
4	1 5,17	+ 0,6	SANDRA FERREIRA	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	3ª Guimarães 47028
5	1 6,56	+ 0,2	FILIPA VINHAS	94 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	2ª Guimarães 47028
6	1 6,58	+ 0,6	MARGARIDA FERREIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	4ª Guimarães 47028
7	1 6,60	+ 0,2	HELENA OLIVEIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	3ª Guimarães 47028
8	1 6,69	+ 1,4	ANA SANTOS	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	03-05-2009	3ª Braga 47031
9	1 6,70	+ 0,2	DANIELA SANTOS	94 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	4ª Guimarães 47028
10	1 7,38	+ 0,2	ANA TORRES	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	5ª Guimarães 47028



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

100 M Barreiras-0.76

Top

1 7,09

1	1 6,33	+ 0,2	VERA CASTRO	92 JUV	Associação de Atletismo de Braga	16-05-2009	1ª <i>Albufeira 03020</i>
2	1 7,09	+ 0,6	CÁTIA RODRIGUES	92 JUV	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	2ª <i>Braga 47031</i>



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

100 M Barreiras-0.84

Top

1 7,01

1	1 7,01	- 2,0	LILIANA BARBOSA	87 S23	Sporting Clube de Braga	21-06-2009	2ª Pista Universidade Aveiro 3
---	---------------	-------	------------------------	--------	-------------------------	------------	--------------------------------



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

300 M Barreiras-0,76

Top

4 8,77

1	4 8,60	VERA CASTRO	92 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	08-07-2009	1ª Braga 47038
2	4 8,77	VANDA PINTO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	2ª Braga 47038



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

400 M Barreiras-0.76

Top

6 9,40

1	6 7,59	LILIANA BARBOSA	87 S23	Sporting Clube de Braga	04-07-2009	5ª	Viseu 03032
2	6 9,40	VERA CASTRO	92 JUV	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	18-07-2009	2ª	Maia 41037



Femininos

1.500 Mt.Obstáculos

Top 7 1 4,67

1	5 3 0,99	ANA FERNANDES	95 INI	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	09-05-2009	1ª Braga 47033
2	5 3 4,18	ANA FERNANDES	94 INI	Associação de Atletismo de Braga	16-05-2009	4ª Albufeira 03020
3	5 4 5,69	CATARINA RODRIGUES	94 INI	Sporting Clube de Braga	09-05-2009	2ª Braga 47033
4	6 1 7,87	HELENA RODRIGUES	94 INI	Individual - Braga	02-05-2009	3ª Braga 47031
5	7 1 4,67	ADRIANA ANTUNES	95 INI	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	4ª Braga 47031



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

2.000 Mt.Obstáculos

Top 8 0 6,44

1	7 5 5,60	HELENA ALVES	92 JUV	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	27-06-2009	5ª LUSO 03031
2	8 0 4,30	JOANA FERNANDES	92 JUV	Associação de Atletismo de Braga	16-05-2009	5ª Albufeira 03020
3	8 0 6,44	JOANA GONÇALVES	92 JUV	Sporting Clube de Braga	27-06-2009	10ª LUSO 03031



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

3.000 Mt.Obstáculos

Top 1 2 1 6,94

1	1 0 2 1,08	FILOMENA COSTA	85 SEN	Sporting Clube de Braga	13-06-2009	2ª Leiria 03027
2	1 0 4 7,67	SALOMÉ ROCHA	90 JUN	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	27-06-2009	1ª Braga 47037
3	1 1 2 5,38	CATARINA RIBEIRO	90 JUN	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	11-07-2009	2ª Lisboa (EUL) 03033
4	1 1 3 6,88	BÁRBARA FERREIRA	91 JUN	Sporting Clube de Braga	11-07-2009	4ª Lisboa (EUL) 03033
5	1 1 4 8,47	LILIANA ALVES	88 S23	Sporting Clube de Braga	04-07-2009	5ª Viseu 03032
6	1 2 1 6,94	SOFIA ALMEIDA	91 JUN	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	09-05-2009	2ª Braga 47033



Femininos

Salto em Altura

Top 1,08

1	1,67	ANA MONJANE	93 JUV	Sporting Clube de Braga	31-05-2009	2ª Vários 03021	RR
2	1,63	RITA PEREIRA	91 JUN	Sporting Clube de Braga	17-06-2009	1ª Póvoa de Varzim 41031	
3	1,55	MARLENE CHAVES	94 INI	Associação de Atletismo de Braga	16-05-2009	2ª Albufeira 03020	
4	1,43	CRISTIANA CRUZ	90 JUN	Sporting Clube de Braga	19-07-2009	1ª Maia 41037	
5	1,33	SARA LOPES	94 INI	Sporting Clube de Braga	18-04-2009	4ª Braga 47030	
6	1,33	ANA OLIVEIRA	94 INI	Associação de Atletismo de Braga	18-04-2009	5ª Braga 47030	
7	1,32	DANIELA SANTOS	94 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	2ª Guimarães 47028	
8	1,30	FILIPA VINHAS	94 INI	Sporting Clube de Braga	09-05-2009	2ª Braga 47033	
9	1,27	VERA CASTRO	92 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	04-04-2009	1ª Guimarães 47028	
10	1,26	ELSA GOMES	96 INF	Sporting Clube de Braga	13-06-2009	3ª Póvoa de Varzim 41030	
11	1,25	MA BEATRIZ SILVA	97 INF	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	1ª Braga 47033	
12	1,23	SANDRA FERREIRA	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	02-05-2009	3ª Braga 47031	
13	1,20	MARGARIDA FERREIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	7ª Guimarães 47028	
14	1,16	ANA SANTOS	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	8ª Guimarães 47028	
15	1,15	JOANA SILVA	97 INF	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	2ª Braga 47033	
16	1,12	ANA TORRES	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	9ª Guimarães 47028	
17	1,10	ANA ROCHA	97 INF	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	3ª Braga 47033	
18	1,08	HELENA OLIVEIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	10ª Guimarães 47028	



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

Salto Com Vara

Top

2,95

1	2,95	ANA COSTA	89 S23	Sporting Clube de Braga	13-06-2009	4ª Leiria 03027
---	-------------	------------------	--------	-------------------------	------------	-----------------



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos**Salto em Comprimento**

Top 2,64

1	5,56	- 1,6	SÓNIA MARQUES	86 SEN	Sporting Clube de Braga	13-06-2009	4ª Leiria 03027
2	5,19	+ 1,9	ANA OLIVEIRA	94 INI	Associação de Atletismo de Braga	17-05-2009	3ª Albufeira 03020
3	4,85	- 0,8	ANA MONJANE	93 JUV	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	1ª Braga 47035
4	4,80	+ 0,2	CLAUDIA SANTOS	92 JUV	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	2ª Braga 47038
5	4,78	- 0,1	VERA CASTRO	92 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	08-07-2009	3ª Braga 47038
6	4,77	+ 0,4	CÁTIA RODRIGUES	92 JUV	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	1ª Braga 47031
7	4,64	+ 0,6	SARA LOPES	94 INI	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	1ª Braga 47024
8	4,53	+ 1,3	DANIELA SANTOS	94 INI	Sporting Clube de Braga	27-06-2009	1ª Braga 47037
9	4,52	0,0	MARLENE CHAVES	94 INI	Sporting Clube de Braga	03-05-2009	3ª Braga 47031
10	4,45	+ 1,3	DANIELA COSTA	91 JUN	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	3ª Braga 47031
11	4,29	+ 0,8	FILIPA VINHAS	94 INI	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	4ª Braga 47035
12	4,26	+ 0,3	ANA TORRES	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	03-05-2009	5ª Braga 47031
13	4,24	+ 1,0	SANDRA FERREIRA	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	07-06-2009	5ª Braga 47035
14	4,13	+ 0,4	JOANA BATISTA	90 JUN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	07-06-2009	1ª Braga 47035
15	4,11	+ 0,1	TERESA COSTA	96 INF	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	4ª Braga 47030
16	4,11	+ 1,3	VANDA PINTO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	28-06-2009	20ª LUSO 03031
17	4,07	+ 0,9	ANA SILVA	94 INI	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	8ª Braga 47035
18	4,04	0,0	ANA SANTOS	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	03-05-2009	8ª Braga 47031
19	3,85	+ 1,1	HELENA OLIVEIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	28-03-2009	7ª Braga 47026
20	3,81	0,0	BÁRBARA TORRES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	03-05-2009	10ª Braga 47031
21	3,77	+ 0,4	SARA BASTOS	97 INF	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	6ª Braga 47030
22	3,77	0,0	SUSANA FERNANDES	94 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	03-05-2009	11ª Braga 47031
23	3,74		LUÍSA SAMPAIO	94 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	28-03-2009	12ª Guimarães 47025
24	3,74	+ 1,3	HELENA FERNANDES	96 INF	Sporting Clube de Braga	10-05-2009	3ª Braga 47033
25	3,73	- 1,9	BRUNA BATISTA	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	28-03-2009	8ª Braga 47026
26	3,71	- 0,1	PATRÍCIA CALDAS	94 INI	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	6ª Braga 47024
27	3,70	+ 1,0	ANA FERREIRA	97 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	27-06-2009	6ª Braga 47037
28	3,67	+ 1,1	ÂNGELA SÁ	93 JUV	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	10ª Braga 47035
29	3,48	- 0,4	MARGARIDA FERREIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	10ª Guimarães 47028
30	3,14	- 1,5	RAQUEL LOURENÇO	97 INF	Sporting Clube de Braga	28-03-2009	12ª Braga 47026
31	3,06		ANA COSTA	97 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	28-03-2009	20ª Guimarães 47025
32	2,64	- 0,3	ANA RITA AFONSO	97 INF	Sporting Clube de Braga	28-03-2009	13ª Braga 47026



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

Triplo Salto

Top

9,43

1	11,69	- 0,2	SÓNIA MARQUES	86 SEN	Sporting Clube de Braga	14-06-2009	5ª Leiria 03027
2	10,34	+ 0,1	VERA CASTRO	92 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	09-05-2009	2ª Braga 47033
3	10,20	- 0,4	JOANA ARAÚJO	90 JUN	Sporting Clube de Braga	09-05-2009	3ª Braga 47033
4	9,43	+ 1,0	CRISTIANA CRUZ	90 JUN	Sporting Clube de Braga	15-07-2009	3ª Maia 41036



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

Lançam.Martelo-3Kg						Top	2 5,94
1	37,69	ALDA FERNANDES	93 JUV	Sporting Clube de Braga	23-07-2009	5ª Lovelhe 49040	RR
2	30,52	MARGARIDA FERREIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	11-04-2009	1ª Guimarães 47029	RR JUV
3	30,00	CLAUDIA SANTOS	92 JUV	Sporting Clube de Braga	27-12-2008	1ª Guimarães 47007	RR
4	25,94	ANA CARDOSO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	06-06-2009	3ª Braga 47035	



Femininos

Lançam.Martelo-4Kg

Top

2 2,16

1	41,49	CRISTIANA CRUZ	90 JUN	Sporting Clube de Braga	29-07-2009	2ª Lovelhe 49042
2	29,24	ALDA FERNANDES	93 JUV	Sporting Clube de Braga	18-07-2009	5ª Maia 41037
3	22,44	ANA CARDOSO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	21-06-2009	7ª Guimarães 41033
4	22,16	CLAUDIA SANTOS	92 JUV	Sporting Clube de Braga	21-06-2009	8ª Guimarães 41033



Femininos

Lançamento Peso-2Kg

Top

4,36

1	9,35	TERESA COSTA	96 INF	Associação de Atletismo de Braga	18-04-2009	1ª Braga 47030
2	9,02	ELSA CRUZ	97 INF	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	28-03-2009	1ª Braga 47026
3	8,38	ANA COSTA	96 INF	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	13-06-2009	2ª Póvoa de Varzim 41030
4	7,53	SARA BASTOS	97 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	04-04-2009	2ª Guimarães 47028
5	7,14	INÊS GOMES	97 INF	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	6ª Braga 47024
6	6,92	IRENE PEIXOTO	96 INF	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	8ª Braga 47024
7	5,78	BRUNA BATISTA	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	04-04-2009	4ª Guimarães 47028
8	4,99	DIANA SOARES	99 BEN-B	Sporting Clube de Braga	28-03-2009	4ª Braga 47026
9	4,89	ANA RITA AFONSO	97 INF	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	9ª Braga 47024
10	4,36	BEATRIZ FERREIRA	99 BEN-B	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	11ª Braga 47024



Femininos

Lançamento Peso-3Kg

Top

6,29

1	11,97	CLAUDIA SANTOS	92 JUV	Sporting Clube de Braga	04-07-2009	3ª Lovelhe 49038
2	11,30	ANA CARDOSO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	03-05-2009	2ª Braga 47031
3	11,21	MARGARIDA FERREIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	1ª Braga 47031
4	11,21	PATRÍCIA CARDOSO	93 JUV	Associação de Atletismo de Braga	17-05-2009	5ª Albufeira 03020
5	11,09	ALDA FERNANDES	93 JUV	Sporting Clube de Braga	03-05-2009	3ª Braga 47031
6	10,41	SARA LOPES	94 INI	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	2ª Braga 47031
7	10,11	VERA CASTRO	92 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	04-04-2009	1ª Guimarães 47028
8	9,18	LUÍSA SAMPAIO	95 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	28-03-2009	4ª Braga 47026
9	9,10	MARLENE CHAVES	94 INI	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	1ª Braga 47030
10	7,47	ANA OLIVEIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	3ª Guimarães 47028
11	7,22	MA INÊS SILVA	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	2ª Braga 47033
12	7,19	FILIPA VINHAS	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	4ª Guimarães 47028
13	6,95	ANA TORRES	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	3ª Braga 47033
14	6,71	ANA SANTOS	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	02-05-2009	5ª Braga 47031
15	6,60	SANDRA FERREIRA	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	4ª Braga 47033
16	6,54	ALINE SANTOS	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	5ª Braga 47033
17	6,50	HELENA OLIVEIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	7ª Guimarães 47028
18	6,29	DANIELA SANTOS	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	8ª Guimarães 47028



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

Lançamento Peso-4Kg

Top

8,81

1	13,47	ALEXANDRA GONÇALV	79 SEN	Sporting Clube de Braga	30-05-2009	2ª Vários 03021
2	10,50	CLAUDIA RAMÔA	90 JUN	Sporting Clube de Braga	23-05-2009	1ª Braga 47034
3	10,40	CLAUDIA SANTOS	92 JUV	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	1ª Braga 47038
4	9,91	CRISTIANA CRUZ	90 JUN	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	1ª Braga 47031
5	9,85	ALDA FERNANDES	93 JUV	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	2ª Braga 47038
6	8,81	ANA CARDOSO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	21-06-2009	6ª Guimarães 41033



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

Dardo 400 Gr

Top

1 4,14

1	15,53	IRENE PEIXOTO	96 INF	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	3ª Braga 47024
2	14,14	RAQUEL LOURENÇO	97 INF	Sporting Clube de Braga	28-03-2009	2ª Braga 47026



Femininos

Dardo 500 Gr

Top

7,22

1	26,45	MARGARIDA FERREIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	1ª	Guimarães 47028
2	21,58	LUÍSA SAMPAIO	95 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	14-03-2009	1ª	Braga 47024
3	19,16	SARA LOPES	94 INI	Sporting Clube de Braga	11-04-2009	1ª	Guimarães 47029
4	16,46	ANA OLIVEIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	2ª	Guimarães 47028
5	15,05	MARLENE CHAVES	94 INI	Associação de Atletismo de Braga	18-04-2009	4ª	Braga 47030
6	14,34	PAULA AMORIM	95 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	10-05-2009	2ª	Braga 47033
7	13,41	FILIPA VINHAS	94 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	3ª	Guimarães 47028
8	10,34	DANIELA SANTOS	94 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	6ª	Guimarães 47028
9	9,95	SANDRA FERREIRA	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	7ª	Guimarães 47028
10	9,56	HELENA OLIVEIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	8ª	Guimarães 47028
11	9,14	ANA SANTOS	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	9ª	Guimarães 47028
12	7,22	ANA TORRES	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	11ª	Guimarães 47028



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

Dardo 600 Gr

Top

1 2,60

1	39,47	CLAUDIA RAMÔA	90 JUN	Sporting Clube de Braga	14-06-2009	4ª Leiria 03027
2	26,57	VERA CASTRO	92 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	06-06-2009	1ª Braga 47035
3	18,30	ANDRÉIA CARVALHO	90 JUN	Individual	18-04-2009	3ª Braga 47030
4	14,25	ALDA FERNANDES	93 JUV	Sporting Clube de Braga	03-05-2009	2ª Braga 47031
5	12,60	CATARINA SILVA	90 JUN	Individual	18-04-2009	5ª Braga 47030



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

Disco 0,750 Kg

Top

3 5,30

1	35,30	MARGARIDA FERREIRA 94 INI	Sporting Clube de Braga	10-06-2009	1ª <i>Palhaça 38035</i>	RR
---	--------------	----------------------------------	-------------------------	------------	-------------------------	----



Femininos

		Disco 1 Kg				Top	2 7,09	
1	44,64	ALEXANDRA GONÇALV	79 SEN	Sporting Clube de Braga	25-07-2009	4ª	Seixal 03034	
2	37,94	CRISTIANA CRUZ	90 JUN	Sporting Clube de Braga	01-07-2009	2ª	Maia 41035	R J
3	33,90	ALDA FERNANDES	93 JUV	Sporting Clube de Braga	04-07-2009	2ª	Lovelhe 49038	
4	29,51	CLAUDIA SANTOS	92 JUV	Sporting Clube de Braga	04-07-2009	4ª	Lovelhe 49038	
5	28,24	MARGARIDA FERREIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	23-05-2009	2ª	Braga 47034	
6	27,09	ANA CARDOSO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	10-06-2009	5ª	Palhaça 38035	



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

Pentatlo - Infantis

Top 1 1 6 7,00

1	2117	+ 0,5	TERESA COSTA 640 487 459 333 198	96 INF	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	4ª Braga 47030
2	1552	+ 0,8	SARA BASTOS 504 327 297 257 167	97 INF	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	7ª Braga 47030
3	1167	+ 1,0	BRUNA BATISTA 484 257 138 212 76	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	4ª Guimarães 47028



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos**Heptatlo - Iniciados**

Top 1 7 8 1,00

1	3181	+ 0,8	ANA OLIVEIRA	94 INI	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	1ª Braga 47030
			559 218 439 612 522 315				
			516				
2	3032	+ 1,6	MARLENE CHAVES	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	2ª Guimarães 47028
			600 139 599 495 393 447				
			359				
3	2843	+ 1,3	SARA LOPES	94 INI	Sporting Clube de Braga	19-04-2009	6ª Braga 47030
			510 236 439 463 345 447				
			403				
4	2311	+ 1,1	DANIELA SANTOS	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	4ª Guimarães 47028
			348 112 429 474 227 290				
			431				
5	2290	+ 0,6	MARGARIDA FERREIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	5ª Guimarães 47028
			356 410 312 386 196 455				
			175				
6	2248	+ 0,6	SANDRA FERREIRA	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	6ª Guimarães 47028
			465 105 312 457 283 288				
			338				
7	2123	+ 0,4	FILIPA VINHAS	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	7ª Guimarães 47028
			357 168 350 371 326 347				
			204				
8	1935	+ 1,6	HELENA OLIVEIRA	94 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	8ª Guimarães 47028
			355 98 205 419 272 303				
			283				
9	1811	+ 1,2	ANA TORRES	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	9ª Guimarães 47028
			302 57 239 414 237 320				
			242				
10	1781	+ 0,6	ANA SANTOS	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	10ª Guimarães 47028
			306 91 275 333 210 249				
			317				



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

Heptatlo - Juvenis

Top 3 5 5 6,00

1	3556	+ 1,8	VERA CASTRO	92 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo 05-04-2009	1ª	Guimarães 47028	
			607	379	537	598	431	385
			619					



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

4X60 Metros

Top

3 6,56

1	3 4,87	ESC ATL. MÁRIO SILVA 96 INF Escola de Atletismo Mário Silva 09-05-2009	1ª Braga 47033
		<i>Sara Bastos (1997) / Bruna Batista (1996) / Ana Ferreira (1997) / Teresa Costa (1996)</i>	
2	3 6,56	CCD RIBEIRÃO 97 INF Clube de Cultura e Desporto Ribeirão 09-05-2009	2ª Braga 47033
		<i>Maria Silva (1997) / Ana Rocha (1997) / Joana Silva (1997) / Elsa Cruz (1997)</i>	



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

4X80 Metros

Top 4 5,98

1	4 2,96	SC BRAGA	94 INI	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	1ª Braga 47031
		<i>Daniela Santos (1994) / Filipa Vinhas (1994) / Marlene Chaves (1994) / Ana João Oliveira (1994)</i>				
2	4 4,62	SELECÇÃO REGIONAL	94 INI	Associação de Atletismo de Braga	16-05-2009	2ª Albufeira 03020
		<i>Susana Fernandes (1994)/ Sara Lopes (1994)/ Ana J. Oliveira (1994) / Marlene Chaves (1994)</i>				
3	4 5,98	CCD RIBEIRÃO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	2ª Braga 47033
		<i>Margarida Torres (1995) / Ana Santos (1995) / Aline Santos (1994) / Sandra Ferreira (1995)</i>				



Femininos

4X100 Metros Planos

Top 5 6,17

1	4 8,24	SC BRAGA	70 SEN	Sporting Clube de Braga	13-06-2009	2ª Leiria 03027
		<i>Rita Lourenço (1992) / Inês Oliveira (1986) / Sónia Marques (1986) / Susana Vieira (1980)</i>				
2	4 8,65	SC BRAGA	80 SEN	Sporting Clube de Braga	30-05-2009	2ª Vários 03021
		<i>Susana Vieira (1980) / Inês Oliveira (1986) / Sónia Marques (1986) / Rita Lourenço (1992)</i>				
3	5 3,26	SELECÇÃO REGIONAL	92 JUV	Associação de Atletismo de Braga	17-05-2009	4ª Albufeira 03020
		<i>Cátia Rodrigues (1992) / Vera Castro (1992) / Cláudia Santos (1992) / Vanda Pinto (1993)</i>				
4	5 6,17	SC BRAGA	92 JUV	Sporting Clube de Braga	06-06-2009	1ª Braga 47035
		<i>Ana Silva (1994) / Cláudia Santos (1992) / Filipa Vinhas (1994) // Daniela Santos (1994)</i>				



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

4X300 Metros

Top 3 0 1,96

1	3 0 1,96	SC BRAGA	93 JUV	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	1ª Braga 47035
---	----------	-----------------	--------	-------------------------	------------	----------------

*Vanda Pinto (1993) / Ana Monjane (1993) /
Catarina Rodrigues (1994) / Patricia Caldas
(1994)*



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

4X400 Metros

Top 4 0 7,69

1	3 5 9,83	SC BRAGA	70 SEN	Sporting Clube de Braga	14-06-2009	4ª Leiria 03027
		<i>Ma Céu Nunes (1976) / Joana Costa (1986) / Liliana Barbosa (1987) / Susana Vieira (1980)</i>				
2	4 0 7,69	SC BRAGA	76 SEN	Sporting Clube de Braga	31-05-2009	2ª Vários 03021
		<i>Inês Oliveira (1986) / Susana Vieira (1980) / Joana Costa (1986) / Mª Céu Nunes (1976)</i>				



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

3.000 Metros Marcha

Top **1 4 4 5,66**

1 **1 4 4 5,66**

CLAUDIA CONCEIÇÃO

89 S23

Sporting Clube de Braga

13-06-2009

5ª Leiria 03027



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Femininos

10.000 Metros Marcha

Top **5 1 3 5,64**

1 **5 1 3 5,64**

CLAUDIA CONCEIÇÃO

89 S23

Sporting Clube de Braga

04-07-2009

1ª *Viseu 03032*