



Clube Atletismo de Marinha Grande

Ranking 2008/2009

(actualizado em 10/06/09) – Falta distrital de Infantis, Torneio do BA, Benj, Inf e inic.

40 Metros Femininos		2007_08			2008_09		
Marisa Paulino	96						
Diana Silva	99						
Mariana Cordeiro	96						
Ana Morgado	98	05/07/08	Mª Grande	7.60			
Joana Silva	99						
Nair Barbeiro	97	05/07/08	Mª Grande	8.49			
Joana Silva	99						
Tatiana Rodrigues	97	05/07/08	Mª Grande	7.11			
Ana Neto	99	05/07/08	Mª Grande	7.58			
Mariana Pinheiro		05/07/08	Mª Grande	8.56			
Mariana Bento		05/07/08	Mª Grande	7.88			

40 Metros Masculinos		2007_08			2008_09		
João Pinto	97	05/07/08	Mª Grande	6.07			
Oleksandr Lyashchenko	97	05/07/08	Mª Grande	6.53			
João Silva	96						
Carlos Marques	98						
Leonardo Jorge	99	05/07/08	Mª Grande	7.35			
Wilson Francisco	97						
Tiago Silva	99	05/07/08	Mª Grande	7.65			
Emanuel Rodrigues	97	05/07/08	Mª Grande	8.06			

60 Metros Femininos		2007_08			2008_09		
Andreia Pinto	93	07/12/07	Pombal	8.28	14/02/09	Pombal	8.30
Cyntia da Silva	91	27/01/08	Pombal	8.92	21/02/09	Pombal	8.41
Ana Patrícia Silva	93	27/01/08	Pombal	8.75	06/02/09	Pombal	8.62
Diana Pinho Oliveira	93	16/02/08	Alpiarça	8.55	06/12/08	Pombal	8.68
Ana Filipa Silva	93	27/01/08	Pombal	8.97	06/02/09	Pombal	8.72
Mariana Cordeiro	96	31/05/08	Óbidos	9.0	04/04/09	Mª Grande	8.79
Mariana Cordeiro	96	13/04/08	Mª Grande	9.21	01/05/09	Leiria	8.94
Sara Espinha	93	27/01/08	Pombal	9.06	06/02/09	Pombal	9.08
Ania Morouço	93	27/01/08	Pombal	9.11	06/12/08	Pombal	9.09
Diana Barreira	93	07/12/07	Pombal	9.07	19/12/08	Pombal	9.28

Mariana Pinheiro	95	13/04/08	Mª Grande	9.24	06/02/09	Pombal	9.63
Tatiana Rodrigues	97	17/11/07	Alvaiázere	10.3	22/03/09	C. Rainha	9.9
Sandrina Sousa	95				06/02/09	Pombal	10.17
Sara Margarida Oliveira	93	27/01/08	Pombal	8.77			
Diana Barreira	93	17/11/07	Alvaiázere	8.8			
Fabiana Domingos	93	07/12/07	Pombal	9.15			
Ana Isabel Santos	95	05/07/08	Mª Grande	8.95			
Ana Isabel Santos	95	13/04/08	Mª Grande	9.01			
Vanessa Nora	93	17/11/07	Alvaiázere	9.3			
Beatriz Bárbara	94	17/11/07	Alvaiázere	9.8			
Jéssica Constâncio	92	17/11/07	Alvaiázere	9.9			
Inês Domingues	94						
Diana Silva	96	13/04/08	Mª Grande	10.43			
Diana do Carmo	95	13/04/08	Mª Grande	10.49			
Marisa Paulino	96	31/05/08	Óbidos	10.1			
Marisa Paulino	96	13/04/08	Mª Grande	10.65			
Ana Morgado	98	17/11/07	Alvaiázere	11.0			
Ana Neto	99	17/11/07	Alvaiázere	11.2			
Nair Barbeiro	97	17/11/07	Alvaiázere	11.6			
Tatiana Stroynova	98	1/06/08	Óbidos	11.2			
Joana da Silva	99	17/11/07	Alvaiázere	12.1			
Beatriz Cruz	95	13/04/08	Mª Grande	10.16			
Maria Inês Domingos	95	13/04/08	Mª Grande	10.80			
Soraia Domingues	95	05/07/08	Mª Grande	9.87			
Joana Florencio	99	1/06/08	Óbidos	10.7			

60 Metros Masculinos		2007_08			2008_09		
Dylan da Silva	93	27/01/08	Pombal	7.94	06/12/08	Pombal	7.57
João Pereira	93	27/01/08	Pombal	7.74	19/12/08	Pombal	7.64
Alexandre Ferreira	92	07/12/07	Pombal	8.05	06/12/08	Pombal	7.67
Pedro Brito	94	01/12/07	Pombal	7.70	06/02/09	Pombal	7.87
Diogo Mestre	92				19/12/08	Pombal	8.25
Pedro M. Soares	93				06/02/09	Pombal	8.19
João Pinto	97				04/04/09	Mª Grande	8.13
João Pinto	97	1/06/08	Óbidos	8.2	06/02/09	Pombal	8.32
Oleh Palamarchuk	94				06/02/09	Pombal	8.20
Miguel Morais	95	27/01/08	Pombal	8.87	06/02/09	Pombal	8.80
Oleksandr Lyashchenko	97	17/11/07	Alvaiázere	9.1	04/04/09	Mª Grande	8.85

Gabriel Brito	95	27/01/08	Pombal	9.41	06/12/08	Pombal	9.20
Axel Teixeira	96				04/04/09	Mª Grande	9.22
João Silva	96	13/04/08	Mª Grande	9.83	04/04/09	Mª Grande	9.33
Pedro D Soares	96	05/07/08	Mª Grande	10.11	04/04/09	Mª Grande	9.88
Daniel Rodrigues	96	13/04/08	Mª Grande	9.85	04/04/09	Mª Grande	10.33
Wilson Francisco	97	1/06/08	Óbidos	11.0	04/04/09	Mª Grande	11.28
Elton Ingres	91	17/11/07	Alvaiázere	7.5			
Elton Ingres	91	01/12/07	Pombal	7.79			
Miguel Morais	95	31/05/08	Óbidos	8.5			
Bruno Alves	93	27/01/08	Pombal	8.97			
Sérgio Pinto	96	13/04/08	Mª Grande	9.47			
Ricardo Silva	95	27/01/08	Pombal	9.90			
Carlos Marques	98	1/06/08	Óbidos	9.3			
Wilson Mota	91	07/12/07	Pombal	9.78			
Francisco Domingues	95	13/04/08	Mª Grande	9.79			
Miguel Leal Ferreira	95	30/03/08	M. Grande	9.85			
Leandro Carvalho	92	17/11/07	Alvaiázere	10.6			
Tiago Silva	99	1/06/08	Óbidos	10.2			
João Carlos Ferreira da Silva	96	27/01/08	Pombal	10.07			
Leonardo Jorge	99	1/06/08	Óbidos	10.8			
Ricardo Pereira	95	05/07/08	Mª Grande	9.08			
Luís Santos	99	1/06/08	Óbidos	10.0			

80 Metros Femininos		2007_08			2008_09		
Vitória Té	94				23/05/09	Mª Grande	11.13
Ana Isabel Santos	95	08/06/08	C. Rainha	11.46	05/04/09	Mª Grande	12.06
Mariana Cordeiro					23/05/09	Mª Grande	11.6
Ana Kasprova	95				23/05/09	Mª Grande	12.2
Beatriz Bárbara	94				10/05/09	Leiria	12.66
Sandrina Sousa	95				05/04/09	Mª Grande	12.83
Maria Inês Domingos	95				05/04/09	Mª Grande	13.02
Anastasiya Kasprova	95				23/05/09	Mª Grande	13.8
Diana do Carmo	95				05/04/09	Mª Grande	14.13
Andreia Pinto	93	06/07/08	M. Grande	10.64			
Andreia Pinto	93	18/05/08	Leiria	10.65			
Diana Pinho Oliveira	93	06/07/08	M. Grande	10.58			
Diana Pinho Oliveira	93	25/04/08	Viseu	10.99			
Ana Patrícia Silva	93	06/07/08	M. Grande	11.10			
Ana Patrícia Silva	93	12/04/08	M. Grande	11.17			
Sara Oliveira	93	12/04/08	M. Grande	11.35			
Ana Filipa Silva	93	06/07/08	M. Grande	10.98			
Ana Filipa Silva	93	12/04/08	M. Grande	11.38			
Sara Espinha	93	06/07/08	M. Grande	11.25			

Sara Espinha	93	12/04/08	M. Grande	11.76			
Diana Barreira	93	20/04/08	Leiria	11.83			
Diana Barreira	93	08/06/08	C. Rainha	11.38			
Vanessa Nora	93						
Ania Morouço	93	06/07/08	M. Grande	11.49			
Ania Morouço	93	12/04/08	M. Grande	12.04			
Fabiana Domingos	93	06/07/08	M. Grande	11.89			
Fabiana Domingos	93	12/04/08	M. Grande	12.05			

80 Metros Masculinos		2007_08			2008_09		
Pedro Brito	94	12/04/08	M. Grande	9.91	10/05/09	Leiria	9.75
Pedro Brito	94				23/05/09	Mª Grande	9.5
Pedro Brito	94				01/05/09	Leiria	9.74
Oleh Palamarchuck	94				04/04/09	Mª Grande	10.36
Miguel Morais		08/06/08	C. Rainha	10.97	18/04/09	Leiria	11.05
Miguel Morais		08/06/08	C. Rainha	10.97	04/04/09	Mª Grande	10.87
Gabriel Brito		08/06/08	C. Rainha	11.62	04/04/09	Mª Grande	11.2
Diogo Duarte					04/04/09	Mª Grande	12.61
Miguel Ferreira	95				18/04/09	Leiria	12.70
Miguel Ferreira	95				04/04/09	Mª Grande	12.65
João Pinto	97				10/05/09	Leiria	10.91
Dylan Silva	93	30/03/08	M. Grande	9.96			
Dylan Silva	93	06/07/08	M. Grande	9.54			
João Pereira	93	12/04/08	M. Grande	9.83			
João Pereira	93	06/07/08	M. Grande	9.62			
Alexandre Leal Ferreira	92						
Pedro Soares	93	06/07/08	M. Grande	10.19			
Bruno Alves	93	12/04/08	M. Grande	11.21			
Bruno Alves	93	06/07/08	M. Grande	10.55			

100 Metros Femininos		2007_08			2008_09		
Beatrysa Lyashchenko	91	09/06/08	Coimbra	13.61	30/05/09	Viseu	13.13
Cyntia Silva	91	24/05/08	Mª Grande	13.79	09/05/09	Coimbra	13.22
Andreia Pinto	93				10/06/09	Leiria	13.1
Andreia Pinto	93				18/04/09	Leiria	13.35
Ana Filipa Silva	93	22/05/08	Abrantes	14.30	22/05/09	Mª Grande	13.55
Vitória Té	94				10/06/09	Leiria	13.4
Diana Oliveira	93				06/06/09	Leiria	13.5
Ana Patrícia Silva	93	22/05/08	Abrantes	14.10	10/06/09	Leiria	13.5
Diana Oliveira	93				06/06/09	Leiria	13.76
Sara Oliveira	93	22/05/08	Abrantes	14.03			
Sara Espinha	93				09/05/09	Coimbra	14.11
Ania Morouço	93				09/05/09	Coimbra	14.56

Diana Barreira	93	09/06/08	Coimbra	14.54			
Melissa Ribeiro	92	20/04/08	Leiria	15.50			
Marta Santos	86	20/04/08	Leiria	16.13			
Joana Silva	93				10/06/09	Leiria	16.6

100 Metros Masculinos		2007_08			2008_09		
João Pereira		10/05/08	Massamá	12.16	10/05/09	Coimbra	11.75
Dylan Silva		22/05/08	Abrantes	12.34	10/05/09	Coimbra	11.76
Elton Ingrés	91	12/04/08	M. Grande	11.99			
Pedro Brito		22/05/08	Abrantes	12.53			
Alexandre Ferreira	92	12/04/08	M. Grande	12.56	04/04/09	Mª Grande	12.16
Diogo Mestre	92				05/07/09	Mª Grande	12.53
Pedro Soares	93				10/05/09	Coimbra	12.89
Leandro Carvalho	92	12/04/08	M. Grande	14.91	05/07/09	Mª Grande	13.83

150 Metros Masculinos		2007_08			2008_09		
Beatriz Cruz	95	31/05/08	Óbidos	24.6			
Mariana Cordeiro	96	31/05/08	Óbidos	23.2			

150 Metros Masculinos		2007_08			2008_09		
Miguel Morais	95	31/05/08	Óbidos	20.7			
Francisco Domingues	95						
Pedro Brito	94						
Daniel Rodrigues	96	31/05/08	Óbidos	24.9			
Pedro D Soares	96	31/05/08	Óbidos	25.6			
Ricardo Silva	95	31/05/08	Óbidos	23.6			
Francisco Domingues	95	31/05/08	Óbidos	23.9			
Vasyl Pokh	96	31/05/08	Óbidos	30.7			

200 Metros Femininos		2007_08			2008_09		
Cyntia Silva	93	01/03/07	Pombal	29.00	08/07/09	Leiria	27.01
Andreia Pinto	93	31/05/08	Abrantes	27.00			
Andreia Pinto	93	18/06/08	Leiria	27.36	15/02/09	Pombal	27.69
Andreia Pinto	93	07/12/07	Pombal	26.8			
Vitoria Té	94				10/06/09	Leiria	28.53
Beatrysa Lyashchenko	91	18/06/08	Leiria	28.72			
Nádia Silva	90				07/12/08	Pombal	30.3
Diana Oliveira	93	18/06/08	Leiria	29.70	05/07/09	Leiria	28.83
Diana Oliveira	93	31/05/08	Abrantes	28.82			
Ana Patrícia Silva	93				04/04/09	Mª Grande	28.47
Ana Filipa Silva	93				04/04/09	Mª Grande	28.73
Sara Oliveira	93	07/12/07	Pombal	29.09			
Diana Barreira	93	07/12/07	Pombal	30.39	20/12/08	Pombal	31.88

Sara Espinha	93	07/12/07	Pombal	30.46	04/04/09	Mª Grande	30.35
Fabiana Domingos	93				05/07/09	Leiria	34.90
Vanessa Nora	93						
Ania Morouço	93	07/12/07	Pombal	30.91	05/07/09	Leiria	30.67
Alina Matasova	92	07/12/07	Pombal	33.02			
Melissa Ribeiro	92	13/04/08	M. Grande	33.16			
Jéssica Constâncio	92	25/05/08	Mª Grande	33.12			
Jéssica Constâncio	92	18/06/08	Leiria	33.40			

200 Metros Masculinos		2008_09			2008_09		
Elton Ingres	91	01/03/07	Pombal	24.42			
João Pereira	93				10/06/09	Leiria	23.92
João Pereira	93	07/12/07	Pombal	26.20	10/05/09	Coimbra	23.8
Dylan da Silva	93	18/06/08	Leiria	25.02	04/01/09	Pombal	25.74
Diogo Mestre	92				10/06/09	Leiria	25.82
Alexandre Ferreira	91	11/05/08	Mª Grande	25.79	01/07/09	Leiria	24.80
Leandro Carvalho	92	07/12/07	Pombal	31.28			

250 Metros Femininos		2007_08			2008_09		
Sandrina Sousa	95				10/05/09	Leiria	43.55
Anna Kasprova	95				10/05/09	Leiria	43.90
Anastasiya Kasprova					24/05/09	Mª Grande	45.68
Andreia Pinto	93	08/06/08	C. Rainha	35.49			
Sara Oliveira	93						
Diana Oliveira	93						
Ana Patrícia Silva	93	08/06/08	C. Rainha	36.08			
Marisa de Jesus	93						
Ania Morouço	93						
Luciana de Jesus	93						
Vanessa Nora	93						
Ana Filipa Silva	93						
Diana Barreira	93						
Sara Espinha	93						
Fabiana Domingos	93						

250 Metros Masculinos		2007_08			2008_09		
Miguel Morais					24/05/09	Mª Grande	36.33
Diogo Duarte					24/05/09	Mª Grande	40.44
Leandro Carvalho	92						
João Marques	93						
Gabriel Brito	95				01/05/09	Leiria	42.31

300 Metros Femininos		2007_08			2008_09		
Ana Patrícia Silva	93	22/05/08	Abrantes	44.49	18/04/09	Leiria	44.90

Sara Oliveira	93	22/05/08	Abrantes	44.79	06/12/08	Pombal	49.8
Catarina Vieira	91	09/06/08	Coimbra	44.79			
Andreia Pinto	93				18/04/09	Leiria	44.80
Cyntia Silva		19/04/08	Leiria	46.43			
Ana Filipa Silva	93	27/01/08	Pombal	48.04	18/04/09	Leiria	46.45
Sandrina Sousa					10/06/09	Leiria	50.7
Sara Espinha	93	27/01/08	Pombal	49.85			
Ania Morouço	93				06/12/08	Pombal	52.1
Diana Barreira	93				06/12/08	Pombal	52.7
Anastasya Kasprova					10/06/09	Leiria	54.3
Jéssica Constâncio					10/06/09	Leiria	

300 Metros Masculinos		2007_08			2008_09		
João Pereira	93	09/06/08	Coimbra	39.68	18/04/09	Leiria	38.82
Oleg Palamarchuk	94				10/06/09	Leiria	40.4
Alexandre Ferreira	92	27/01/08	Pombal	42.42	06/12/08	Pombal	42.3
Dylan Silva	93	27/01/08	Pombal	43.37	05/07/09	Leiria	40.49
Diogo Mestre					04/04/09	Mª Grande	44.77
Bruno Alves	93	27/01/08	Pombal	48.27	06/12/08	Pombal	45.3
Elton Ingres		05/07/08	M. Grande	38.86			
Leandro Carvalho	92	27/01/08	Pombal	48.64	05/07/09	Leiria	47.89
Pedro Santos	90						

400 Metros Femininos		2007_08			2008_09		
Nádia Silva	90	19/01/08	Espinho	63.10	06/06/09	Leiria	63.15
Catarina Vieira	91	13/06/08	Leiria	62.76	17/01/09	Espinho	63.92
Cyntia Silva		30/03/08	M. Grande	72.23	10/05/09	Coimbra	64.09
Ana Filipa Silva	93				06/06/09	Leiria	65.27
Beatrysa Lyashchenko	91				19/12/08	Pombal	66.40
Ania Morouço					01/07/09	Leiria	69.67
Ana Patrícia Silva					19/12/08	Pombal	69.80
Sara Espinha					19/12/08	Pombal	73.17
Diana Barreira					19/12/08	Pombal	74.01

400 Metros Masculinos		2007_08			2008_09		
Edwin Ferreira					01/02/09	Pombal	57.71
Alexandre Ferreira		10/05/08	Mª Grande	62.02			
Pedro Santos					03/01/09	Pombal	62.57

600 Metros Femininos		2007_08			2008_09		
Ana Isabel Santos	95	31/05/08	Óbidos	1.49.8			
Carina Mota	95						

Mariana Cordeiro	96	31/05/08	Óbidos	2.01.3			
Tatiana Rodrigues	97	31/05/08	Óbidos	2.03.9			
Mariana Pinheiro	95	27/01/08	Pombal	2.04.79			

Marisa Paulino	96						
Rafaela Sousa	96						
Inês Domingues	94						
Diana Silva	96						
Tatiana Sroynova	98	31/05/08	Óbidos	2.35.9	22/05/09	Mª Grande	2.25.64
Beatrice Constatin	98				22/05/09	Mª Grande	2.26.29
Beatriz Domingues	98				22/05/09	Mª Grande	2.27.56
Sara Valente	98				22/05/09	Mª Grande	2.28.20
Ana Morgado	98						
Joana Silva	99						
Mariana Pinheiro	Bjm	31/05/08	Óbidos	2.55.9			
Mariana Bento	98	31/05/08	Óbidos	2.44.5	22/05/09	Mª Grande	2.25.18
Sofia Guerra	98				22/05/09	Mª Grande	2.17.79
Joana Florêncio	99				22/05/09	Mª Grande	2.18.66
Ana Neto	99	31/05/08	Óbidos	2.59.7	22/05/09	Mª Grande	2.36.33
Soraia Cardeira	01				22/05/09	Mª Grande	2.50.43
Diana Bento	00				22/05/09	Mª Grande	2.57.02
Bárbara Ferreira	02				22/05/09	Mª Grande	3.04.68

600 Metros Masculinos		2007_08			2008_09		
Oleh Palamarchuk	94						
Pedro Brito	94						
João Pinto	97	31/05/08	Óbidos	1.50.8			
Sérgio Pinto	96						
Miguel Morais	95	27/01/08	Pombal	1.55.43			
Ricardo Silva	95	27/01/08	Pombal	2.00.69			
Gabriel Brito	95	27/01/08	Pombal	2.01.29			
Miguel Ferreira	95	27/01/08	Pombal	2.03.35			
Daniel Rodrigues	96						
João Silva	96	27/01/08	Pombal	2.05.91			
Tiago Silva	99	31/05/08	Óbidos	2.06.1	22/05/09	Mª Grande	2.08.85
Carlos Marques	98	31/05/08	Óbidos	2.07.4	22/05/09	Mª Grande	2.08.85
Leonardo Jorge	99	31/05/08	Óbidos	2.18.8	22/05/09	Mª Grande	2.15.92
Francisco Domingues	95	31/05/08	Óbidos	2.22.9			
Luis Santos	99	31/05/08	Óbidos	2.24.1			
Emanuel Rodrigues	97	31/05/08	Óbidos	2.30.5			
Wilson Francisco	97	31/05/08	Óbidos	3.10.4			
Vasco Santos	98				22/05/09	Mª Grande	2.11.13
Rodrigo Borges	01				22/05/09	Mª Grande	2.22.36
Daniel Constatin	99				22/05/09	Mª Grande	2.26.41
André Santos	02				22/05/09	Mª Grande	2.35.17
Pedro Pinheiro	01				22/05/09	Mª Grande	2.36.20

800 Metros Femininos		2007_08			2008_09		
Nádia Silva	90	27/01/08	Pombal	2.25.49	15/02/09	Pombal	2.28.09
Catarina Vieira	91	18/06/08	Leiria	2.29.71	01/02/09	Espinho	2.31.44
Ana Isabel Santos	95				06/12/08	Pombal	2.37.1
Sara Oliveira	93	08/06/08	C. Rainha	2.39.9			
Anna Kasprova	91				10/06/09	Leiria	2.47.44
Ana Filipa Silva	93	06/07/08	M. Grande	2.51.29	05/04/09	Mª Grande	2.49.95
Sandrina Santos					10/06/09	Leiria	2.48.97
Sara Espinha	93	12/04/08	M. Grande	3.05.42	05/04/09	Mª Grande	2.50.56
Ania Morouço	93	08/06/08	C. Rainha	2.57.71	18/04/09	Leiria	2.51.36
Anastasiya Kasprova	95				10/06/09	Leiria	2.58.76
Ana Patrícia Silva	93	12/04/08	M. Grande	2.59.29	05/04/09	Mª Grande	3.01.81
Cyntia Silva		13/04/08	M. Grande	3.04.86			
Fabiana Domingos	93	06/07/08	M. Grande	3.09.25	05/07/09	Mª Grande	3.09.41
Patrícia Santos	94	18/06/08	Leiria	3.11.17			
Mª Inês Domingos					05/04/09	Mª Grande	3.18.06
Diana Barreira	93	06/07/08	M. Grande	3.16.42			
Diana Oliveira	93	12/04/08	M. Grande	3.24.95	05/07/09	Mª Grande	3.11.55
Andreia Pinto		06/07/08	M. Grande	3.20.31	05/07/09	Mª Grande	3.22.12
Melissa Ribeiro		13/04/08	M. Grande	3.46.28			
Jéssica Constâncio		13/04/08	M. Grande	3.46.28			

800 Metros Masculinos		2007_08			2008_09		
Rui Samuel Gonçalves	90	11/05/08	Mª Grande	2.01.92	07/06/09	Leiria	1.58.62
Oleh Palamarchuk					24/05/09	Mª Grande	2.11.6
Emanuel Cardoso	90				01/07/09	Leiria	2.21.69
Filipe Silva	91	18/06/08	Leiria	2.32.82			
João Santos					31/05/09	Luso	2.44.93
Ricardo Silva					24/05/09	Mª Grande	2.51.1
Miguel Ferreira					24/05/09	Mª Grande	2.53.3

1000 Metros Femininos		2007_08			2008_09		
Catarina Vieira	91	29/03/08	Nazaré	3.13.7			
Catarina Carvalho	92	29/03/08	Nazaré	3.14.0			
Nádia Silva		04/05/08	Alcanena	3.19.38			
Ana Isabel Santos	95	25/04/08	Viseu	3.23.68	18/04/09	Leiria	3.29.30
Sara Oliveira	93	01/03/07	Pombal	3.31.50			
Benvinda Santos	94				10/05/09	Leiria	3.37.50
Marisa de Jesus	93	29/03/08	Nazaré	3.33.6	29/03/09	Leiria	3.53.29
Luciana de Jesus	93	29/03/08	Nazaré	3.42.9	29/03/09	Leiria	3.54.21
Ana Patrícia Silva	93	01/03/07	Pombal	3.46.84	29/03/09	Leiria	3.51.57
Ana Filipa Silva	93	01/03/07	Pombal	3.45.33	29/03/09	Leiria	3.41.50
Vanessa Nora	93	01/03/07	Pombal	3.47.80			
Mariana Cordeiro	96	29/03/08	Nazaré	3.48.9	29/03/09	Leiria	3.40.01

Patrícia Santos		29/03/08	Nazaré	3.58.6			
Tatiana Rodrigues	97	29/03/08	Nazaré	3.59.9	22/05/09	Mª Grande	3.31.78
Sandrina Santos	95				29/03/09	Leiria	3.52.69
Sara Espinha	93				29/03/09	Leiria	3.48.21
Joana Florêncio					29/03/09	Leiria	4.06.57
Mariana Pinheiro		06/07/08	Mª Grande	3.56.66	29/03/09	Leiria	4.04.6
Jessica Constâncio		29/03/08	Nazaré	4.07.2			
Diana Barreira	93	01/03/07	Pombal	4.09.25			
Marisa Paulino	96	13/04/08	M. Grande	4.11.76	22/05/09	Mª Grande	3.42.42
Inês Domingues	94						
Melissa Ribeiro		29/03/08	Nazaré	4.36.4			
Soraia Cardeira	01				29/03/09	Leiria	5.15.27
Tatiana Stroynova		29/03/08	Nazaré	4.31.2	29/03/09	Leiria	4.29.08
Mariana Bento	98	29/03/08	Nazaré	4.56.9			

1000 Metros Masculinos		2007_08			2008_09		
Rui Samuel Gonçalves	90	04/05/08	Alcanena	2.35.23			
Oleh Palamarchuk	94	29/03/08	Nazaré	3.08.5	01/05/09	Leiria	2.48.91
Elton Ingres	91	06/07/08	M. Grande	3.00.46			
Emanuel Sopas Cardoso	90	29/03/08	Nazaré	3.02.4	29/03/09	Leiria	3.05.69
Michael Santos					29/03/09	Leiria	3.05.82
João Pereira	93	06/07/08	M. Grande	3.15.09	05/04/09	Mª Grande	3.16.04
Alexandre Ferreira		13/04/08	M. Grande	3.20.19	05/04/09	Mª Grande	3.11.71
João Pinto	97	29/03/08	Nazaré	3.25.5	01/05/09	Leiria	3.13.00
João Silva	96	29/03/08	Nazaré	3.49.7	22/05/09	Mª Grande	3.15.34
Daniel Rodrigues	96	13/04/08	M. Grande	3.54.62	22/05/09	Mª Grande	3.18.52
Pedro Brito	94	12/04/08	M. Grande	3.19.5			
Dylan da Silva		06/07/08	M. Grande	3.19.89	05.07.09	Leiria	3.18.63
Pedro Soares	93	06/07/08	M. Grande	3.31.81			
Sérgio Pinto	96	13/04/08	M. Grande	3.33.29			
Miguel Morais	94	13/04/08	M. Grande	3.33.49	18/04/09	Leiria	3.25.95
Leandro Carvalho		29/03/08	Nazaré	3.30.9	05/04/09	Mª Grande	3.53.69
Gabriel Brito	95	13/04/08	M. Grande	3.44.95	05/04/09	Mª Grande	3.27.66
Bruno Alves	93	12/04/08	M. Grande	3.41.7			
Ricardo Silva	95	29/03/08	Nazaré	3.35.7	18/04/09	Leiria	3.38.67
Diogo Duarte					05/04/09	Mª Grande	3.35.76
Axel Teixeira	96				21/02/09	Pombal	3.34.89
Ricardo Pereira	95	06/07/08	Mª Grande	3.51.33			
Oleksadr Lyascenko	97	29/03/08	Nazaré	3.45.5	21/02/09	Pombal	3.45.06
Diogo Mestre					05.07.09	Leiria	3.47.67
Carlos Marques	98	29/03/08	Nazaré	3.47.9	29/03/09	Leiria	3.54.67
Vasco Santos					29/03/09	Leiria	4.00.79
Tiago Silva	99	29/03/08	Nazaré	3.48.6	29/03/09	Leiria	3.53.98
Miguel Ferreira	94	29/03/08	Nazaré	3.50.0	05/04/09	Mª Grande	3.36.57

Pedro D Soares	96	06/07/08	Mª Grande	4.24.00	05/04/09	Mª Grande	4.02.80
Leonardo Jorge	99	29/03/08	Nazaré	4.16.7	29/03/09	Leiria	3.55.96
Rodrigo Borges	01				29/03/09	Leiria	4.21.93
Luís Santos	99	29/03/08	Nazaré	4.37.5			
Francisco Domingues	65	13/04/08	M. Grande	4.27.04			
Wilson Francisco					29/03/09	Leiria	5.51.27

1.500 Metros Femininos		2007_08			2008_09		
Catarina Vieira	91	27/01/08	Pombal	5.02.25	06/12/08	Pombal	5.10.9
Nádia Silva	90	07/12/07	Pombal	5.18.59	06/12/08	Pombal	5.22.1
Ana Isabel Santos	95				06/12/08	Pombal	5.37.7
Marisa de Jesus	93	07/12/07	Pombal	5.48.47			
Ana Kasprova	95				22/05/09	Mª Grande	5.52.17
Sandrina Sousa	95				22/05/09	Mª Grande	5.56.54
Anatasiya Kasprova	95				22/05/09	Mª Grande	6.19.94
Luciana de Jesus	93	07/12/07	Pombal	5.56.51			
Patrícia Santos	94	09/06/08	Coimbra	6.30.45			
Isabel Fernandes	92	07/12/07	Pombal	6.41.90			

1.500 Metros Masculinos		2007_08			2008_09		
Rui Samuel Gonçalves	90	13/06/08	Leiria	4.04.89	01/07/09	Leiria	4.06.01
Ruben Santos	91	07/12/07	Pombal	4.57.88			
Emanuel Cardoso	90	10/05/08	Mª Grande	4.53.36	19/12/08	Pombal	4.50.42
Filipe Silva	91	09/06/08	Coimbra	5.38.61			
Oleh Palamarchuck	94				06/12/08	Pombal	5.29.3*
Miguel Morais	95				22/05/09	Mª Grande	5.11.66
Diogo Duarte	94				22/05/09	Mª Grande	5.24.09
Ricardo Silva	95				22/05/09	Mª Grande	5.35.55
Miguel Ferreira	95				23/05/09	Mª Grande	5.50.61

*uma volta de 200 m a mais

3.000 Metros Masculinos		2007_08			2008_09		
Rui Gonçalves	90	20/01/08	Espinho	8.57.83	31/05/09	Viseu	9.16.95
Emanuel Sopas Cardoso	90	16/12/07	Pombal	10.15.54	06/06/09	Leiria	10.41.39

5.000 Metros Masculinos		2007_08			2008_09		
Emanuel Sopas Cardoso	90				30/05/09	Viseu	19.18.56

3.000 Metros Femininos		2007_08			2008_09		
Catarina Vieira	91	16/12/07	Pombal	11.32.29			
Marisa Jesus	93	18/06/08	Leiria	12.54.52	06/12/08	Pombal	13.43.1
Luciana Jesus	93	18/06/08	Leiria	13.15.45			

60 Mb Femininos Infantis		2007_08			2008_09		
Mariana Cordeiro	96				05/04/09	Mª Grande	14.62
Diana Silva	96				22/03/09	C. Rainha	14.05

60 Mb Masculinos Infantis (76)		2007_08			2008_09		
João Pinto	97				05/04/09	Mª Grande	10.2
Oleksandr Lyashchenk	97				05/04/09	Mª Grande	11.6
Daniel Rodrigues	96				05/04/09	Mª Grande	12.23
Axel Teixeira	96				05/04/09	Mª Grande	12.33
João Silva	96				05/04/09	Mª Grande	12.3
Pedro D Soares (76)	96	06/07/08	Mª Grande	14.54	28/12/08	Pombal	14.93

60 Mb Femininos Iniciadas		2007_08			2008_09		
Mª Inês Domingos	95				28/12/08	Pombal	14.97
Diana do Carmo	95				28/12/08	Pombal	16.48
Diana de Oliveira (76)	93	27/01/08	Pombal	11.22			
Andreia Pinto (76)	93	30/12/07	Pombal	11.45			
Sara Espinha (76)	93	30/12/07	Pombal	11.54			
Fabiana Domingos (76)	93	30/12/07	Pombal	12.53			
Vanessa Nora (76)	93						
Ana Isabel Santos (76)	95	30/12/07	Pombal	13.64			
Mariana Pinheiro (76)	95	31/05/08	Óbidos	13.5			
Mariana Pinheiro (76)	95	13/04/08	M. Grande	14.28			
Marisa Paulino (76)		13/04/08	M. Grande	18.19			
Soaraia Domingues (76)	95	06/07/08	Mª Grande	15.65			

60 Mb Femininos Juvenis		2007_08			2008_09		
Ania Morouço (76)	93	07/12/07	Pombal	11.42	06/02/09	Pombal	10.53
Ana Patrícia Silva	93				28/12/08	Pombal	10.67
Sara Espinha (76)	93	07/12/07	Pombal	10.99	06/02/09	Pombal	10.90
Diana de Oliveira (76)	93	07/12/07	Pombal	11.23	28/12/08	Pombal	11.04
Fabiana Domingos (76)	93				06/12/08	Pombal	11.11
Ana Filipa Silva	93				28/12/08	Pombal	11.46
Fabiana Domingos	93				28/12/08	Pombal	11.62
Alina Matásova (76)		30/12/07	Pombal	13.16			

60 Mb Femininos Juniores		2007_08			2008_09		
Ana Patrícia Inácio (84)	91				01/02/09	Espinho	10.20
Ania Morouço (84)	93				04/01/09	Pombal	10.60
Sara Espinha (84)	93				18/01/09	Espinho	11.10
Beatrysa Lyashchenko (84)	91						

60 Mb Masculinos		2007_08			2008_09		
Elton Ingrés (1.07)					01/02/09	Pombal	9.68

Elton Ingrés (91)***	93	02/02/08	Pombal	8.80			
Alexandre Ferreira (91)***	92	30/12/07	Pombal	11.51			
Pedro Brito (84)**	94	27/01/08	Pombal	10.25	28/12/08	Pombal	10.16
João Pereira (84)**	93	30/12/07	30/12/07	11.00	28/12/08	Pombal	11.10
Alexandre Ferreira (84)**	92						
Dylan Silva	93				28/12/08	Pombal	10.39
Oleh Palamarchuk	94				06/02/09	Pombal	10.93
Pedro M. Soares	93				28/12/08	Pombal	11.35
Ricardo Silva	95				06/02/09	Pombal	13.37
Gabriel Brito (84)**					28/12/08	Pombal	11.36
Miguel Morais (84)**					28/12/08	Pombal	12.37
Miguel Morais (76)*	95	13/04/08	M. Grande	12.54			
Sérgio Pinto (76)	96	13/04/08	M. Grande	13.06			
Gabriel Brito (76)	95	31/05/08	Óbidos	11.4			
João Silva (76)	96	31/05/08	Óbidos	12.4			
João Silva (76)	96	13/04/08	M. Grande	14.29			
Daniel Rodrigues (76)	96	13/04/08	M. Grande	14.31			
Francisco Domingues (76)	95	13/04/08	M. Grande	18.99			
Ricardo Pereira (76)	95	06/07/08	Mª Grande	11.11			
Ricardo Silva (76)	95	06/07/08	Mª Grande	13.73			

*Infantis

**Iniciados

***Juvenis

80 Mb Femininos		2007_08			2008_09		
Ana Filipa Silva (76)	93	12/04/08	M. Grande	14.37			
Ana Filipa Silva	93	08/06/08	C. Rainha	13.59			
Ania Morouço (76)	93	19/04/08	Leiria	14.4			
Ania Morouço (76)	93	08/06/08	C. Rainha	14.13			
Ana Patrícia Silva (76)	93	12/04/08	M. Grande	14.87			
Sara Espinha (76)	93	19/04/08	Leiria	14.6			
Sara Espinha (76)	93	08/06/08	C. Rainha	14.63			
Fabiana Domingos (76)	93	06/07/08	M. Grande	14.85			
Fabiana Domingos (76)	93	12/04/08	M. Grande	15.02			
Andreia Pinto (76)	93	06/07/08	M. Grande	15.06			
Andreia Pinto (76)	93	12/04/08	M. Grande	15.15			
Sara Oliveira (76)	93	12/04/08	M. Grande	15.34			
Diana Oliveira (76)	93	12/04/08	M. Grande	15.40			
Diana Oliveira (76)	93	06/07/08	M. Grande	14.72			

Ana Isabel Santos (76)	95				04/04/09	Mª Grande	17.18
Mariana Pinheiro (76)	95				10/05/09	Leiria	17.31
Maria Inês Domingues (76)	95				04/04/09	Mª Grande	19.15
Nadia Pedrosa (76)	92						
Diana Barreira (76)	93	06/07/08	M. Grande	19.02			
Diana Barreira (76)	93	12/04/08	M. Grande	19.14			

100 Mb Femininos		2007_08			2008_09		
Ania Morouço (84)	93				13/06/09	Leiria	17.51
Sara Espinha (84)	93				31/05/09	Luso	17.61
Diana Oliveira (84)	93				07/06/09	Leiria	18.63
Beatrysa Lyashchenko (76)	91						
Ania Morouço (76)	93				05/07/09	Leiria	17.21
Ania Morouço (76)	93	09/06/08	Coimbra	17.66	10/06/09	Leiria	16.9
Sara Espinha (76)	93	09/06/08	Coimbra	17.78	09/05/09	Coimbra	17.31
Diana Oliveira (76)					05/07/09	Leiria	17.74
Ana Filipa Silva (76)	93	09/06/08	Coimbra	18.22	04/04/09	Mª Grande	18.74
Cyntia Silva (76)	91	05/07/08	M. Grande	20.88			
Cyntia Silva (76)	91	12/04/08	M. Grande	21.58			
Fabiana Domingos	93				05/07/09	Leiria	17.96
Andreia Pinto (76)	93				05/07/09	Leiria	21.30
Fabiana Domingos	93				04/04/09	Mª Grande	18.40
Ana Patrícia Silva	93				04/04/09	Mª Grande	20.47

100 Mb Masculinos		2007_08			2008_09		
Pedro Brito (84)		12/04/08	M. Grande	18.40	18/04/09	Leiria	17.20
Oleh Palamarchuk (84)	94				05/04/09	Mª Grande	17.78
Ricardo Pereira (84)					10/05/09	Leiria	18.12
Gabriel Brito (84)	95				05/04/09	Mª Grande	18.58
Oleksandr Lyashchenk (84)	97				10/05/09	Leiria	20.30
Miguel Morais (84)	95				05/04/09	Mª Grande	20.38
Miguel Ferreira (84)					05/04/09	Mª Grande	23.01
Diogo Duarte (84)					05/04/09	Mª Grande	22.46
Dylan Silva (84)	93	06/07/08	M. Grande	15.83			
João Pereira (84)	93	06/07/08	M. Grande	17.53			
João Pereira (84)	93	12/04/08	M. Grande	17.60			
Bruno Alves (84)		06/07/08	M. Grande	19.43			
Bruno Alves (84)		12/04/08	M. Grande	20.82			
Pedro Soares (84)	93	06/07/08	M. Grande	18.91			
Ricardo Silva					18/04/09	Leiria	20.41

110 Mb Masculinos 0.91		2007_08			2008_09		
João Pereira	93				05.07.09	Leiria	18.59
Dylan Silva	93				05.07.09	Leiria	20.09
Diogo Mestre	92				05.07.09	Leiria	21.92
Leandro Carvalho	93				05.07.09	Leiria	20.96

110 Mb Masculinos 1.00		2007_08			2008_09		
Elton Ingres	91	01/06/08	Luso	15.29	07/06/09	Leiria	16.20
Alexandre Ferreira		13/04/08	M. Grande	21.62	05/04/09	Mª Grande	20.25
João Pereira	93				05/04/09	Mª Grande	20.70
Leandro Carvalho	92	13/04/08	M. Grande	25.45	05/04/09	Mª Grande	22.31

110 Mb Masculinos 1.06		2007_08			2008_09		
Elton Ingres	91				31/05/09	Viseu	17.26
Elton Ingres	91				22/05/09	Mª Grande	17.38

250 Mb Femininos		2007_08			2008_09		
Sara Oliveira	93	30/03/08	M. Grande	41.18			
Ana Filipa Silva	93	08/06/08	C. Rainha	42.10			
Sara Espinha	93	30/03/08	M. Grande	43.34			
Ania Morouço	92	08/06/08	C. Rainha	43.99			

250 Mb Masculinos		2007_08			2008_09		
Pedro Brito					22/03/09	C. Rainha	37.62
Miguel Ferreira					22/03/09	C. Rainha	48.66
Oleh Palamarchuk	94				23/05/09	Mª Grande	36.0

300 Mb Femininos		2007_08			2008_09		
Sara Oliveira	93	31/05/08	Abrantes	51.02			
Sara Espinha	93	18/06/08	Coimbra	51.30			
Ania Morouço	93	18/06/08	Coimbra	54.87	10/05/09	Coimbra	53.3

300 Mb Masculinos		2007_08			2008_09		
Oleh Palamarchuk					10/06/09	Leiria	44.51

400 Mb Femininos		2007_08			2008_09		
Cyntia Silva	91				06/06/09	Leiria	70.44
Ana Filipa Silva	93				24/05/09	Mª Grande	75.18

Ania Morouço	93				08/07/09	Leiria	75.83
Sara Espinha	93				24/05/09	Mª Grande	76.78
Beatrysa Lyashchenko	91				24/05/09	Mª Grande	77.78

400 Mb Masculinos		2007_08			2008_09		
João Pereira	93				30/05/09	Viseu	66.10

1.500 M Obst. Femininos		2007_08			2008_09		
Catarina Carvalho	92						
Marisa de Jesus	93						
Luciana de Jesus	93	08/06/08	C. Rainha	6.31.08			

1.500 M Obst. Masculinos		2007_08			2008_09		
Oleh Palamarchuk	94				18/04/09	Leiria	4.47.28
Ricardo Silva	95				18/04/09	Leiria	5.46.32
Miguel Ferreira	95				18/04/09	Leiria	6.40.13

2.000 M Obst. Femininos		2007_08			2008_09		
Catarina Carvalho	92	29/07/08	Abrantes	7.35.27			

Comprimento Femininos		2007_08			2008_09		
Ana Patrícia Silva	93	19/04/08	Leiria	4.44	10/06/09	Leiria	4.97
Ana Filipa Neves	85	05/01/08	Pombal	4.96	13/10/09	Pombal	5.15
Catarina Rosa	89				03/01/09	Pombal	4.86
Diana de Oliveira	93	27/01/08	Pombal	4.55	01/07/09	Leiria	4.60
Andreia Pinto	93	19/04/08	Leiria	4.64	05/07/09	Leiria	4.59
Beatrysa Lyashchenko	91				03/01/09	Pombal	4.52
Cyntia Silva	91	10/05/08	Mª Grande	4.22	19/12/08	Pombal	4.51
Cyntia Silva	91	31/05/08	Abrantes	4.54			
Ana Filipa Silva	93	12/04/08	M. Grande	4.44	18/04/09	Leiria	4.35
Fabiana Domingues	93	06/07/08	M. Grande	3.89	06/06/09	Leiria	4.20
Sara Espinha	93	12/04/08	M. Grande	3.89	18/04/09	Leiria	4.26
Sara Oliveira	93	12/04/08	M. Grande	4.47			
Ania Morouço	93	12/04/08	M. Grande	4.13	18/04/09	Leiria	4.39
Ania Morouço	93	06/07/08	M. Grande	4.43			
Ana Isabel Santos	95	31/05/08	Óbidos	3.85	05/04/09	Mª Grande	4.03
Melissa Ribeiro		13/04/08	M. Grande	3.27	05/04/09	Mª Grande	3.71
Mariana Cordeiro	96				05/04/09	Mª Grande	3.44
Mariana Pinheiro	Bj	31/05/08	Óbidos	2.11	10/05/09	Leiria	3.53
Ana Neto	99	31/05/08	Óbidos	2.61	07/03/09	Pombal	3.03
Beatrice Constantin					07/03/09	Pombal	2.84

Tatiana Stoynova	98	09/02/08	CNL	2.08	07/03/09	Pombal	2.17
Soraia Cardeira	01				07/03/09	Pombal	1.58
Soraia Cardeira					29/03/09	Leiria	2.63
Diana Barreira	93	12/04/08	M. Grande	3.92			
Vanessa Sofia Nora	93						
Mariana Pinheiro	95	31/05/08	Óbidos	3.85			
Soraia Domingues	95	06/07/08	Mª Grande	3.61			
Bárbara Ferreira					29/03/09	Leiria	1.76
Fabiana Domingos	93	12/04/08	M. Grande	3.66			
Jéssica Constâncio		13/04/08	M. Grande	3.34	18/04/09	Leiria	3.53
Beatriz Cruz	95	31/05/08	Óbidos	3.18			
Diana do Carmo		14/04/08	M. Grande	3.12	05/04/09	Mª Grande	3.19
Inês Domingues	94						
Rafaela Sousa	96						
Diana Silva	96						
Marisa Paulino	96	14/04/08	M. Grande	2.74			
Ana Morgado	98				29/03/09	Leiria	2.57
Nair Barbeiro	97	09/02/08	CNL	2.58			
Mariana Silva	00	09/02/08	CNL	2.13			
Sandrina Sousa					24/05/09	Mª Grande	3.48
Maria Inês Domingos		14/04/08	M. Grande	2.82	05/04/09	Mª Grande	3.37
Anna Kasprova					24/05/09	Mª Grande	3.10
Tatiana Rodrigues	97	05/07/08	Mª Grande	2.59	22/03/09	C. Rainha	2.87
Tatiana Rodrigues	97	05/07/08	Mª Grande	2.93			
Mariana Bento	98	31/05/08	Óbidos	2.78	29/03/09	Leiria	3.03
Joana Florêncio	99	31/05/08	Óbidos	2.47			
Ana Morgado	98	05/07/08	Mª Grande	2.12			

Comprimento Masculinos		2007_08			2008_09		
Elton Ingrés		09/06/08	Coimbra	6.37	12/07/09	Lisboa -U	6.64
Elton Ingrés		09/06/08	Coimbra	6.37	12/07/09	Lisboa -U	7.03
Leandro André Barreira	87	29/03/08	Nazaré	6.38	01/07/09	Leiria	6.26
Dylan Silva		18/05/08	Leiria	5.88	06/06/09	Leiria	5.98
Dylan Silva		08/06/08	C. Rainha	6.01			
Pedro Brito	94	12/04/08	M. Grande	5.47	23/05/09	Grande	5.93
João Pereira	93				05/04/09	Grande	5.44
João Pereira	93	22/05/08	Abrantes	5.14	04/07/09	Mª Grande	5.38
Alexandre Ferreira	92	12/04/08	M. Grande	5.13	05/04/09	Grande	5.24
Pedro M. Soares	93	06/07/08	M. Grande	4.71	18/04/09	Leiria	5.17
Diogo Mestre					10/06/09	Leiria	5.05
Bruno Alves	93	06/07/08	M. Grande	4.73			
Bruno Alves	93	12/04/08	M. Grande	4.52			

Axel Teixeira	96				23/05/09	Mª Grande	4.58
Miguel Morais	95	31/05/08	Óbidos	4.59	04/04/09	Mª Grande	4.40
Miguel Morais	95	08/06/08	C. Rainha	5.39	04/04/09	Mª Grande	4.46
Oleksandr Lyashchenko	97	31/05/08	Óbidos	4.33	07/03/09	Pombal	4.20
Ricardo Pereira	95	05/07/08	Mª Grande	4.15			
Sérgio Pinto	96	13/04/08	M. Grande	4.05			
João Pinto	97	31/05/08	Óbidos	4.40	07/03/09	Pombal	4.60
Oleh Palamarchuk	94				04/04/09	Mª Grande	4.47
Oleh Palamarchuk	94				04/04/09	Mª Grande	4.49
Gabriel Brito	95	13/04/08	M. Grande	3.88	10/06/09	Leiria	4.67
Leandro Carvalho	92	13/04/08	M. Grande	3.53	18/04/09	Leiria	4.02
Francisco Domingues	95	13/04/08	M. Grande	3.26			
Ruben Marques	94				06/02/09	Pombal	3.79
Ricardo Silva	95				06/02/09	Pombal	3.79
Diogo Duarte	94				06/02/09	Pombal	3.76
Daniel Rodrigues	96	31/05/08	Óbidos	3.25			
Pedro D. Soares	96				07/03/09	Pombal	3.65
Daniel Rodrigues	96	17/11/07	Alvaiázere	3.47	22/03/09	C. Rainha	3.40
João Silva	96	13/04/08	M. Grande	3.27	04/04/09	Mª Grande	3.51
João Silva	96	17/11/07	Alvaiázere	3.46			
Ricardo Silva	95	31/05/08	Óbidos	3.38			
Ricardo Silva	95	05/07/08	Mª Grande	3.44			
Pedro D Soares	96	05/07/08	Mª Grande	3.38	28/12/08	Pombal	3.57
Carlos Marques	98	09/02/08	CNL	3.16	29/03/09	Leiria	3.68
Vasco Santos					29/03/09	Leiria	2.71
Miguel Ferreira	95				04/04/09	Mª Grande	3.00
Miguel Ferreira	95	13/04/08	M. Grande	3.31	04/04/09	Mª Grande	3.22
Luís Santos	99	31/05/08	Óbidos	3.06	29/03/09	Leiria	2.56
Tiago Silva	99	09/02/08	CNL	2.88			
Bruno Silva	97	09/02/08	CNL	2.58			
Leonardo Jorge	99	05/07/08	Mª Grande	2.39	29/03/09	Leiria	2.19
Wilson Francisco	97	31/05/08	Óbidos	2.04	04/04/09	Mª Grande	2.36
Vasyi Poukh	96	31/05/08	Óbidos	2.76			
Daniel Cosntatin	99				07/03/09	Pombal	2.43
Emanuel Rodrigues	97	05/07/08	Mª Grande	2.21			
Rodrigo Borges	01				07/03/09	Pombal	2.26

Altura Femininos		2007_08			2008_09		
Beatrysa Lyashchenko	91				31/05/09	Luso	1.52
Catarina Rosa	89	20/01/08	Espinho	1.50			
Diana de Oliveira	93	12/04/08	M. Grande	1.45	05/07/09	Leiria	1.41
Ana Patrícia Silva	93	06/07/08	M. Grande	1.15	05/04/09	Mª Grande	1.39

Andreia Pinto	93	09/02/09	Pombal	1.32	05/07/09	Leiria	1.34
Ana Patrícia Inácio	91	10/11/07	Óbidos	1.25	16/11/08	Óbidos	1.31
Sara Espinha	93	09/06/08	Coimbra	1.35	10/01/09	Pombal	1.31
Ana Filipa Silva	93	08/06/08	C. Rainha	1.32	05/04/09	Mª Grande	1.30
Cyntia Silva	91	13/4/08	Mª Grande	1.29	16/11/08	Óbidos	1.25
Fabiana Domingos	93	06/07/08	M. Grande	1.24	05/07/09	Leiria	1.26
Ania Morouço	93	06/07/08	M. Grande	1.21	05/07/09	Leiria	1.26
Sara Oliveira	93	12/04/08	M. Grande	1.21			
Diana Barreira	93	06/07/08	M. Grande	1.21			
Vanessa Gaspar Nora	93	09/02/09	Pombal	1.19			
Alina Matasova	92	30/12/07	Pombal	1.18			
Anna Kasprova	95				10/05/09	Leiria	1.16
Maria Inês Domingos					04/04/09	Mª Grande	1.09
Marisa Paulino	96				16/11/08	Óbidos	1.09
Mariana Cordeiro	98				10/01/09	Pombal	1.09
Ana Isabel Santos	95	31/05/08	Óbidos	1.05	04/04/09	Mª Grande	1.09
Jéssica Constâncio	92	13/4/08	Mª Grande	1.05			
Mariana Bento	98				07/03/09	Pombal	1.05
Mariana Pinheiro	95	09/02/09	Pombal	1.03			
Tatiana Rodrigues	97	31/05/08	Óbidos	1.05	10/01/09	Pombal	1.03
Melissa Ribeiro					05/04/09	Mª Grande	1.00
Diana do Carmo	95				04/04/09	Mª Grande	1.00
Joana Florêncio	99				07/03/09	Pombal	0.95
Diana Silva	96						
Ana Morgado	98	09/02/09	Pombal	0.85			

Altura Masculinos		2007_08			2008_09		
Leandro Barreira	87	05/01/08	Pombal	1.85	01/02/09	Pombal	1.83
Elton Ingrés	91	27/01/08	Pombal	1.82	10/05/09	Coimbra	1.80
João Pereira	93	06/07/08	M. Grande	1.57	01/07/09	Leiria	1.70
João Caridade					01/07/09	Leiria	1.60
Dylan Silva	93	09/02/09	Pombal	1.41	06/02/09	Pombal	1.60
Pedro M. Soares	93	06/07/08	M. Grande	1.51	19/12/08	Pombal	1.55
Alexandre Ferreira	92	13/04/08	M. Grande	1.46	05/04/09	Mª Grande	1.53
Oleh Palamarchuk	94				05/04/09	Mª Grande	1.42
Bruno Alves	93	18/06/08	Leiria	1.42			
João Pinto	97	09/02/09	Pombal	1.24	07/03/09	Pombal	1.40
Pedro Brito	94	12/04/08	M. Grande	1.37	10/01/09	Pombal	1.35
Miguel Morais	95	09/02/09	Pombal	1.19	05/04/09	Mª Grande	1.39
Ricardo Pereira	95				16/11/08	Óbidos	1.35
Axel Teixeira	96				23/05/09	Mª Grande	1.35
Gabriel Brito	95	31/05/08	Óbidos	1.25	10/01/09	Pombal	1.35

Oleksandr Lyashchenko	97	31/05/08	Óbidos	1.30	23/11/08	Alcanena	1.30
Leandro Carvalho		13/04/08	M. Grande	1.25	05.07.09	Leiria	1.34
Ruben Marques	94				16/11/08	Óbidos	1.22
Miguel Ferreira					05/04/09	Mª Grande	1.21
Carlos Marques					23/11/08	Alcanena	1.15
Pedro D. Soares	96				07/03/09	Pombal	1.10
João Silva	96	31/05/08	Óbidos	1.05	16/11/08	Óbidos	1.09
Vasco Santos	98				07/03/09	Pombal	1.05
Daniel Rodrigues	96	09/02/09	Pombal	1.03	07/03/09	Pombal	1.05
Vasco Santos					16/11/08	Óbidos	0.97
Leonardo Jorge	99				07/03/09	Pombal	0.95
Luis Santos	99				07/03/09	Pombal	0.95
Wilson Francisco	97				16/11/08	Óbidos	0.91
Daniel Constantin					07/03/09	Pombal	0.80

Tripla Femininos		2007_08			2008_09		
Ana Patrícia Silva	93	09/06/08	Coimbra	10.04	31/05/09	Viseu	11.04
Ana Filipa Neves	85	27/01/08	Pombal	10.55			
Andreia Pinto	93	09/06/08	Coimbra	10.56	10/06/09	Leiria	10.51
Ana Filipa Silva	93	07/12/07	Pombal	9.39	22/05/09	Mª Grande	10.28
Beatrysa Lyashchenko	91				06/06/09	Leiria	9.97
Sara Oliveira	93	09/06/08	Coimbra	9.97			
Sara Oliveira	93	08/06/08	C. Rainha	10.32			
Fabiana Domingos	93				23/05/09	Abrantes	8.27
Fabiana Domingos	93				23/05/09	Abrantes	8.29

Tripla Masculinos		2007_08			2008_09		
Elton Ingrés	91	29/07/08	Abrantes	13.36	12/07/09	Lisboa -U	14.25
Elton Ingrés	91	29/07/08	Abrantes	13.55			
Leandro André Barreira	87	19/04/08	Leiria	12.86	10/05/09	Coimbra	12.69
João Pereira					10/05/09	Coimbra	11.83
Gabriel Brito					11/06/09	Leiria	11.65
Pedro Brito	94				23/05/09	Mª Grande	11.58
Dylan Silva	93	18/06/08	Leiria	11.74	10/05/09	Coimbra	11.55
Pedro Soares	93				19/12/08	Pombal	11.12
Diogo Mestre					11/06/09	Leiria	10.54

Vara Femininos		2007_08			2008_09		
Ana Filipa Silva	93	25/04/08	Viseu	2.45	18/04/09	Leiria	2.65
Ana Patrícia Silva	93	25/04/08	Viseu	2.60	24/01/09	Espinho	2.40
Vanessa Nora	93	07/12/07	Pombal	2.00			
Sara Espinha	93				18/04/09	Leiria	1.80

Vara Masculinos		2007_08			2008_09		
André Barreira	87	16/12/07	Pombal	3.20	20/12/08	Pombal	3.40
Pedro Soares	93	22/05/08	Abrantes	2.90	18/04/09	Leiria	3.00
Elton Ingrés	91	01/06/08	Luso	2.70			

Peso Femininos		2007_08			2008_09		
Catarina Rosa (4kg)	89	01/05/08	Aveiro	12.39	03/01/09	Pombal	11.32
Ana Patrícia Inácio (4kg)	91	07/06/08	Faro	10.77	24/01/09	Espinho	11.22
Fabiana Domingos (4kg)	93				19/12/08	Pombal	8.21
Diana de Oliveira (4kg)	93				07/06/09	Leiria	7.98
Ana Patrícia Inácio (3kg)	91	28/06/08	Abrantes	12.83			
Diana de Oliveira (3kg)	93	12/04/08	M. Grande	9.02	10/06/09	CNL	10.38
Fabiana Domingos (3kg)	93	27/07/08	CNL	9.09	10/06/09	CNL	9.86
Vanessa Nora (3kg)	93	20/04/08	Leiria	9.32			
Maria Inês Domingos (3kg)	95	08/06/08	C. Rainha	8.31	24/05/09	Mª Grande	9.23
Melissa Ribeiro (3kg)		19/04/08	CNL	7.62	04/04/09	Mª Grande	9.02
Beatriz Bárbara (3kg)	93	07/12/07	Pombal	7.76	10/05/09	Leiria	8.74
Mariana Marques (3kg)	95				24/05/09	Mª Grande	7.17
Sara Espinha (3kg)	93	06/07/08	M. Grande	6.85	04/04/09	Mª Grande	7.46
Ana Filipa Silva (3kg)	93	12/04/08	M. Grande	6.08	04/04/09	Mª Grande	6.46
Ana Patrícia Silva (3kg)	93	12/04/08	M. Grande	5.15	28/12/08	Pombal	5.18
Mariana Pinheiro (3kg)					28/12/08	Pombal	5.35
Diana Carmo (3kg)					05/04/09	Mª Grande	6.04
Alina Matasova (3kg)	92	30/12/07	Pombal	7.57			
Ania Morouço (3kg)	93	06/07/08	M. Grande	6.49	05/07/09	Leiria	7.18
Andreia Pinto (3kg)	93	06/07/08	M. Grande	6.87	05/07/09	Leiria	6.14
Ana Isabel Santos (3)					05/04/09	Mª Grande	6.34
Sandrina Sousa					05/04/09	Mª Grande	5.48
Diana Barreira (3kg)	93	06/07/08	M. Grande	6.72			
Nádia Pedrosa (3kg)	92	09/06/08	Coimbra	6.21			
Jéssica Constâncio (3kg)	92?	13/04/08	M. Grande	6.15			
Cyntia Silva (3kg)		05/07/08	M. Grande	6.51			
Sara Oliveira (3kg)		12/04/08	M. Grande	5.95			
Maria Inês Domingos (2kg)	95	30/03/08	M. Grande	10.16			
Soraia Domingues (2kg)	95	05/07/08	Mª Grande	8.07			
Ana Isabel Santos (2kg)	95	30/12/07	Pombal	6.97			
Inês Domingues (2kg)	94						
Nair Barbeiro (2kg)	97						
Joana Espinha (2kg)	97						
Mariana Pinheiro (2 kg)	95	05/07/08	Mª Grande	6.90			

Diana do Carmo (2kg)	95	05/07/08	Mª Grande	6.49			
Diana Silva (2kg)	96	13/04/08	M. Grande	5.72	22/03/09	C. Rainha	7.60
Beatriz Cruz (2kg)	95	13/04/08	M. Grande	5.53			
Marisa Paulino (2kg)	96	13/04/08	M. Grande	5.17			
Mariana Cordeiro (2kg)	96	13/04/08	M. Grande	5.14	04/04/09	Mª Grande	4.99

Peso Masculinos		2007_08			2008_09		
Elton Ingrés (5kg)	91	27/01/08	Pombal	12.43			
João Pereira (5kg)	93	31/05/08	CNL	9.89	05/07/09	Leiria	11.59
Diogo Mestre	92				05/07/09	Leiria	10.16
Pedro Brito (5kg)	94	01/12/07	Pombal	9.27	06/12/08	Pombal	9.75
Dylan Silva (5kg)	93				05/07/09	Leiria	9.70
Pedro Soares	93				28/12/08	Pombal	9.02
Bruno Alves (5kg)	93				18/04/09	Leiria	9.27
João Cadete (5kg)	93	01/12/07	Pombal	8.56			
Alexandre Ferreira (5kg)	92	30/12/07	Pombal	8.56	04/04/09	Mª Grande	8.77
Leandro Carvalho (5kg)	92	05/07/08	M. Grande	5.12	04/04/09	Mª Grande	7.04
Diogo Duarte (5kg)					10/06/09	Leiria	5.61
Pedro Brito (4kg)	94	26/07/08	CNL	11.09	28/12/08	Pombal	11.05
Gabriel Brito (4kg)	95				18/04/09	Leiria	9.99
Ricardo Pereira (4kg)					24/05/09	Mª Grande	8.19
Ruben Marques	94				06/02/09	Pombal	7.26
Oleksandr Lyashchenko (4kg)					24/05/09	Mª Grande	7.55
Pedro D. Soares (4kg)	96				24/05/09	Mª Grande	6.96
Oleh Palamarchuck	94				05/04/09	Mª Grande	6.19
Miguel Morais					05/04/09	Mª Grande	6.16
Diogo Duarte	94				06/02/09	Pombal	5.56
Miguel Ferreira					05/04/09	Mª Grande	4.50
João Pereira (4kg)	93	26/07/08	CNL	12.64			
Pedro Soares (4kg)	93	20/04/08	Leiria	9.14			
João Cadete (4kg)	93						
Dylan Silva (4kg)		05/07/08	M. Grande	9.21			
Alexandre Ferreira (4kg)	92						
Bruno Alves (4kg)		05/07/08	M. Grande	8.32			
Leandro Carvalho (4kg)		13/04/08	M. Grande	5.88			
Pedro D. Soares (3kg)	96	31/05/08	Óbidos	6.99	28/12/08	Pombal	6.77
João Pinto (3kg)					28/12/08	Pombal	6.62
Oleksandr Lyashchenko (3kg)					22/03/09	C. Rainha	8.10
Axel Teixeira (3)					05/04/09	Mª Grande	
Miguel Morais (3kg)	95	13/04/08	M. Grande	5.21			

Miguel Ferreira (3kg)	95	13/04/08	M. Grande	5.08			
Gabriel Brito (3kg)		06/07/08	Mª Grande	10.29			
Sérgio Pinto (3kg)		13/04/08	M. Grande	5.63			
Francisco Domingues (3kg)		13/04/08	M. Grande	4.70			
Daniel Rodrigues (3kg)	96	06/07/08	Mª Grande	5.79	05/04/09	Mª Grande	5.60
João Silva (3kg)		13/04/08	M. Grande	5.56	05/04/09	Mª Grande	6.39
Ricardo Pereira (3kg)	95	06/07/08	Mª Grande	6.99			
Ricardo Silva (3kg)	96	06/07/08	Mª Grande	5.76			
Oleksandr Lyashchenko (2kg)	97	26/07/08	CNL	8.73			
Emanuel Rodrigues (2kg)	97	1/06/08	Óbidos	6.83			
Daniel Rodrigues (2kg)	96						
João Silva (2kg)	96						
Wilson Francisco (2kg)	97						

Lançamento da Bola 163gr Fem		2007_08			2008_09		
Rafaela Sousa	96						
Marina Bento	98	31/05/08	Óbidos	17.51			
Nair Barbeiro	97	31/05/08	Óbidos	16.17			
Tatiana Rodrigues	97	05/07/08	Mª Grande	12.66			
Mariana Pinheiro	Bjm	05/07/08	Mª Grande	11.96			
Ana Morgado	98	05/07/08	Mª Grande	11.76			
Ana Neto	99	31/05/08	Óbidos	14.23			
Joana Espinha	97						
Tatiana Stroynova	98	31/05/08	Óbidos	12.09			
Joana Florêncio	99	31/05/08	Óbidos	7.00			

Lançamento da Bola 163gr Masc		2007_08			2008_09		
Sérgio Pinto	96						
Oleksandr Lyashchenko	97	05/07/08	Mª Grande	32.70			
Daniel Rodrigues	96						
Carlos Marques	98						
Leonardo Jorge	99						
Wilson Francisco	97						
João Pinto	97	05/07/08	Mª Grande	33.06			
João Silva	96						
Leonardo Jorge	99	05/07/08	Mª Grande	20.05			
Emanuel Rodrigues	97	31/05/08	Óbidos	24.04			
Tiago Silva	99	05/07/08	Mª Grande	17.33			

Dardo Femininos		2007_08			2008_09		
Melissa Ribeiro (600)	92				10/05/09	Coimbra	27.54
Diana Oliveira (600)	93				05/07/09	Leiria	21.93
Diana do Carmo (600)	95				10/06/09	Leiria	18.80
Fabiana Domingos (600)	93				05/04/09	Mª Grande	14.84
Ania Morouço (600)	93				05/07/09	Mª Grande	20.32
Sara Espinha (600)	93				06/06/09	Leiria	16.05
Ana Patrícia Silva (600)	93				05/04/09	Mª Grande	11.54
Ana Filipa Silva (600)	93				05/04/09	Mª Grande	8.63
AndreiaPinto (600)	93				05/07/09	Mª Grande	12.26
Ana Patrícia Inácio (600)	91	25/04/08	CNL	24.69			
Catarina Rosa (600)	89	17/02/08	CNL	23.91			
Vanessa Nora (600)							
Beatrysa Lyashchenko (600)	91	09/06/08	Coimbra	20.07			
Cyntia Silva (600)	91	13/4/08	Mª Grande	14.52			
Jessica Constâncio (600)	92	13/4/08	Mª Grande	11.81			
Vanessa Nora (500)	93	19/04/08	CNL	23.70			
Diana Oliveira (500)	93	08/06/08	C. Rainha	21.46			
Diana do Carmo (500)	95				23/05/09	Mª Grande	20.37
Ania Morouço (500)	93	26/07//08	CNL	18.79			
Andreia Pinto (500)	93	06/07/08	M. Grande	15.32			
Ana Patrícia Silva (500)	93	06/07/08	M. Grande	14.75			
Fabiana Domingos (500)	93	06/07/08	M. Grande	14.71			
Sara Espinha (500)	93	06/07/08	M. Grande	14.27			
Ana Filipa Silva (500)	93	06/07/08	M. Grande	13.81			
Diana Barreira (500)	93	06/07/08	M. Grande	13.57			
Mª Inês Domingos (500)	95				04/04/09	Mª Grande	11.48
Sara Oliveira (500)	93	12/04/08	M. Grande	10.75			
Ana Isabel Santos (500)	95				04/04/09	Mª Grande	9.02
Sandrina Sousa (500)	95				10/05/09	Leiria	9.28
Nadia Pedrosa (500)	92						
Benvinda Santos (500)					10/05/09	Leiria	8.78
Soraia Domingues (400)	95	31/05/08	Óbidos	11.59			
Maria Inês Domingues (400)	95	31/05/08	Óbidos	11.40			
Diana Carmo (400)	95	31/05/08	Óbidos	9.58			

Dardo Masculinos		2007_08			2008_09		
Elton Ingres					27/05/09	CNL	34.30
Leandro Carvalho (800)	92	10/05/08	Mª Grande	28.42	30/05/09	Luso	39.71
Alexandre Ferreira (800)	92	10/05/08	Mª Grande	21.87	22/05/09	Mª Grande	32.56

Leandro Carvalho (700)	92	27/07//08	CNL	34.62	05/04/09	Mª Grande	40.23
David Ramos (700)	93				18/04/09	Leiria	39.23
Bruno Alves (700)		31/05/08	CNL	30.40	18/04/09	Leiria	33.93
Alexandre Ferreira (700)	92	25/04/08	CNL	28.26	27/05/09	CNL	32.92
João Pereira (700)	93				05.07.09	Leiria	29.96
Gabriel Brito (700)					11/06/09	Leiria	23.32
Dylan Silva (700)					05.07.09	Leiria	21.49
Diogo Mestre (700)					05.07.09	Leiria	24.10
Diogo Duarte (700)					11/06/09	Leiria	17.60
Elton Ingrés (700)	91	17/02/08	CNL	39.80			
Filipe Silva (700)	91	27/07//08	CNL	31.49			
Pedro Soares (700)		31/05/08	CNL	30.92			
António Valente (700)	91						
Gabriel Brito (600)					10/05/09	Leiria	31.07
Pedro Brito (600)		19/04/08	CNL	26.85			
Miguel Morais (600)					04/04/09	Mª Grande	23.44
Oleh Palamarchuk (600)					04/04/09	Mª Grande	18.39
Diogo Duarte (600)					23/05/09	Mª Grande	17.40
Miguel Ferreira (600)					04/04/09	Mª Grande	10.58
Pedro Soares (600)		19/04/08	CNL	30.63			
Pedro D Soares					23/05/09	Mª Grande	21.44
João Pereira (600)	93	17/02/08	CNL	27.49			
Bruno Alves (600)		12/04/08	M. Grande	27.28			
Dylan Silva (600)		19/04/08	CNL	18.33			
Miguel Morais (500)	95	26/07/08	CNL	22.76			
Pedro D Soares (500)	96	31/05/08	Óbidos	21.81			

Disco Masculinos		2007_08			2008_09		
Pedro Soares (2kg)	93				30/05/09	Luso	18.65
Elton Ingres (1.5)	91	01/06/08	Luso	33.21			
Pedro Soares (1.5kg)	93				27/05/09	CNL	27.27
Bruno Alves (1.5)	93	09/06/08	Coimbra	21.95			
Alexandre Ferreira (1.5)		17/02/08	CNL	20.86			
João Pereira (1.5)	93	31/05/08	CNL	20.56			
Leandro Carvalho	92				10/06/09	Leiria	19.46
João Pereira (1kg)	93	08/06/08	C. Rainha	32.69			
Pedro Brito (1kg)	94	25/04/08	Viseu	25.59			

Martelo Femininos		2007_08			2008_09		
Fabiana Domingos (4kg)	93				06/06/09	Leiria	37.76
Catarina Rosa (4kg)	89	07/06/08	Faro	32.85			
Ana Patrícia Inácio (4kg)	91	24/05/08	Mª Grande	23.61			
Ana Patrícia Inácio (3kg)	91	25/04/08	CNL	45.17			
Fabiana Domingos (3kg)	93	08/06/08	C. Rainha	39.98	28/06/09	Luso	42.28
Diana Oliveira (3kg)	93						
Mª Inês Domingos (3kg)	94	08/06/08	C. Rainha	25.32	10/06/09	Leiria	41.41
Beatriz Bárbara (3kg)	94	18/06/08	Leiria	19.26	10/06/09	Leiria	30.66
Marina Marques (3kg)					24/05/09	Mª Grande	22.09
Diana do Carmo (3k)					24/05/09	Mª Grande	18.17

1.000 M Marcha Femininos		2007_08			2008_09		
Marisa Paulino	96	17/11/07	Alvaiázere	6.47.1			
Tatiana Rodrigues	97	31/05/08	Óbidos	6.15.1			
Ana Neto	99	31/05/08	Óbidos	9.16.3			

2.000 M Marcha Femininos		2007_08			2008_09		
Tatiana Rodrigues	97	27/01/08	Pombal	13.16.71			
Marisa Paulino	96	27/01/08	Pombal	14.24.36			

3.000 M Marcha Femininos		2007_08			2008_09		
Hanna Shershneva	89	05/01/08	Pombal	15.32.03			
Luciana de Jesus	93	27/01/08	Pombal	17.14.23	13/06//09	Leiria	16.46.71
Marisa de Jesus	93	27/01/08	Pombal	17.47.68	19/12/08	Pombal	17.36.44
Ania Morouço	93	27/01/08	Pombal	19.23.20			
Marisa Paulino	96	31/05/08	Óbidos	19.52.5			
Mariana Pinheiro	95	31/05/08	Óbidos	19.53.7	06/12/08	Pombal	20.00.1

4.000 M Marcha Femininos		2007_08			2008_09		
Luciana de Jesus	93	18/05/08	Leiria	22.34.96			
Marisa de Jesus	93	08/06/08	C. Rainha	24.03.71			
Mariana Pinheiro	95	08/06/08	C. Rainha	26.51.31	23/05/09	Mª Grande	24.37.6
Marisa Paulino	96	08/06/08	C. Rainha	28.52.7			

5.000 M Marcha Femininos		2007_08			2008_09		
Luciana de Jesus	93	09/06/08	Coimbra	28.55.50	16/05/09	Albufeira	29.04.69
Marisa de Jesus	93	09/06/08	Coimbra	29.02.65			
Hanna Shershneva	89	25/04/08	R Maior	27.24.20			
Mariana Pinheiro					10.06.09	Leiria	31.22.4

10.000 M Marcha Femininos		2006_07			2008_09		
Hanna Shershneva	89	01/03/08	Mealhada (estrada)	57.18			

4X60 m Femininos - Benjamins			

4X60 m Masculinos - Benjamins			

4X60 m Femininos - Infantis			

4X60 m Masculinos - Infantis			

4X80 m Femininos - Iniciados			

4X80 m Masculinos - Iniciados			

4X100 m Femininos - Juvenis			

4X100 m Masculinos - Juvenis			

4X100 m Femininos - Juniores			

4X100 m Masculinos - Juniores			

4X100 m Femininos - Absolutos			

4X100 m Masculinos - Absolutos			

4X300 m Femininos - Juvenis				

4X300 m Masculinos - Juvenis				

4X400 m Femininos - Juniores				

4X400 m Masculinos - Juniores				

4X400 m Femininos - Absolutos				

4X400 m Masculinos - Absolutos				

Pombal 14/02/09
Juniores 4. 1 6,70
nadia silva (1990) / ana silva
(1993) / cyntia silva (1991) /
catarina vieira (1991)