

ABSOLUTOS FEMININOS

Prova	Nome	D.Nasc.	Clube	Marca	Local	Data
100 M.	Sandra Barreiro	71	CNRM	12.25	Lisboa U	23.05.98
200 M.	Sandra Barreiro	71	CNRM	25.78	Lisboa U	10.06.98
400 M.	Sandra Araújo	75	CNRM	58.30	Viseu	17.07.93
800 M.	Rosário Pia	69	AAC	2.13.88	Lisboa	14.07.85
1500 M.	Rosário Pia	69	AAC	4.31.2	Lisboa	01.06.85
3000 M.	Dina Malheiro	83	CAFZ	9.39.30	Lisboa U	10.06.05
5000 M.	Dina Malheiro	83	CAFZ	16.26.16	Lisboa U	24.07.05
10000 M.	Dina Malheiro	83	CAFZ	35.37.35	Maia	22.06.05
100 M.Barr.	Sandra Barreiro	71	CNRM	13.57	Lisboa U	17.07.98
400 M.Barr.	Ana Viegas	69	CNRM	65.19	Lisboa	20.05.95
3000 M.Obst.	Dina Malheiro	83	CAFZ	10.06.45	Lisboa U	23.07.05
Altura	Ana Oliveira	95	GAF	1.70	Rio Maior	17.04.10
Comprimento	Ana Ferreira	78	CNRM	5.77	Leiria	07.07.96
Triplo-salto	Ana Ferreira	78	CNRM	12.45	Viseu	20.07.96
Vara	Flávia Vicente	84	CDA	3.08	Lisboa U	12.06.01
Peso 4Kg	Marisa Pão-Alvo	79	CNRM	13.84	Lisboa U	02.07.97
Disco 1Kg	Sofia Cardoso	73	UFCA	43.64	Lisboa	15.07.90
Dardo 600gr.	Ana Inês	77	CNRM	41.72	Lisboa	08.01.95
Martelo 4Kg	Patricia Penteado	92	SCA	47.57	Abrantes	02.05.10
10 Km Marcha	Susana Feitor	75	CNRM	42.39	Lanciano	11.03.01
10 Km Marcha Pista	Inês Henriques	80	CNRM	43.20.05	Seixal	19.07.08
20 Km Marcha	Susana Feitor	75	CNRM	1.27.55	Rio Maior	07.04.01
4 X 100 M.	C.N.Rio Maior			50.44	Lisboa U	16.05.98
	Cristina Silva - Ana Inês - Mirele Rosa - Sandra Barreiro					
4 X 400 M.	C.N.Rio Maior			4.09.75	Lisboa	15.07.90
	Sandra Araújo - Cristina Silva - Sara Costa - Sandra Ramos					
Heptatlo	Ana Ferreira	78	CNRM	4720 pts.	Valladolid	19.05.96
	15.70 - 1,57 - 11,32 - 27.19 - 5,59 - 37,02 - 2.36.00					

02-05-2010