



SUB - 16 INICIADOS FEMININOS

10.06.25

Prova	Atleta	A.Nasc.	Clube	Marca	Local	Data	
80 M.	Laura Agostinho	2009	IND	9.95	Lisboa AL	03.07.24	
300 M.	Lucia Martinha	2006	CPA	41.43	Leiria	10.07.21	
800 M.	Sandra Ramos	74	CNRM	2.17.43	Maia	23.07.89	
1000 M.	Patricia Silva	99	EARS	2.58.56	Lisboa U	15.06.14	
1500 M.	Ana Raquel	76	CUAB	4.40.84	Lisboa N	05.05.90	
80 M.Barr.	Laura Agostinho	2009	IND-Abr.	11.66	Viseu	29.06.24	
300 M.Barr.	Mariana António	98	SCA	45.34	Abrantes	30.06.12	
1500 M.Obst.	Nádia Carvalho	2001	NSTN	5.01.05	Braga	06.06.15	
Altura	Ana M. Oliveira	95	GAF	1.70	Abrantes	17.04.10	
Vara	Andreia Grácio	96	ADRAB	2.80	Abrantes	03.07.11	
Comprimento	Ana M. Oliveira	95	GAF	5.71	Abrantes	18.04.10	
Triplo-salto	Ana M. Oliveira	95	GAF	11.60*pc	Alpiarça	27.11.10	
	Ana M. Oliveira	95	GAF	11.45 pc	Alpiarça	13.02.10	
Peso 3kg	Marisa Pão-Alvo	79	CNRM	13.68	Viseu	18.06.94	
Disco 0,75kg	Sofia Cardoso	73	CDAA	38.70 **	Lisboa N	30.07.88	
Dardo 500gr.	Sofia Gonçalves	2001	A20KM	33.37	Febres	23.04.16	
Martelo 3kg	Sofia Marçal	2010	ASE	42.50	Fátima	01.06.25	
4000 M.Marcha	Inês Henriques	80	CNRM	19.20.7tp	Lisboa U	08.01.95	
4 x 80 M.	Seleção Santarém		S.Sant.	40.59	Fátima	02.06.12	
	Mariana António - Mariana Gil - Mariana Rodrigues - Elizandra Alberto						
Heptatlo	Ana M. Oliveira	95	GAF	4477 p.	Faro	02.05.10	
	<u>80 Barr.</u>	<u>Dardo 500</u>	<u>Altura</u>	<u>80 M.</u>	<u>Comprim.</u>	<u>Peso 3</u>	<u>800 M.</u>
	12.82	20.32	1.68	10.64	5.56	9.28	2.34.40

** com disco de 1kg

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA ATUAL:

250 M.	Marta Gonçalves	2003	AEAC	33.42	Fátima	01.07.18
250 M.Barr.	Mariana António	98	SCA	36.80	Abrantes	25.05.13
Disco 0,5kg	Marisa Pão-Alvo	79	CNRM	27.18	Santarém	25.04.93
Disco 1kg	Sofia Cardoso	73	CDAA	38.70	Lisboa	30.07.88
Dardo 400gr.	Ana Inês	77	CNRM	36.94	Lisboa	14.06.92
3000 M.Marcha	Susana Feitor	75	CNRM	12.56.0	Maia	17.06.90
5 Km Marcha	Susana Feitor	75	CNRM	21.44.30	Plovdiv	12.08.90
Pentatlo	Sandra Soares	74	NACA	2895 p.	Funchal	26.06.89
	<u>80 M.</u>	<u>Peso 3kg</u>	<u>Altura</u>	<u>Comprim.</u>	<u>1000 M.</u>	
	10.71	8.56	1.42	4.84	3.23.09	
Hexatlo	Tânia Prates	84	CACR	3577 p.	Leiria	11.04.99
	<u>80 M.</u>	<u>Peso 3kg</u>	<u>Altura</u>	<u>60 M.Barr</u>	<u>Comprim.</u>	<u>1000 M.</u>
	10.87	9.40	1.50	9.84	4.79	3.31.60