

RANKING REGIONAL DE INICIADOS

INICIADOS FEMININOS

80 METROS PLANOS

1 0,91	+0,4	BELANISA REIS	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	04-06-2011	4ª	LEIRIA 03025
1 0,92	-2,0	ROSITINAY MATA	99	INF	GRUPO DESPORTIVO CAVADAS	14-05-2011	1ª	ALMADA 29030
1 1,28	-3,0	ANA JANEIRO	98	INF	ASSOC. ACADÉMICA	14-05-2011	2ª	ALMADA 29030
1 1,32	-3,5	RAQUEL LOURENÇO	96	INI	CASA POVO CORROIOS	19-02-2011	1ª	ALMADA 29013
1 1,35	+1,0	ANA POLQUINHAS	96	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	22-05-2011	2ª	SEIXAL 29032
1 1,43	-2,0	CATARINA COELHO	97	INI	ASSOC. ACADÉMICA	14-05-2011	5ª	ALMADA 29030
1 1,48	-2,0	JOANA CIPRIANO	97	INI	ASSO. CUL. DESP. COTOVIA	14-05-2011	6ª	ALMADA 29030

250 METROS PLANOS

3 6,53		ANA POLQUINHAS	96	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	11-06-2011	1ª	SETÚBAL 29039
3 7,30		BELANISA REIS	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	11-06-2011	2ª	SETÚBAL 29039
3 7,86		ARIANA GOMES	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	11-06-2011	1ª	SETÚBAL 29039
38,1		MAFALDA OLIVEIRA	97	INI	VITÓRIA FUTEBOL CLUBE	23-06-2011	3ª	VENDAS NOVAS
38,1		TATIANA VERISSIMO	98	INF	VITÓRIA FUTEBOL CLUBE	23-06-2011	3ª	VENDAS NOVAS
3 8,46		SARA PEREIRA	97	INI	ACADEMIA ATLETISMO SEIXAL	11-06-2011	3ª	SETÚBAL 29039
3 8,83		BEATRIZ FERREIRA	96	INI	ACADEMIA ATLETISMO SEIXAL	11-06-2011	2ª	SETÚBAL 29039
3 8,87		OLENA DOROSH	96	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	11-06-2011	4ª	SETÚBAL 29039
3 9,15		LUÍSA AMORIM	96	INI	ASSO. CUL. DESP. COTOVIA	11-06-2011	3ª	SETÚBAL 29039

800 METROS

2 3 3,4		ANA POLQUINHAS	96	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	16-01-2011	1ª	SETÚBAL 29007
2 3 7,64		ARIANA GOMES	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	08-05-2011	3ª	SETÚBAL 29028
2 3 9,80		JOANA VILAR	96	INI	CASA BENFICA CHARNECA	17-04-2011	1ª	ALMADA 29024
2 4 0,8		LUÍSA AMORIM	96	INI	ASSO. CUL. DESP. COTOVIA	16-01-2011	3ª	SETÚBAL 29007
2 4 1,01		JOANA NEVES	96	INI	ACADEMIA ATLETISMO SEIXAL	17-04-2011	3ª	ALMADA 29024
2 4 7,54		ANA SANTOS	96	INI	ASSOC. ACADÉMICA	26-03-2011	4ª	SETÚBAL 29020
2 4 7,76		RAQUEL LOURENÇO	96	INI	CASA POVO CORROIOS	17-04-2011	5ª	ALMADA 29024
2 4 8,75		BELANISA REIS	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	17-04-2011	6ª	ALMADA 29024
2 4 9,08		SARA MIRANDA	96	INI	CASA POVO CORROIOS	17-04-2011	7ª	ALMADA 29024
2 4 9,54		JOANA CIPRIANO	97	INI	ASSO. CUL. DESP. COTOVIA	17-04-2011	8ª	ALMADA 29024

1.500 METROS

5 3 1,09		LUÍSA AMORIM	96	INI	ASSO. CUL. DESP. COTOVIA	11-06-2011	1ª	SETÚBAL 29039
5 3 1,66		JOANA NEVES	96	INI	ACADEMIA ATLETISMO SEIXAL	07-05-2011	3ª	SETÚBAL 29028
5 3 8,12		ANA SANTOS	96	INI	ASSOC. ACADÉMICA	11-06-2011	2ª	SETÚBAL 29039
5 5 0,99		JOANA VILAR	96	INI	CASA BENFICA CHARNECA	11-06-2011	3ª	SETÚBAL 29039
5 5 5,33		SARA MIRANDA	96	INI	CASA POVO CORROIOS	19-02-2011	4ª	ALMADA 29013
5 5 6,98		SARA PEREIRA	97	INI	ACADEMIA ATLETISMO SEIXAL	11-06-2011	4ª	SETÚBAL 29039
5 5 8,34		SOFIA MEIRELES	97	INI	ACADEMIA ATLETISMO SEIXAL	19-02-2011	5ª	ALMADA 29013
6 0 1,15		ALICE NEVES	97	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	11-06-2011	5ª	SETÚBAL 29039
6 1 3,21		RITA BASTOS	97	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	19-02-2011	6ª	ALMADA 29013

80 M BARREIRAS-0,76

1 2,98	+0,4	RAQUEL LOURENÇO	96	INI	CASA POVO CORROIOS	05-06-2011	3ª	LEIRIA 03025
1 5,28	-0,9	RESILINE ROBALO	96	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	19-02-2011	1ª	ALMADA 29013
1 5,53	-1,9	ARIANA GOMES	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	16-04-2011	3ª	ALMADA 29024
1 5,65	-2,8	JOANA CIPRIANO	97	INI	ASSO. CUL. DESP. COTOVIA	16-04-2011	1ª	ALMADA 29024
1 5,75	-1,9	JOANA VILAR	96	INI	CASA BENFICA CHARNECA	16-04-2011	4ª	ALMADA 29024
1 6,03	-2,8	SARA MIRANDA	96	INI	CASA POVO CORROIOS	16-04-2011	2ª	ALMADA 29024
1 6,04	-2,6	CATARINA COELHO	97	INI	ASSOC. ACADÉMICA	16-04-2011	1ª	ALMADA 29024
1 6,05	-0,9	SÓNIA CAMARÁ	97	INI	G D R COVAS COINA	19-02-2011	2ª	ALMADA 29013
1 6,28	-0,9	BELANISA REIS	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	19-02-2011	3ª	ALMADA 29013

250 M BARREIRAS-0.76

3 9,88	RAQUEL LOURENÇO	96	INI	CASA POVO CORROIOS	22-05-2011	1ª	SEIXAL 29032
4 2,86	RESILINE ROBALO	96	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	26-03-2011	2ª	SETÚBAL 29020
4 3,95	BELANISA REIS	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	22-05-2011	2ª	SEIXAL 29032
4 5,82	ANA SANTOS	96	INI	ASSOC. ACADÉMICA	17-07-2011	2ª	SETÚBAL 29054
4 7,98	SÓNIA CAMARÁ	97	INI	G D R COVAS COINA	26-03-2011	4ª	SETÚBAL 29020
4 9,73	ANA CAMPOS	97	INI	ASSO. CUL. DESP. COTOVIA	26-03-2011	5ª	SETÚBAL 29020
5 4,58	ANA PEREIRA	96	INI	G D R COVAS COINA	26-03-2011	6ª	SETÚBAL 29020

1.500 Mt.OBSTÁCULOS

5 3 8,31	JOANA NEVES	96	INI	ACADEMIA ATLETISMO SEIXAL	22-05-2011	1ª	SEIXAL 29032
5 4 5,24	LÚISA AMORIM	96	INI	ASSO. CUL. DESP. COTOVIA	22-05-2011	2ª	SEIXAL 29032
5 4 7,71	ANA POLQUINHAS	96	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	22-05-2011	3ª	SEIXAL 29032
5 5 7,68	ANA SANTOS	96	INI	ASSOC. ACADÉMICA	22-05-2011	4ª	SEIXAL 29032
6 1 1,00	JOANA VILAR	96	INI	CASA BENFICA CHARNECA	09-04-2011	2ª	SETÚBAL 29023
6 2 5,83	SARA MIRANDA	96	INI	CASA POVO CORROIOS	09-04-2011	4ª	SETÚBAL 29023
6 2 6,88	ARIANA GOMES	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	22-05-2011	5ª	SEIXAL 29032
6 3 6,51	ALICE NEVES	97	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	22-05-2011	6ª	SEIXAL 29032

SALTO EM ALTURA

1,38	ANA POLQUINHAS	96	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	26-03-2011	1ª	SETÚBAL 29020
1,33	RAQUEL LOURENÇO	96	INI	CASA POVO CORROIOS	16-04-2011	1ª	ALMADA 29024
1,33	ANA CAMPOS	97	INI	ASSO. CUL. DESP. COTOVIA	16-04-2011	1ª	ALMADA 29024
1,30	VITÓRIA MONTEIRO	99	INF	ASSOC. ACADÉMICA	20-03-2011	1ª	SEIXAL 29019
1,30	JOANA VILAR	96	INI	CASA BENFICA CHARNECA	26-03-2011	2ª	SETÚBAL 29020
1,30	ARIANA GOMES	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	07-05-2011	1ª	SETÚBAL 29028
1,30	ANA JANEIRO	98	INF	ASSOC. ACADÉMICA	14-05-2011	1ª	ALMADA 29030
1,30	SARA MIRANDA	96	INI	CASA POVO CORROIOS	14-05-2011	3ª	ALMADA 29030
1,29	JOANA NEVES	96	INI	ACADEMIA ATLETISMO SEIXAL	16-04-2011	3ª	ALMADA 29024
1,28	CÁTIA TORRES	96	INI	GRUPO DESP.IND. SETUBAL	27-11-2010	2ª	SEIXAL 29002

SALTO COM VARA

2,40	CÁTIA TORRES	96	INI	GRUPO DESP.IND. SETUBAL	16-01-2011	1ª	SETÚBAL 29007
------	---------------------	----	-----	-------------------------	------------	----	---------------

SALTO EM COMPRIMENTO

4,57	+ 1,5	RAQUEL LOURENÇO	96	INI	CASA POVO CORROIOS	30-04-2011	5ª	VENDAS NOVAS 70019
4,51	+ 0,2	JOANA VILAR	96	INI	CASA BENFICA CHARNECA	09-04-2011	2ª	SETÚBAL 29023
4,50	+ 0,8	ANA POLQUINHAS	96	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	09-04-2011	3ª	SETÚBAL 29023
4,42	+ 0,2	ANA URGUEIRA	97	INF	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	04-12-2010	3ª	ALMADA 29004
4,37	+ 0,4	JOANA CIPRIANO	97	INI	ASSO. CUL. DESP. COTOVIA	17-04-2011	2ª	ALMADA 29024
4,29	0,0	ROSITINAY MATA	99	INF	GRUPO DESPORTIVO CAVADAS	19-03-2011	1ª	ALMADA 29018
4,24	+ 1,1	JOANA CIPRIANO	97	INF	ASSO. CUL. DESP. COTOVIA	04-12-2010	4ª	ALMADA 29004

TRIPLO SALTO

10,19	+ 1,5	ANA POLQUINHAS	96	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	11-06-2011	1ª	SETÚBAL 29039
10,07	+ 1,6	RAQUEL LOURENÇO	96	INI	CASA POVO CORROIOS	11-06-2011	2ª	SETÚBAL 29039
9,84	+ 0,2	ANA URGUEIRA	97	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	24-06-2011	2ª	SEIXAL 29046
9,65	- 3,3	JOANA VILAR	96	INI	CASA BENFICA CHARNECA	19-02-2011	2ª	ALMADA 29013
9,38	- 1,7	ARIANA GOMES	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	19-02-2011	3ª	ALMADA 29013
9,29	- 1,2	JOANA CIPRIANO	97	INI	ASSO. CUL. DESP. COTOVIA	19-02-2011	4ª	ALMADA 29013
9,19	+ 0,2	ANA CAMPOS	97	INI	ASSO. CUL. DESP. COTOVIA	24-06-2011	4ª	SEIXAL 29046
9,05	+ 0,2	BELANISA REIS	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	24-06-2011	7ª	SEIXAL 29046
9,05	+ 0,4	RESILINE ROBALO	96	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	24-06-2011	6ª	SEIXAL 29046
8,78	+ 0,3	CATARINA COELHO	97	INI	ASSOC. ACADÉMICA	24-06-2011	8ª	SEIXAL 29046

LANÇAM.MARTELO-3Kg

24,69	NIDIA BORGES	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	12-06-2011	1ª	SETÚBAL 29039
24,38	RESILINE ROBALO	96	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	19-02-2011	1ª	ALMADA 29013
23,39	FLORBELA MENDES	97	INI	MONTE KAPA ESCOLA DESPORTO	26-02-2011	4ª	SEIXAL 29015
20,20	SARA MIRANDA	96	INI	CASA POVO CORROIOS	19-02-2011	3ª	ALMADA 29013
19,10	ANA URGUEIRA	97	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	12-06-2011	4ª	SETÚBAL 29039
14,81	PATRICIA CHALANA	97	INI	GRUPO DESP. IND. BARREIRO	19-02-2011	4ª	ALMADA 29013
14,24	INÊS RAMALHO	96	INI	CASA POVO CORROIOS	19-02-2011	5ª	ALMADA 29013
11,58	ANA CAMPOS	97	INI	ASSOC. CUL. DESP. COTOVIA	19-02-2011	6ª	ALMADA 29013
9,82	DANIELA AMBRÓSIO	96	INI	ASSOC. ACADÉMICA	19-02-2011	7ª	ALMADA 29013
9,07	MÓNICA CORREIA	96	INI	GRUPO DESP. IND. BARREIRO	19-02-2011	8ª	ALMADA 29013

LANÇAMENTO PESO-3Kg

9,01	FLORBELA MENDES	97	INI	MONTE KAPA ESCOLA DESPORTO	14-05-2011	1ª	ALMADA 29030
8,97	NIDIA BORGES	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	14-05-2011	2ª	ALMADA 29030
8,58	RAQUEL LOURENÇO	96	INI	CASA POVO CORROIOS	14-05-2011	3ª	ALMADA 29030
8,49	DANIELA AMBRÓSIO	96	INI	ASSOC. ACADÉMICA	07-05-2011	4ª	SETÚBAL 29028
7,95	CATARINA COELHO	97	INI	ASSOC. ACADÉMICA	07-05-2011	5ª	SETÚBAL 29028
7,74	JESSICA VIEIRA	98	INF	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	14-05-2011	5ª	ALMADA 29030
7,46	ANA URGUEIRA	97	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	08-01-2011	2ª	SEIXAL 29006
7,38	INÊS RAMALHO	96	INI	CASA POVO CORROIOS	26-03-2011	4ª	SETÚBAL 29020
7,23	SARA MIRANDA	96	INI	CASA POVO CORROIOS	14-05-2011	7ª	ALMADA 29030
6,69	CÁTIA TORRES	96	INI	GRUPO DESP.IND. SETUBAL	08-01-2011	4ª	SEIXAL 29006

DARDO 500 GR

26,59	CÁTIA TORRES	96	INI	GRUPO DESP.IND. SETUBAL	15-01-2011	1ª	SETÚBAL 29007
23,22	SARA MIRANDA	96	INI	CASA POVO CORROIOS	15-05-2011	1ª	ALMADA 29030
22,71	NIDIA BORGES	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	15-05-2011	2ª	ALMADA 29030
21,60	ANA URGUEIRA	97	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	15-01-2011	2ª	SETÚBAL 29007
19,48	CLÁUDIA FALÉ	96	INI	CENTRO ATLETISMO BX. BANHEIRA	15-01-2011	3ª	SETÚBAL 29007
19,19	BELANISA REIS	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	15-05-2011	3ª	ALMADA 29030
18,86	JESSICA VIEIRA	98	INF	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	15-05-2011	4ª	ALMADA 29030
18,64	FLORBELA MENDES	97	INI	MONTE KAPA ESCOLA DESPORTO	15-05-2011	5ª	ALMADA 29030
17,78	DANIELA AMBRÓSIO	96	INI	ASSOC. ACADÉMICA	15-05-2011	6ª	ALMADA 29030
16,76	ANA CAMPOS	97	INI	ASSOC. CUL. DESP. COTOVIA	15-05-2011	7ª	ALMADA 29030

Disco 0,750 Kg

19,73	DANIELA AMBRÓSIO	96	INI	ASSOC. ACADÉMICA	09-04-2011	1ª	SETÚBAL 29023
19,09	ANDREIA RIBEIRO	97	INI	ASSOC. ACADÉMICA	09-04-2011	2ª	SETÚBAL 29023
18,76	RITA BASTOS	97	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	09-04-2011	3ª	SETÚBAL 29023
17,20	RESILINE ROBALO	96	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	09-04-2011	4ª	SETÚBAL 29023
17,02	CÁTIA TORRES	96	INI	GRUPO DESP.IND. SETUBAL	04-12-2010	3ª	ALMADA 29004
14,28	FLORBELA MENDES	97	INI	MONTE KAPA ESCOLA DESPORTO	09-04-2011	5ª	SETÚBAL 29023
12,23	DANIELA MENDES	96	INI	ASSOC. CUL. DESP. COTOVIA	04-12-2010	8ª	ALMADA 29004
5,67	INÊS RAMALHO	96	INI	CASA POVO CORROIOS	04-12-2010	9ª	ALMADA 29004

4X80 METROS

4 4,10	AA SETÚBAL	96	INI	ASSOCIAÇÃO ATL. SETUBAL	04-06-2011	5ª	LEIRIA 03025
	<i>SARA MIRANDA (1996) / RAQUEL LOURENÇO (1996) / ANA POLQUINHAS (1996) / BELANISA REIS (1997)</i>						
4 4,52	AS. A.	99	INI	ASSOC. ACADÉMICA	12-06-2011	1ª	SETÚBAL 29039
	<i>CATARINA COELHO (1997) / ANA MOREIRA (1998) / ANA JANEIRO (1998) / VITÓRIA MONTEIRO (1999)</i>						
4 5,24	ACAD. ATLE.SEIXAL	97	INI	ACADEMIA ATLETISMO SEIXAL	12-06-2011	2ª	SETÚBAL 29039
	<i>SOFIA MEIRELES (1997) / JOANA NEVES (1996) / BEATRIZ FERREIRA (1996) / SARA PEREIRA (1997)</i>						
4 5,80	A. ATLE. C.CAPARICA	96	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	12-06-2011	3ª	SETÚBAL 29039
	<i>ANA POLQUINHAS (1996) / ANA URGUEIRA (1997) / ALICE NEVES (1997) / RESILINE ROBALO (1996)</i>						
4 6,81	C. P. CORROIOS	96	INI	CASA POVO CORROIOS	26-03-2011	1ª	SETÚBAL 29020
	<i>RAQUEL LOURENÇO (1996) / INÊS RAMALHO (1996) / SARA MIRANDA (1996) / SOFIA FONSECA (1996)</i>						
4 7,21	C. BENF. C. CAPARICA	96	INI	CASA BENFICA CHARNECA	12-06-2011	4ª	SETÚBAL 29039
	<i>ANA TEIXEIRA (1996) / CRISIA MANUEL (1999) / LEONOR VILAR (1999) / JOANA VILAR (1996)</i>						
4 8,86	A. A. PINHALNOVENSE	97	INI	ASSOC. ACADÉMICA	26-03-2011	2ª	SETÚBAL 29020
	<i>ANA SANTOS (1996) / JOANA ROLO (1997) / CATARINA COELHO (1997) / ANDREIA RIBEIRO (1997)</i>						
4 9,43	G. D.R. C. COINA	97	INI	G D R COVAS COINA	26-03-2011	3ª	SETÚBAL 29020
	<i>RUTH CAVUANDA (1997) / ANA PEREIRA (1996) / SÓNIA CAMARÁ (1997) / JOANA FURTADO (1997)</i>						

4.000 METROS MARCHA

25	58,51	SOFIA FONSECA	96	INI	CASA POVO CORROIOS	11-06-2011	1ª	SETÚBAL 29039
26	27,36	RAQUEL LOURENÇO	96	INI	CASA POVO CORROIOS	26-03-2011	1ª	SETÚBAL 29020
30	49,73	DANIELA AMBRÓSIO	96	INI	ASSOC. ACADEMICA	11-06-2011	3ª	SETÚBAL 29039

HEPTATLO

3095	RAQUEL LOURENÇO	96	INI	CASA POVO CORROIOS	01-05-2011	5ª	VENDAS NOVAS
	13,56 13,03 1,30 11,30 4,57 8,11 252,30						
2692	JOANA VILAR	96	INI	CASA BENFICA CHARNECA	17-04-2011	2ª	ALMADA 29024
	15,75 14,80 1,25 11,51 4,26 6,29 239,80						
2603	JOANA CIPRIANO	97	INI	ASSO. CUL. DESP. COTOVIA	17-04-2011	3ª	ALMADA 29024
	15,65 14,43 1,21 11,33 4,37 6,23 249,54						
2586	ARIANA GOMES	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	17-04-2011	4ª	ALMADA 29024
	15,53 11,75 1,25 11,60 4,11 6,14 240,38						
2548	BELANISA REIS	97	INI	GRUPO RECR. QUINTA LOMBA	17-04-2011	5ª	ALMADA 29024
	16,31 17,22 1,13 10,92 4,05 6,29 248,75						
2547	SARA MIRANDA	96	INI	CASA POVO CORROIOS	17-04-2011	6ª	ALMADA 29024
	16,03 20,11 1,21 11,77 4,02 6,65 249,08						
2354	SARA PEREIRA	97	INI	ACADEMIA ATLETISMO SEIXAL	17-04-2011	7ª	ALMADA 29024
	16,86 13,87 1,25 11,57 4,12 5,10 250,92						
2313	RESILINE ROBALO	96	INI	AMIGOS ATLE. C. CAPARICA	17-04-2011	8ª	ALMADA 29024
	15,46 14,28 1,25 11,39 3,80 5,85 307,93						
2246	BEATRIZ FERREIRA	96	INI	ACADEMIA ATLETISMO SEIXAL	17-04-2011	9ª	ALMADA 29024
	17,50 15,03 1,25 11,96 3,92 6,65 257,87						
2226	LUÍSA AMORIM	96	INI	ASSO. CUL. DESP. COTOVIA	17-04-2011	10ª	ALMADA 29024
	16,81 11,21 1,17 12,11 4,09 4,92 241,39						