

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE VISEU

MARCAS REFERENTES AO PERÍODO DE 01 DE NOVEMBRO DE 2022 A 31 DE DEZEMBRO DE 2023

Na sequência da alteração do art. 9 do Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo aprovada em Assembleia Geral Extraordinária da FPA a 24.07.2010, os escalões são considerados em relação ao ano civil em que os atletas atingem as idades estipuladas, ou seja, até 31 de dezembro de 2023.

RANKING FEMININO – 2022 / 2023

60 metros

7.70	(v. +0,1)	Juv.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Luso	03.12.2022
7.76 pc		RDJunAb pc	Jun. Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Pombal	11.02.2023
7.79 pc		eliminatórias	Jun. Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Pombal	18.02.2023
7.81 pc		eliminatórias	Jun. Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Pombal	25.02.2023
7.81 pc		final ^{a)}	Jun. Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Pombal	25.02.2023
7.82 pc		eliminatórias	Jun. Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Pombal	04.03.2023
7.83 pc		RDJunAb pc	Jun. Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Pombal	04.02.2023
7.84 pc		final	Jun. Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Pombal	18.02.2023
7.86 pc		final	Jun. Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Pombal	04.03.2023
7.89 pc			Jun. Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Pombal	04.02.2023
7.93 pc			Jun. Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Pombal	22.01.2023
7.94	(v. +0,2)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu e Benfica	Viseu	28.01.2023
7.95	(v. +0,2)	Juv.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	27.12.2022
7.98	(v. -0,6)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	14.01.2023
8.09	(v. +0,3)	Juv.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Luso	04.12.2021
8.10	(v. +2,0)	Juv.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Seia	13.11.2021
8.08	(v. -1,6)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	25.02.2023
8.49 pc		Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Pombal	18.03.2023
8.52	(v. +0,2)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	28.01.2023
8.63	(v. +1,4)	Inic.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Seia	13.11.2021
8.69	(v. +0,2)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	21.01.2023
8.73	(v. +0,2)	Inic.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	27.12.2022
8.73	(v. -0,6)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	14.01.2023
8.15	(v. -0,6)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	14.01.2023
8.21	(v. +0,2)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu e Benfica	Viseu	21.01.2023
8.22	(v. +0,2)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu e Benfica	Viseu	28.01.2023
8.21	(v. +2,0)	Jun.	Mariana Ferreira	02	Associação Grão Vasco	Seia	13.11.2021
8.24	(v. -0,7)	Sen.	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	02.12.2023
8.27	(v. -0,7)	Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	02.12.2023
8.48	(v. +2,0)	Jun.	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Seia	13.11.2021
8.51	(v. -0,6)	Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	14.01.2023
9.28	(v. +0,2)	Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	28.01.2023
9.51 pc		Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Pombal	11.03.2023
9.73	(v. +0,2)	Jun.	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	27.12.2022
8.44	(v. +0,2)	Sen.	Inês Almeida	00	Sport Viseu e Benfica	Viseu	28.01.2023
8.66	(v. -1,6)	Juv.	Barbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	25.02.2023
9.01	(v. -1,2)	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	14.01.2023
9.11	(v. +0,2)	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	21.01.2023
9.31	(v. +0,2)	Inic.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	27.12.2022
8.68	(v. -0,8)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
8.84	(v. -0,8)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	02.12.2023
8.86	(v. +1,7)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	13.05.2023
9.09	(v. +0,6)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023
9.40	(v. +1,8)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	28.01.2023
9.46	(v. +0,5)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	21.01.2023
9.53	(v. -3,4)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Seia	08.12.2022
9.53	(v. -1,6)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	11.03.2023
9.64	(v. -1,0)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	14.01.2023
9.78	(v. +0,2)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	27.12.2022

8.70	(v. -0,8)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	02.12.2023
8.78	(v. +1,8)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	28.01.2023
9.06	(v. -1,0)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	14.01.2023
8.83	(v. -2,2)	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	08.07.2023
8.86	(v. -1,2)	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
8.92	(v. +1,8)	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	28.01.2023
8.94	(v. +0,6)	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023
9.06	(v. +0,5)	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	21.01.2023
9.11	(v. -1,6)	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	11.03.2023
9.28	(v. +0,2)	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	27.12.2022
10.30	(v. -3,4)	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Seia	08.12.2022
8.87 pc		Inic.	Leonor Girão	08	UD Sampedrense	Pombal	23.12.2023
9.07	(v. -0,8)	Inf.	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Viseu	08.06.2023
9.09	(v. -0,8)	Inf.	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Viseu	02.12.2023
9.21	(v. -1,6)	Inf.	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
9.21	(v. -2,2)	Inf.	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Viseu	08.07.2023
9.08	(v. -0,7)	Inf.	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	02.12.2023
9.31	(v. -1,3)	Inf.	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2023
9.33	(v. +1,9)	Inf.	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	13.05.2023
9.86	(v. -1,6)	Inf.	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	11.03.2023
9.13	(v. +2,0)	Juv.	Inês Cardoso	05	EA Carlos Lopes LFC	Seia	13.11.2021
9.14	(v. -1,0)	Inf.	Matilde Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	14.01.2023
9.14	(v. +0,2)	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	21.01.2023
9.43	(v. -1,2)	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	14.01.2023
9.21	(v. -0,7)	Inic.	Leonor Zita	09	Associação Grão Vasco	Viseu	02.12.2023
9.21	(v. +2,0)	Juv.	Erika Rocha	04	EA Carlos Lopes LFC	Seia	13.11.2021
9.27	(v. +0,2)	Inf.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	27.12.2022
9.36	(v. -1,6)	Inf.	Matilde Amaro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	11.03.2023
9.45	(v. +0,5)	Inf.	Matilde Amaro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	14.01.2023
9.73	(v. -1,9)	Inf.	Matilde Amaro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	21.01.2023
9.33	(v. -1,2)	Inf.	Vitória Brito	10	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2023
9.40	(v. +1,9)	Inf.	Vitória Brito	10	GD Ribeirinhos	Viseu	13.05.2023
9.73	(v. +1,4)	Benj. B	Vitória Brito	10	GD Ribeirinhos	Seia	13.11.2021
9.44	(v. +0,2)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	28.01.2023
9.59	(v. -0,7)	Inic.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	02.12.2023
9.71	(v. +0,2)	Inic.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	27.12.2022
9.54	(v. +0,5)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	21.01.2023
9.62	(v. -0,8)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	02.12.2023
9.78	(v. -0,6)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	14.01.2023
9.57	(v. -0,8)	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	02.12.2023
9.61	(v. -0,4)	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	08.06.2023
9.82	(v. -0,7)	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	02.12.2023
10.39	(v. -1,6)	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	11.03.2023
10.51	(v. +1,8)	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	28.01.2023
10.65	(v. +0,5)	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	14.01.2023
10.73	(v. -1,9)	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	21.01.2023
9.69	(v. +2,0)	Juv.	Lara Correia	05	EA Carlos Lopes LFC	Seia	13.11.2021
9.71 pc		Benj. B	Madalena Vieira	12	UD Sampedrense	Pombal	23.12.2023
9.84	(v. +0,6)	Benj. B	Madalena Vieira	12	UD Sampedrense	Viseu	29.09.2023
9.74	(v. +1,4)	Inf.	Francisca Santos	08	Dínamo Clube Estação	Seia	13.11.2021
9.98	(v. -0,7)	Inf.	Francisca Santos	08	Dínamo Clube Estação	Viseu	02.12.2023
10.16	(v. +0,2)	Inic.	Francisca Santos	08	Dínamo Clube Estação	Viseu	27.12.2022
10.77	(v. +1,0)	Inic.	Francisca Santos	08	Dínamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023
9.74	(v. +0,2)	Sub23	Ana Rita Mano	02	CARDES Barbeita	Viseu	28.01.2023
9.84	(v. +1,9)	Inf.	Iva Figueiredo	11	Associação Grão Vasco	Viseu	13.05.2023
9.89	(v. +1,4)	Inic.	Lara Frias	06	GD Ribeirinhos	Seia	13.11.2021
10.06	(v. +0,2)	Juv.	Lara Frias	06	GD Ribeirinhos	Viseu	27.12.2022
9.94	(v. +0,2)	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	21.01.2023
10.08	(v. -0,7)	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	02.12.2023
10.14	(v. +0,2)	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	14.01.2023
10.03	(v. -0,8)	Inic.	Camila Monteiro	08	Dínamo Clube Estação	Viseu	02.12.2023
10.07	(v. +0,2)	Inic.	Inês Borges	07	Sport Viseu e Benfica	Viseu	27.12.2022
10.16	(v. +1,9)	Inf.	Margarida Assunção	10	GD Ribeirinhos	Viseu	13.05.2023

10.20	(v. +1,8)	Inf.	Clara Guterres	10	GD Ribeirinhos	Viseu	28.01.2023
10.22	(v. -1,2)	Inf.	Clara Guterres	10	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2023
10.29	(v. +0,3)	Inf.	Clara Guterres	10	GD Ribeirinhos	Viseu	27.12.2022
10.21	(v. +1,4)	Benj. B	Laura Rodrigues	11	Dínamo Clube Estação	Seia	13.11.2021
10.27	(v. -0,7)	Inic.	Lara Mendes	09	CARDES Barbeita	Viseu	02.12.2023
10.28	(v. -1,2)	Inf.	Mariana Ferreira	11	Dínamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
10.67	(v. +1,7)	Inf.	Mariana Ferreira	11	Dínamo Clube Estação	Viseu	13.05.2023
10.28	(v. -0,4)	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
10.36	(v. -0,8)	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	02.12.2023
10.44	(v. -1,6)	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	11.03.2023
10.54	(v. +0,5)	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	21.01.2023
10.54	(v. +0,6)	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023
10.37	(v. +1,9)	Inf.	Tatiana Pais	10	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	13.05.2023
10.48	(v. +1,8)	Inf.	Tatiana Pais	10	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	28.01.2023
10.58	(v. -1,3)	Inf.	Tatiana Pais	10	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.06.2023
11.07	(v. -1,9)	Inf.	Tatiana Pais	10	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	14.01.2023
11.13	(v. +0,2)	Inf.	Tatiana Pais	10	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	27.12.2022
10.46	(v. +1,7)	Benj. B	Mafalda Assunção	13	GD Ribeirinhos	Viseu	13.05.2023
11.36	(v. -2,2)	Benj. B	Mafalda Assunção	13	GD Ribeirinhos	Viseu	08.07.2023
10.47	(v. -1,0)	Inic.	Mara Queiroz	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	14.01.2023
11.09	(v. -3,4)	Inf.	Mara Queiroz	09	AD Tartarugas e Lebres	Seia	08.12.2022
10.53	(v. -0,4)	Benj. A	Constança Lourenço	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
10.63	(v. +1,0)	Benj. A	Constança Lourenço	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023
10.84	(v. +0,3)	Benj. A	Constança Lourenço	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	27.12.2022
10.89	(v. +1,7)	Benj. A	Constança Lourenço	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	28.01.2023
11.41	(v. -3,4)	Benj. A	Constança Lourenço	14	Dínamo Clube Estação	Seia	08.12.2022
10.54	(v. -0,7)	Benj. B	Sara Nunes	12	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	02.12.2023
10.97	(v. -1,3)	Benj. B	Sara Nunes	12	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.06.2023
10.96	(v. +1,9)	Benj. B	Sara Nunes	12	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	13.05.2023
11.00	(v. -2,2)	Benj. B	Sara Nunes	12	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.07.2023
13.93	(v. +0,3)	Benj. B	Sara Nunes	12	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	27.12.2022
10.63	(v. -0,6)	Juv.	Mariana Oliveira	07	Associação Grão Vasco	Viseu	14.01.2023
10.64	(v. +0,6)	Inf.	Leonor Costa	11	Dínamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023
10.76	(v. +1,8)	Inf.	Leonor Costa	11	Dínamo Clube Estação	Viseu	28.01.2023
10.91	(v. +0,5)	Inf.	Leonor Costa	11	Dínamo Clube Estação	Viseu	21.01.2023
11.08	(v. +0,3)	Benj. B	Leonor Costa	11	Dínamo Clube Estação	Viseu	27.12.2022
11.14	(v. -1,9)	Inf.	Leonor Costa	11	Dínamo Clube Estação	Viseu	14.01.2023
12.27	(v. -0,4)	Inf.	Leonor Costa	11	Dínamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
10.90	(v. +1,7)	Benj. B	Inês Gama	12	GD Ribeirinhos	Viseu	28.01.2023
10.96	(v. +1,7)	Inf.	Lisandra Pinto	11	GD Ribeirinhos	Viseu	13.05.2023
11.19	(v. +1,7)	Benj. B	Irasi Souchie	13	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	13.05.2023
11.50	(v. -1,3)	Benj. B	Irasi Souchie	13	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.06.2023
11.62	(v. -2,2)	Benj. B	Irasi Souchie	13	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.07.2023
12.50	(v. +0,3)	Benj. A	Irasi Souchie	13	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	27.12.2022
12.50	(v. +1,7)	Benj. B	Irasi Souchie	13	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	28.01.2023
11.72	(v. +1,7)	Benj. B	Joana Pereira	13	GD Ribeirinhos	Viseu	28.01.2023
11.78	(v. -2,2)	Benj. B	Joana Pereira	13	GD Ribeirinhos	Viseu	08.07.2023
11.98	(v. +1,7)	Benj. A	Laura Figueiredo	14	GD Ribeirinhos	Viseu	28.01.2023
12.06	(v. +1,7)	Benj. B	Mariana Pereira	13	GD Ribeirinhos	Viseu	28.01.2023
12.25	(v. +0,2)	Benj. A	Mariana Pereira	13	GD Ribeirinhos	Viseu	27.12.2022
12.07	(v. +1,0)	Benj. A	Margarida Paulo	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023
12.42	(v. +1,7)	Benj. A	Margarida Paulo	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	28.01.2023
12.40	(v. -2,2)	Benj. A	Sofia Correia	14	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.07.2023
12.42	(v. +1,0)	Benj. B	Íris Almeida	13	Dínamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023
12.53	(v. +1,9)	Benj. B	Íris Almeida	13	Dínamo Clube Estação	Viseu	13.05.2023
12.66	(v. -0,4)	Benj. B	Íris Almeida	13	Dínamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
12.47	(v. +0,3)	Benj. A	Laura Figueiredo	14	GD Ribeirinhos	Viseu	27.12.2022
12.48	(v. +1,7)	Benj. A	Maria Francisca Silva	16	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	28.01.2023
12.83	(v. +0,3)	Benj. A	Maria Francisca Silva	16	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	27.12.2022
12.96	(v. -1,3)	Benj. A	Maria Francisca Silva	16	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.06.2023
12.60	(v. +1,0)	Benj. A	Maria Leonor	Individual	Individual	Viseu	29.09.2023

7.81 pc final ^{a)} 3ª classificada nos 60 metros dos Campeonatos Nacionais SUB-20 de Pista Coberta

RDJunApc Recorde Distrital de Juniores e Absolutos de Pista Coberta

80 metros

11.00	fin.	(v. +1.3)	Inic.	Leonor Girão	08	UD Sampedrense	Vagos	28.04.2023
11.11		(v. +0,7)	Inic.	Leonor Girão	08	UD Sampedrense	Viseu	27.05.2023
11.12		(v. +1.3)	Inic.	Leonor Girão	08	UD Sampedrense	Viseu	06.05.2023
11.14	el.	(v. +1.0)	Inic.	Leonor Girão	08	UD Sampedrense	Vagos	28.04.2023
11.25		(v. +0,6)	Inic.	Leonor Girão	08	UD Sampedrense	Viseu	29.09.2023
11.55		(v. -3.5)	Inic.	Leonor Girão	08	UD Sampedrense	Lagoa	20.05.2023
11.14		(v. +3.3)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Pombal	30.04.2023
11.15		(v. +0,4)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Guarda	15.07.2023
11.23		(v. +0,6)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
11.29		(v. +0,7)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	27.05.2023
12.57		(v. +0,7)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Vagos	02.07.2023
11.41		(v. +0,7)	Inf.	Maria Sousa	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	27.05.2023
11.48		(v. -0,4)	Inf.	Maria Inês Pinto	10	Associação Grão Vasco	Vagos	02.07.2023
11.91		(v. +1.3)	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	06.05.2023
12.00		(v. 0,0)	Inf.	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Viseu	29.03.2023
12.17		(v. +0,4)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Guarda	15.07.2023
12.18		(v. -1,1)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	08.07.2023
12.34		(v. +0,6)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
12.19		(v. +0,7)	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	27.05.2023
12.88		(v. +0,6)	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	12.03.2023
12.40		(v. +0,7)	Inf.	Vitória Brito	10	GD Ribeirinhos	Viseu	27.05.2023
12.50		(v. -1,0)	Inic.	Margarida Menino	08	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2023
13.25		(v. -1,0)	Inic.	Francisco Santos	08	Dinamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
13.47		(v. +0,6)	Inic.	Francisco Santos	08	Dinamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023
13.56		(v. -1,1)	Inic.	Mara Queiroz	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.07.2023
13.74		(v. -1,0)	Inic.	Mafalda Pombo	08	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2023
13.75		(v. +0,7)	Inf.	Mariana Ferreira	11	Dinamo Clube Estação	Viseu	27.05.2023
15.43		(v. 0,0)	Inf.	Leonor Costa	11	Dinamo Clube Estação	Viseu	29.03.2023

100 jardas (91,44 metros)

11.46	MMJunAb	(v. -0,4)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu e Benfica	Viseu	01.05.2023
12.42	MMJuv	(v. -0,4)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	01.05.2023
12.97	MMInic	(v. -0,4)	Inic.	Leonor Girão	08	UD Sampedrense	Viseu	01.05.2023

MMJunAb Melhor Marca de Juniores e Absolutos

MMJuv Melhor Marca de Juvenis

MMInic Melhor Marca de Iniciados

100 metros

12.24	el.	(v. +3.3)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Vagos	14.05.2023
12.31	fin.	(v. +3.5)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Vagos	14.05.2023
12.37		(v. +2.4)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Abrantes	15.07.2023
12.51		(v. -0.8)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	27.05.2023
12.54		(v. -1.2)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	13.05.2023
12.55		(v. -0.3)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	06.05.2023
12.57	el.	(v. -1.1)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Leiria	01.07.2023
12.57	fin.	(v. -1.1)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Leiria	01.07.2023
12.58		(v. +0.3)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Braga	29.07.2023
12.64		(v. -0.9)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Seia	17.06.2023
12.71		(v. -2.4)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	01.05.2023
12.81		(v. -2.0)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	08.06.2023
12.81		(v. +0.2)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Vagos	24.06.2023
12.84	el.	(v. +1.1)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Vagos	14.05.2023
12.97		(v. -0.8)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	27.05.2023
13.00		(v. -1.2)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	13.05.2023
13.26		(v. -2.4)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	01.05.2023
13.34		(v. -2.0)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	08.06.2023
13.36		(v. -0.9)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Seia	17.06.2023
13.42		(v. -2.4)	Sen.	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	01.05.2023
13.43		(v. -0.3)	Sen.	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	06.05.2023
13.45		(v. -0.8)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	27.05.2023
13.49		(v. -0.3)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	06.05.2023

13.50	(v. -2.4)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	01.05.2023
13.69	(v. -2.0)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2023
13.74	(v. -3.6)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Lagoa	20.05.2023
13.60	(v. +0.9)	Juv.	Leonor Girão	08	UD Sampedrense	Viseu	13.05.2023
13.99	(v. -2.4)	Juv.	Leonor Girão	08	UD Sampedrense	Viseu	01.05.2023
14.03	(v. -2.0)	Sen.	Inês Almeida	00	Sport Viseu Benfica	Viseu	08.06.2023
14.68	(v. -2.6)	Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Guarda	15.07.2023
15.13	(v. -2.0)	Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	08.06.2023
14.74	(v. +0.9)	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	13.05.2023
14.92	(v. -2.0)	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2023
14.76	(v. 0,0)	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	29.03.2023
14.85	(v. -0.3)	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	06.05.2023
14.89	(v. 0,0)	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Vagos	28.04.2023
15.17	(v. -2.6)	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Guarda	15.07.2023
15.41	(v. +0.9)	Juv.	Inês Almeida Borges	07	Sport Viseu Benfica	Viseu	13.05.2023
15.73	(v. -0.3)	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	06.05.2023
16.08	(v. +0.9)	Inic.	Mara Queiroz	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	13.05.2023
16.13	(v. -0.8)	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	27.05.2023
16.25	(v. +0.9)	Inic.	Francisca Santos	08	Dinamo Clube Estação	Viseu	13.05.2023
17.10	(v. -0.3)	Juv.	Marta Oliveira	06	GD Ribeirinhos	Viseu	06.05.2023
15.94	(v. 0,0)	Juv.	Ana Albuquerque	06	Casa Povo Mangualde	Viseu	29.03.2023

150 metros

19.76	MMJunAb	(v. +1.0)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu e Benfica	Viseu	29.09.2023
21.87		(v. +0,7)	Inf.	Maria Sousa	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	13.05.2023
21.93		(v. -1,8)	Inf.	Maria Sousa	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
22.09		(v. 0,0)	Inf.	Maria Sousa	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023
22.89		(v. -4,5)	Inf.	Maria Sousa	10	Dinamo Clube Estação	Seia	08.12.2022
21.87		(v. -1,2)	Inf.	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Viseu	08.06.2023
21.90		(v. -0,7)	Inf.	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Viseu	02.12.2023
22.28		(v. -0,6)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
23.17		(v. 0,0)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023
24.33		(v. -1,7)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	14.01.2023
25.94		(v. -4,5)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Seia	08.12.2022
22.42		(v. -1,6)	Inf.	Matilde Sousa	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	14.01.2023
23.15		(v. -0,7)	Inf.	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	02.12.2023
23.46		(v. -1,2)	Inf.	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2023
23.39		(v. -0,6)	Inf.	Vitória Brito	10	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2023
23.89		(v. -1,6)	Inf.	Vitória Brito	10	GD Ribeirinhos	Viseu	14.01.2023
23.89		(v. +0,7)	Inf.	Vitória Brito	10	GD Ribeirinhos	Viseu	13.05.2023
24.80		(v. +1,4)	Benj. B	Madalena Vieira	12	UD Sampedrense	Viseu	13.05.2023
25.53		(v. 0,0)	Benj. B	Madalena Vieira	12	UD Sampedrense	Viseu	29.09.2023
25.07		(v. +0,7)	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	13.05.2023
25.10		(v. -1,8)	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	08.06.2023
28.67		(v. -1,6)	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	14.01.2023
25.10		(v. -1,2)	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
25.27		(v. -0,7)	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	02.12.2023
25.51		(v. +0,7)	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	13.05.2023
25.33		(v. +0,7)	Benj. B	Mafalda Assunção	13	GD Ribeirinhos	Viseu	13.05.2023
25.73		(v. -1,2)	Inf.	Clara Guterres	10	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2023
25.87		(v. 0,0)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	29.09.2023
26.18		(v. -1,2)	Inf.	Tatiana Pais	10	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.06.2023
26.51		(v. -1,8)	Inf.	Mariana Ferreira	11	Dinamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
26.65		(v. +1,4)	Inf.	Mariana Ferreira	11	Dinamo Clube Estação	Viseu	13.05.2023
26.82		(v. -0,6)	Benj. A	Constança Lourenço	14	Dinamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
27.78		(v. 0,0)	Benj. A	Constança Lourenço	14	Dinamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023
27.82		(v. -4,5)	Benj. A	Constança Lourenço	14	Dinamo Clube Estação	Seia	08.12.2022
27.17		(v. -1,2)	Benj. B	Sara Nunes	12	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.06.2023
27.18		(v. -0,7)	Benj. B	Sara Nunes	12	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	02.12.2023
27.31		(v. +1,4)	Benj. B	Sara Nunes	12	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	13.05.2023
27.39		(v. 0,0)	Inf.	Leonor Costa	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023
27.44		(v. -0,6)	Inf.	Leonor Costa	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
28.04		(v. -1,7)	Inf.	Leonor Costa	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	14.01.2023

27.54	(v. 0,0)	Inic.	Francisca Santos	08	Dínamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023
29.02	(v. +0,7)	Benj. B	Irasi Souchie	13	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	13.05.2023
29.41	(v. -1,8)	Benj. B	Irasi Souchie	13	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.06.2023
30.94	(v. 0,0)	Benj. A	Margarida Paulo	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023
31.22	(v. -1,8)	Benj. A	Margarida Paulo	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
32.38	(v. -0,6)	Benj. A	Maria Francisca Silva	16	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.06.2023
34.05	(v. 0,0)	Benj. A	Maria Leonor		Dínamo Clube Estação	Viseu	29.09.2023

MMJunAb Melhor Marca de Juniores e Absolutos

200 metros

25.76	RDJunAb (v. +1,7)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Abrantes	03.06.2023
25.79	(v. +2,9)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Abrantes	16.07.2023
25.86	(v. +0,2)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Braga	30.07.2023
25.95	(v. +0,0)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Leiria	02.07.2023
26.18	(v. -0,6)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Lisboa (INATEL)	25.04.2023
26.93	(v. -0,8)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	14.01.2023
27.96	(v. -3,7)	Juv.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Seia	08.12.2022
27.38	(v. +1,7)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu e Benfica	Abrantes	03.06.2023
27.66	(v. -0,8)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu e Benfica	Viseu	14.01.2023
27.84	(v. -0,5)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu e Benfica	Viseu	21.01.2023
28.53	(v. -1,0)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2023
29.60	(v. -0,5)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	21.01.2023
29.63	(v. -0,8)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	14.01.2023
31.52	(v. -0,3)	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	11.03.2023
31.60	(v. -0,8)	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	14.01.2023
31.96	(v. -1,0)	Jun.	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	08.06.2023
33.14	(v. -1,0)	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	08.06.2023
33.18	(v. +3,5)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Pombal	29.04.2023
33.18	(v. -1,0)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	08.06.2023
33.42	(v. -0,3)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
33.70	(v. -0,5)	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	21.01.2023
35.07	(v. -0,8)	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	14.01.2023
35.45	(v. -0,1)	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	02.12.2023
36.09	(v. -3,7)	Jun.	Vanessa Cruz	04	EA Carlos Lopes LFC	Seia	08.12.2022

RDJunA Recorde Distrital de Juniores e Absolutos

250 metros

37.22	Inf.	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Vagos	01.07.2023
38.26	Juv.	Leonor Girão	08	UD Sampedrense	Viseu	27.05.2023
38.65	Inic.	Leonor Girão	08	UD Sampedrense	Viseu	06.05.2023
38.67	Inic.	Leonor Girão	08	UD Sampedrense	Lagoa	21.05.2023
41.40	Inic.	Leonor Girão	08	UD Sampedrense	Viseu	29.09.2023
41.52	Inic.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Seia	08.12.2022
41.98	Inic.	Margarida Menino	08	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2024
42.62	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	27.05.2023
42.71	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	06.05.2023
44.04	Inic.	Francisca Santos	08	Dínamo Clube Estação	Viseu	08.06.2023
45.94	Inic.	Francisca Santos	08	Dínamo Clube Estação	Seia	08.12.2022
53.33	Inic.	Mafalda Pombo	08	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2023
54.34	Inic.	Mafalda Pombo	08	GD Ribeirinhos	Viseu	06.05.2023

300 metros

42.08	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	08.07.2023
44.04	Inic.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.07.2023
44.96	pc MMInic pc	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Pombal	23.12.2023
45.09	Inic.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	13.05.2023
45.68	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	08.07.2023
52.26	Inic.	Leonor Girão	08	UD Sampedrense	Viseu	13.05.2023
1.12.30	Inic.	Mara Queiroz	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	13.05.2023

MMInic Melhor Marca de Iniciados de Pista Coberta

400 metros

1.04.05	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Seia	17.06.2023
----------------	-------------	-----------------------	-----------	----------------------------	-------------	-------------------

1.04.25	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Seia	17.06.2023
1.11.84	Sub23	Ana Mano	02	CARDES Barbeita	Viseu	08.06.2023
1.21.06	Juv.	Lara Frias	06	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2023
1.30.04	Jun.	Francisca Encarnação	05	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2023

600 metros

1.55.03	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	20.10.2023
2.01.29	Inf.	Helena Silva	10	GD Ribeirinhos	Viseu	13.05.2023
2.01.34	Inf.	Helena Silva	10	GD Ribeirinhos	Viseu	20.10.2023
2.06.00	Benj. B	Madalena Vieira	12	UD Sampedrense	Viseu	20.10.2023
2.10.43	Benj. B	Madalena Vieira	12	UD Sampedrense	Viseu	13.05.2023
2.13.88	Benj. B	Madalena Vieira	12	UD Sampedrense	Viseu	01.05.2023
2.13.27	Inf.	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	20.10.2023
2.16.74	Inf.	Tatiana Pais	10	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	13.05.2023
2.22.75	Benj. B	Sara Nunes	12	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	01.05.2023
2.27.61	Benj. B	Sara Nunes	12	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	20.10.2023
2.23.39	Benj. A	Vera Ferreira	14	CARDES Barbeita	Viseu	01.05.2023
2.24.56	Inf.	Leonor Costa	11	Dínamo Clube Estação	Viseu	20.10.2023
2.26.59	Benj. B	Mafalda Assunção	13	GD Ribeirinhos	Viseu	13.05.2023
2.28.39	Benj. A	Constança Lourenço	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	20.10.2023
2.36.61	Benj. B	Mariana Pereira	13	GD Ribeirinhos	Viseu	20.10.2023
2.43.88	Benj. B	Mariana Pereira	13	GD Ribeirinhos	Viseu	01.05.2023
2.39.13	Benj. A	Margarida Paulo	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	20.10.2023
2.41.32	Benj. B	Irasi Souchie	13	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	01.05.2023
2.41.58	Benj. A	Maria Leonor Abreu	15	Dínamo Clube Estação	Viseu	20.10.2023
2.44.68	Benj. B	Irasi Souchie	13	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	20.10.2023
2.48.37	Benj. A	Laura Figueiredo	14	GD Ribeirinhos	Viseu	01.05.2023
2.55.02	Benj. A	Francisca Silva	16	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	01.05.2023
2.59.09	Benj. A	Francisca Silva	16	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	20.10.2023
3.16.99	Benj. B	Joana Pereira	13	GD Ribeirinhos	Viseu	01.05.2023

800 metros

2.28.91	Inic.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	09.06.2023
2.34.59	Inic.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	27.05.2023
2.35.67	Inic.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Lagoa	21.05.2023
2.39.11	Inic.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	13.05.2023
2.29.25	Juv.	Ana Albuquerque	06	Casa Povo Mangualde	Arada (Ovar)	22.07.2023
2.45.89	Inf.	Helena Silva	10	GD Ribeirinhos	Viseu	09.06.2023
2.47.29	Inic.	Ana Lima	08	UD Sampedrense	Viseu	27.05.2023
2.59.49	Inic.	Camila Monteiro	08	Dínamo Clube Estação	Viseu	09.06.2023
3.04.96	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Pombal	30.04.2023
3.10.11	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
3.10.91	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
3.16.15	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Pombal	30.04.2023
3.14.09	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	12.03.2023
3.17.51	Jun.	Francisca Encarnação	05	GD Ribeirinhos	Viseu	14.01.2023
3.22.75	Juv.	Lara Frias	06	GD Ribeirinhos	Viseu	14.01.2023
3.30.81	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
3.44.53	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	12.03.2023

1.000 metros

3.20.04	Juv.	Ana Albuquerque	06	Casa Povo Mangualde	Mogadouro	15.04.2023
3.31.06	Inic.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	14.01.2023
3.34.41	Inic.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	01.05.2023
3.35.19	Inic.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Mogadouro	15.04.2023
3.41.07	Inic.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	04.03.2023
3.35.81	Benj. B	Madalena Vieira	12	UD Sampedrense	Pombal	23.12.2023
3.37.29	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Beja	22.04.2023
3.41.38	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	08.07.2023
3.46.88	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	16.03.2023
3.49.76	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	12.03.2023
3.50.94	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	28.01.2023
3.55.21	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	04.03.2023
3.37.31	Sen.	Tânia Pinto	87	Viriathvs Runners Viseu	Viseu	08.07.2023

3.38.63	Inic.	Ana Lima	08	UD Sampedrense	Viseu	01.05.2023
3.42.14	Juv.	Raquel Morgado	07	Clube Desportivo Leomil	Mogadouro	15.04.2023
3.45.24	Inf.	Helena Silva	10	GD Ribeirinhos	Viseu	02.12.2023
3.53.84	Inic.	Camila Monteiro	08	Dínamo Clube Estação	Viseu	08.07.2023
3.58.25	Inic.	Margarida Menino	08	GD Ribeirinhos	Viseu	02.12.2023
4.59.67	Inic.	Margarida Menino	08	GD Ribeirinhos	Viseu	16.03.2023
4.06.96	Inic.	Margarida Menino	08	GD Ribeirinhos	Viseu	28.01.2023
4.04.03	Benj. A	Constança Lourenço	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	28.01.2023
4.07.52	Benj. A	Constança Lourenço	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	04.03.2023
4.16.41	Benj. A	Constança Lourenço	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	02.12.2023
4.11.04	Benj. B	Mariana Mota	12	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	02.12.2023
4.11.44	Inf.	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
4.16.91	Benj. B	Mafalda Assunção	13	GD Ribeirinhos	Viseu	02.12.2023
4.33.86	Benj. B	Mafalda Assunção	13	GD Ribeirinhos	Viseu	08.07.2023
4.16.98	Jun.	Inês Cardoso	05	ES Carlos Lopes	Viseu	08.07.2023
4.18.75	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	14.01.2023
4.18.89	Inf.	Tatiana Pais	10	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	04.03.2023
4.28.74	Inf.	Tatiana Pais	10	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	28.01.2023
4.33.06	Inf.	Tatiana Pais	10	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	14.01.2023
4.19.50	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	28.01.2023
4.26.02	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	12.03.2023
4.21.65	Inic.	Mafalda Pombo	08	GD Ribeirinhos	Viseu	02.12.2023
4.24.80	Inf.	Matilde Amaro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	12.03.2023
4.27.38	Benj. B	Sara Nunes	12	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.07.2023
4.28.32	Inf.	Maria Cunha	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	12.03.2023
4.29.51	Sen.	Maria Vale	67	Viriathvs Runners Viseu	Viseu	08.07.2023
4.34.66	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	01.05.2023
4.41.24	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	12.03.2023
4.57.88	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	28.01.2023
4.39.52	Benj. A	Margarida Paulo	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	02.12.2023
4.55.13	Benj. A	Margarida Paulo	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	04.03.2023
4.44.83	Benj. A	Sofia Correia	14	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	02.12.2023
5.07.07	Benj. A	Sofia Correia	14	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.07.2023
4.48.19	Benj. B	Irasi Souchie	13	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.07.2023
4.56.83	Benj. B	Irasi Souchie	13	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	02.12.2023
5.15.63	Benj. B	Irasi Souchie	13	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	28.01.2023
4.49.44	Inf.	Ana Sofia Carrilho	10	GD Ribeirinhos	Viseu	12.03.2023
4.51.95	Benj. B	Luana Barros	13	Dínamo Clube Estação	Viseu	02.12.2023
5.02.27	Benj. B	Mariana Pereira	13	GD Ribeirinhos	Viseu	28.01.2023
5.10.04	Benj. A	Maria Francisca Silva	16	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	02.12.2023
5.41.06	Benj. A	Maria Francisca Silva	16	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	28.01.2023
5.12.00	Benj. B	Inês Gama	12	GD Ribeirinhos	Viseu	28.01.2023
5.16.45	Jun.	Alexandra Cruz	04	EA Carlos Lopes LFC	Viseu	04.03.2023
5.17.56	Benj. A	Laura Figueiredo	14	GD Ribeirinhos	Viseu	28.01.2023
5.44.72	Benj. A	Laura Figueiredo	14	GD Ribeirinhos	Viseu	02.12.2023
5.42.37	Benj. B	Joana Pereira	13	GD Ribeirinhos	Viseu	02.12.2023

1.500 metros

5.06.06	Juv.	Ana Albuquerque	06	Casa Povo Mangualde	Lagoa	20.05.2023
5.28.00	Juv.	Ana Albuquerque	06	Casa Povo Mangualde	Viseu	29.03.2023
6:04.45	Juv.	Ana Albuquerque	06	Casa Povo Mangualde	Viseu	28.01.2023
5.29.63	Inic.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Lagoa	20.05.2023
5.43.47	Inic.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	06.05.2023
5.38.11	Inic.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	20.10.2023
5.53.00	Inic.	Ana Lima	08	UD Sampedrense	Viseu	06.05.2023
6.10.36	Inic.	Mara Queiroz	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	20.10.2023
6.26.12	Juv.	Carolina Guterres	06	GD Ribeirinhos	Viseu	06.05.2023
6.41.34	Juv.	Lara Frias	06	GD Ribeirinhos	Viseu	06.05.2023
7.28.70	Juv.	Lara Frias	06	GD Ribeirinhos	Viseu	20.10.2023
6.42.57	Jun.	Francisca Encarnação	05	GD Ribeirinhos	Viseu	27.05.2023
6.58.00	Inic.	Mafalda Pombo	08	GD Ribeirinhos	Viseu	20.10.2023
7.20.58	Inic.	Mafalda Pombo	08	GD Ribeirinhos	Viseu	06.05.2023

1.500 metros obstáculos (0,76) (sem vala de água)

6.00.07	Inic.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.06.2023
6.08.79	Inic.	Ana Lima	08	UD Sampedrense	Lagoa	20.05.2023

3.000 metros

10.40.95	Juv.	Ana Albuquerque	06	Casa Povo Mangualde	Viseu	20.10.2023
12.39.51	Sen.	Célia Matias	80	Casa Povo Mangualde	Viseu	20.10.2023

60 metros barreiras (0,76)

12.57	(v. -1,6)	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	12.03.2023
13.26	(v. -0,9)	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	25.02.2023
13.37	(v. -1,6)	Inf.	Ana Sofia Carrilho	10	GD Ribeirinhos	Viseu	12.03.2023
13.83	(v. -0,9)	Inf.	Ana Sofia Carrilho	10	GD Ribeirinhos	Viseu	25.02.2023
13.44	(v. -1,6)	Inf.	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
13.88	(v. -0,9)	Inf.	Maria Cunha	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	25.02.2023
13.95	(v. -1,6)	Inf.	Maria Cunha	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	12.03.2023
14.04	(v. -1,6)	Inf.	Matilde Amaro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	12.03.2023
15.40	(v. -0,9)	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	25.02.2023
16.45	(v. -1,6)	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	12.03.2023

60 metros barreiras (0,76)

10.69 pc		Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Pombal	18.03.2023
10.70	(v. -0,4)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	25.02.2023
11.45	(v. +0,7)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	21.01.2023
12.78	(v. -0,4)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	25.02.2023
14.28	(v. -0,4)	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	25.02.2023

60 metros barreiras (0,76)

11.39	(v. +0,2)	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	21.01.2023
11.62	(v. -1,3)	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	14.01.2023
11.39	(v. +0,7)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	25.02.2023
11.40 pc		Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Pombal	18.03.2023
12.31	(v. +0,2)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	21.01.2023
12.37	(v. -1,3)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	14.01.2023

80 metros barreiras (0,76)

14.11	(v. -1,9)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Pombal	29.04.2023
14.33	(v. -0,9)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
16.57	(v. +0,8)	Inf.	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	27.05.2023
16.61	(v. +3,3)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	06.05.2023
17.17	(v. -0,9)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
18.37	(v. -0,9)	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	11.03.2023

100 metros barreiras (0,76)

18.64	(v. +1,0)	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	13.05.2023
19.15	(v. -1,1)	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	11.03.2023
18.98	(v. +1,0)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	13.05.2023
19.03	(v. -1,1)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
19.74	(v. -1,0)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Pombal	29.04.2023

100 metros barreiras (0,84)

17.31	(v. +0,9)	Sen.	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	08.06.2023
17.45	(v. +0,9)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	08.06.2023
19.55	(v. +0,9)	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	08.06.2023
20.09	(v. +0,9)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	08.06.2023
25.40	(v. +0,9)	Sub23	Ana Mano	02	CARDES Barbeita	Viseu	08.06.2023

200 metros barreiras (0,76)

31.92 MMJunAb	(v. -1,4)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	01.05.2023
----------------------	-----------	-------------	-----------------------	-----------	----------------------------	--------------	-------------------

MMJunAb Melhor Marca de Juniores e Absolutos

250 metros barreiras (0,76)

50.42		Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Lagoa	20.05.2023
--------------	--	--------------	-----------------------	-----------	------------------------	--------------	-------------------

300 metros barreiras (0.76)

55.88	<i>Juv.</i>	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	06.05.2023
58.76	<i>Juv.</i>	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Lagoa	20.05.2023
altura						
1,50	<i>Sen.</i>	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	08.06.2023
1,50	<i>Sen.</i>	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	08.07.2023
1,45	<i>Sen.</i>	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	04.03.2023
1,49	<i>Inic.</i>	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Pombal	29.04.2023
1,46	<i>Inic.</i>	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Vagos	28.04.2023
1,45	<i>Inic.</i>	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	04.03.2023
1,45	<i>Inic.</i>	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
1,45	<i>Inic.</i>	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	13.05.2023
1,45	<i>Inic.</i>	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	27.05.2023
1,44	<i>Inic.</i>	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Sobreda	17.06.2023
1,41	<i>Inic.</i>	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Vagos	01.07.2023
1,41	<i>Inic.</i>	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	08.07.2023
1,40	<i>Inic.</i>	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Lagoa	21.05.2023
1,40	<i>Inic.</i>	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Guarda	15.07.2023
1,39	<i>Inic.</i>	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	14.01.2023
1,35	<i>Inic.</i>	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	06.05.2023
1,35	<i>Juv.</i>	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	08.06.2023
1,32	<i>Juv.</i>	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Pombal	29.04.2023
1,26 pc	<i>Juv.</i>	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Pombal	18.03.2023
1,26	<i>Juv.</i>	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	08.07.2023
1,25	<i>Juv.</i>	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	04.03.2023
1,20	<i>Juv.</i>	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	25.02.2023
1,20	<i>Juv.</i>	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
1.20	<i>Juv.</i>	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	06.05.2023
1,20	<i>Juv.</i>	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	13.05.2023
1.30	<i>Juv.</i>	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	06.05.2023
1,25	<i>Juv.</i>	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	13.05.2023
1,25	<i>Juv.</i>	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	08.06.2023
1,30	<i>Sen.</i>	Martina Gomes	88	Sport Viseu Benfica	Viseu	08.06.2023
1,25	<i>Inf.</i>	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	04.03.2023
1,20	<i>Inf.</i>	Maria Cunha	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	04.03.2023
1,20	<i>Inf.</i>	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	04.03.2023
1,20	<i>Inf.</i>	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	27.05.2023
1,20	<i>Inf.</i>	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Vagos	01.07.2023
1,20	<i>Juv.</i>	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	25.02.2023
1.15	<i>Juv.</i>	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	06.05.2023
1,15	<i>Inf.</i>	Matilde Amaro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	04.03.2023
1,15	<i>Inic.</i>	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
1,10	<i>Inic.</i>	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	04.03.2023
1,10	<i>Inic.</i>	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	11.03.2023
0,95	<i>Inic.</i>	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	04.03.2023
1,10	<i>Juv.</i>	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	11.03.2023
1,00	<i>Inf.</i>	Leonor Costa	11	Dínamo Clube Estação	Viseu	04.03.2023
0,95	<i>Inf.</i>	Mariana Vicente	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	04.03.2023

comprimento

5,28	(v.+0,3)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	01.05.2023
5,18	(v.+0,9)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	27.05.2023
5,09	(v.0,0)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	25.02.2023
4,95	(v.+1,2)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	08.07.2023
4,88	(v.0,0)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	13.05.2023
4,74	(v.+1,1)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	09.06.2023
4,68	(v.+1,0)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	29.09.2023
4,66	(v.-2,4)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Seia	08.12.2022
4,46	(v.+0,7)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	21.12.2022
4,20	(v.0,0)	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	14.01.2023
5,27	(v.+0,2)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	28.01.2023
5,20	(v.+0,2)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	09.06.2023

5,12	(v.-0,5)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	27.05.2023
5,10 pc		Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Pombal	04.02.2023
5,09	(v.+1,0)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu e Benfica	Viseu	29.09.2023
5,03	(v.0,0)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	13.05.2023
4,96	(v.0,0)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	14.01.2023
4,94	(v.0,0)	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	06.05.2023
4,78	(v.-0,7)	Juv.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	21.12.2022
4,76	(v.-6,3)	Juv.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Seia	08.12.2022
5,21	(v.-1,9)	Sen.	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	01.05.2023
5,14	(v.-0,2)	Sen.	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	09.06.2023
5,11	(v.+0,5)	Sen.	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	08.07.2023
5,09	(v.0,0)	Sen.	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	06.05.2023
5,08	(v.+0,4)	Sen.	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	27.05.2023
4,95	(v.0,0)	Sen.	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	02.12.2023
4,93	(v.+0,8)	Sen.	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	29.09.2023
5,13 b)	(v.+4,7)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Lagoa	20.05.2023
5,01	(v.+1,3)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	27.05.2023
4,97	(v.+1,2)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	08.07.2023
4,87 pc		Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Pombal	18.03.2023
4,75	(v.+0,4)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Pombal	30.04.2023
4,71	(v.0,0)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	25.02.2023
4,69	(v.0,0)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	13.05.2023
4,68	(v.0,0)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	02.12.2023
4,64	(v.+0,8)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Vagos	02.07.2023
4,57	(v.-0,6)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
4,48	(v.+3,0)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Seia	08.12.2022
4,37	(v.-0,1)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	14.01.2023
4,27	(v.+1,0)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	21.12.2022
4,70	(v.-1,9)	Sub23	Mariana Ferreira	02	Associação Grão Vasco	Viseu	21.12.2022
4,61	(v.-2,5)	Sub23	Mariana Ferreira	02	Associação Grão Vasco	Seia	08.12.2022
4,33	(v.+1,2)	Sub23	Mariana Ferreira	02	Associação Grão Vasco	Viseu	28.01.2023
4,57	(v.+0,5)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	08.07.2023
4,41	(v.0,0)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	06.05.2023
4,39	(v.-0,6)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	28.01.2023
4,39	(v.+0,2)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	27.05.2023
4,38 pc		Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Pombal	18.03.2023
4,26	(v.0,0)	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	25.02.2023
4,24	(v.0,0)	Inic.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	14.01.2023
4,10	(v.+5,7)	Inic.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Seia	08.12.2022
4,56	(v.+0,2)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	27.05.2023
4,42	(v.0,0)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	23.04.2023
4,28	(v.0,0)	Inf.	Maria Cunha	10	Associação Grão Vasco	Viseu	02.12.2023
4,00	(v.+3,1)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Seia	08.12.2022
3,73	(v.-1,2)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	14.01.2023
3,57	(v.0,0)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	21.12.2022
3,51	(v.-0,2)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	12.03.2023
3,42	(v.0,0)	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	25.02.2023
4,51	(v.0,0)	Inf.	Maria Sousa	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	23.04.2023
4,33	(v.+0,2)	Inf.	Maria Sousa	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	27.05.2023
4,26	(v.+3,2)	Inf.	Maria Sousa	10	Dinamo Clube Estação	Seia	08.12.2022
4,16	(v.0,0)	Inf.	Maria Sousa	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	25.02.2023
4,01	(v.+0,3)	Inf.	Maria Sousa	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	12.03.2023
4,00	(v.0,0)	Inf.	Maria Sousa	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	21.12.2022
4,34	(v.+1,0)	Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	08.07.2023
4,20	(v.-0,8)	Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	29.09.2023
4,14	(v.0,0)	Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	13.05.2023
4,13	(v.0,0)	Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	06.05.2023
4,10	(v.-2,1)	Jun.	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Seia	13.11.2021
4,08	(v.+0,7)	Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	27.05.2023
4,04	(v.+0,4)	Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	09.06.2023
4,03	(v.+0,2)	Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	28.01.2023
4,00	(v.0,0)	Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	02.12.2023
3,90	(v.0,0)	Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	25.02.2023

3,71	(v. 0,0)	Sub23	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Viseu	14.01.2023
3,51	(v.-2,9)	Jun.	Carolina Amaral	03	Associação Grão Vasco	Seia	08.12.2022
4,33	(v.-0,4)	Sen.	Inês Almeida	00	Sport Viseu Benfica	Viseu	28.01.2023
4,31	(v.-0,2)	Sen.	Inês Almeida	00	Sport Viseu Benfica	Viseu	09.06.2023
4,29	(v.+0,2)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	28.01.2023
4,27	(v.0,0)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	25.02.2023
4,23	(v.+0,4)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	08.07.2023
4,20	(v.0,0)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	02.12.2023
4,17	(v.0,0)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	06.05.2023
4,10	(v.-0,2)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
4,04	(v.+0,3)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	09.06.2023
4,02	(v.-0,9)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	29.09.2023
4,00	(v.0,0)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	14.01.2023
3,96	(v.+1,0)	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Pombal	30.04.2023
3,79	(v.+0,4)	Inic.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	21.12.2022
4,26	(v.+0,5)	Inic.	Joana Ferreira	09	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	27.05.2023
4,22	(v.-0,1)	Inf.	Matilde Sousa	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	14.01.2023
4,20	(v.+0,6)	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	29.09.2023
3,99	(v.+0,4)	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	09.06.2023
3,96	(v.0,0)	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Vagos	28.04.2023
3,92	(v.0,0)	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	25.02.2023
3,90	(v.0,0)	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	14.01.2023
4,20	(v.0,0)	Inic.	Leonor Zita	09	Associação Grão Vasco	Viseu	02.12.2023
4,14	(v.0,0)	Inf.	Helena Silva	10	GD Ribeirinhos	Viseu	23.04.2023
4,05	(v.+0,8)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	08.07.2023
3,98	(v.+2,6)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Seia	08.12.2022
3,96	(v.+0,7)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	13.05.2023
3,95	(v.+0,9)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	27.05.2023
3,91	(v.-1,0)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	21.12.2022
3,82	(v.+0,7)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	14.01.2023
3,79	(v.-0,3)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
3,73	(v.+1,2)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Vagos	02.07.2023
3,73	(v.0,0)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	02.12.2023
4,05	(v.+1,0)	Sub23	Ana Mano	02	CARDES Barbeita	Viseu	09.06.2023
3,99	(v.0,0)	Inic.	Francisca Santos	08	Dinamo Clube Estação	Viseu	02.12.2023
3,64	(v.+ 2,5)	Inic.	Francisca Santos	08	Dinamo Clube Estação	Seia	08.12.2022
3,98	(v.+0,4)	Inf.	Vitória Brito	10	GD Ribeirinhos	Viseu	27.05.2023
3,81	(v.0,0)	Inf.	Vitória Brito	10	GD Ribeirinhos	Viseu	23.04.2023
3,63	(v.0,0)	Inf.	Vitória Brito	10	GD Ribeirinhos	Viseu	25.02.2023
3,50	(v.0,0)	Inf.	Vitória Brito	10	GD Ribeirinhos	Seia	11.06.2022
3,93	(v.-0,2)	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	12.03.2023
3,57	(v.+1,6)	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	09.06.2023
3,41	(v.0,0)	Juv.	Barbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	25.02.2023
3,74	(v.0,0)	Inf.	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	23.04.2023
3,56	(v.0,0)	Inf.	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	02.12.2023
3,48	(v.-0,2)	Inf.	Ana Sofia Carrilho	10	GD Ribeirinhos	Viseu	12.03.2023
3,36	(v.0,0)	Inf.	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	25.02.2023
3,62	(v.+0,2)	Inf.	Matilde Amaro	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	12.03.2023
3,02	(v.+0,5)	Inf.	Matilde Amaro	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	14.01.2023
3,53	(v.+0,3)	Inf.	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
3,44	(v.0,0)	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	25.02.2023
3,37	(v.-0,4)	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	12.03.2023
3,01	(v.0,0)	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	02.12.2023
3,44	(v.0,0)	Inic.	Camila Monteiro	08	Dinamo Clube Estação	Viseu	02.12.2023
3,38	(v.-0,8)	Inic.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Seia	22.01.2022
3,34	(v.0,0)	Inf.	Margarida Assunção	10	GD Ribeirinhos	Viseu	23.04.2023
3,32	(v.0,0)	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	02.12.2023
3,31	(v.-1,2)	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	12.03.2023
3,18	(v.0,0)	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	25.02.2023
3,09	(v.+0,3)	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	14.01.2023
2,67	(v.-1,1)	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Seia	22.01.2022
3,26	(v.+1,2)	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	12.03.2023
3,12	(v.0,0)	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	23.04.2023

2,96	(v. 0,0)	Benj. A	Constança Lourenço	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	02.12.2023
2,84	(v.+5,4)	Benj. A	Constança Lourenço	14	Dínamo Clube Estação	Seia	08.12.2022
2,51	(v. 0,0)	Benj. A	Constança Lourenço	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	21.12.2022
2,96	(v.0,0)	Benj. B	Mafalda Assunção	13	GD Ribeirinhos	Viseu	23.04.2023
2,93	(v.0,0)	Benj. B	Mafalda Assunção	13	GD Ribeirinhos	Viseu	02.12.2023
2,86	(v.0,0)	Inf.	Leonor Costa	11	Dínamo Clube Estação	Viseu	23.04.2023
2,73	(v.+2,0)	Inf.	Leonor Costa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	14.01.2023
2,96	(v. 0,0)	Inic.	Lara Mendes	09	CARDES Barbeita	Viseu	02.12.2023
2,72	(v.+1,0)	Inic.	Lara Mendes	09	CARDES Barbeita	Viseu	27.05.2023
2,78	(v. 0,0)	Benj. A	Margarida Paulo	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	02.12.2023
2,70	(v.0,0)	Benj. B	Irasi Souchie	13	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	02.12.2023
2,70	(v.+2,3)	Inf.	Mariana Ferreira	11	Dínamo Clube Estação	Viseu	27.05.2023
2,43	(v. 0,0)	Benj. A	Laura Oliveira	14	Dínamo Clube Estação	Viseu	21.12.2022
2,38	(v.0,0)	Benj. B	Íris Almeida	13	Dínamo Clube Estação	Viseu	23.04.2023
2,34	(v.0,0)	Benj. A	Laura Figueiredo	14	GD Ribeirinhos	Viseu	02.12.2023

5,13 metros ^{b)} 3ª classificada no salto em comprimento do 40º Torneio Nacional Olímpico Jovem - Lagoa 2023

triplo

10,68	(v.+1,3)	Sen.	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	08.07.2023
--------------	----------	-------------	------------------------	-----------	------------------------------	--------------	-------------------

quadroplo salto

12,84	RDInic. (v.0,0)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	06.05.2023
12,68	(v.+3,6)	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Vagos	01.07.2023
11,32	(v.+4,3)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Lagoa	20.05.2023
11,16	(v.0,0)	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	06.05.2023

RDInic. Recorde Distrital de Iniciados

dardo 400 grs.

14,04	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	13.05.2023
9,19	Inf.	Maria Inês Pinto	10	Associação Grão Vasco	Viseu	13.05.2023

dardo 500 grs.

26,58	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	13.05.2023
25,17	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	27.05.2023
23,43	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Pombal	30.04.2023
16,70	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
21,06	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	21.01.2023
20,39	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Pombal	29.04.2023
19,64	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
14,30	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Guarda	15.07.2023
13,60	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	21.01.2023
12,00	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	27.05.2023
10,86	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
13,34	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	12.03.2023
13,27	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	13.05.2023
13,20	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	13.05.2023
10,57	Inic.	Lara Mendes	09	CARDES Barbeita	Lagoa	20.05.2023
10,51	Inic.	Lara Mendes	09	CARDES Barbeita	Viseu	27.05.2023
10,01	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	11.03.2023

dardo 600 grs.

26,82	Sen.	Martina Gomes	88	Sport Viseu Benfica	Viseu	01.05.2023
24,24	Sen.	Martina Gomes	88	Sport Viseu Benfica	Viseu	28.01.2023
21,87	Sen.	Martina Gomes	88	Sport Viseu Benfica	Viseu	29.09.2023
22,20	Juv.	Maria Manuela Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	29.09.2023
17,68	Juv.	Maria Manuela Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	21.01.2023
21,58	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	28.01.2023
19,82	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	09.06.2023
20,85	Sen.	Natacha Fonseca	00	Associação Grão Vasco	Viseu	29.09.2023
14,68	Jun.	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	28.01.2023
11,47	Inf.	Maria Cunha	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	23.04.2023
10,06	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	23.04.2023
10,63	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	27.05.2023
10,03	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	09.06.2023

disco 600 grs.

19,44	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	09.12.2023
11,52	Inf.	Maria Inês Pinto	10	Associação Grão Vasco	Viseu	09.12.2023

disco 750 grs.

20,31	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	28.05.2023
14,85	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	06.05.2023
12,03	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	09.12.2023
11,10	Inic.	Lara Mendes	09	Associação Grão Vasco	Viseu	09.12.2023
9,55	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Lagoa	21.05.2023
9,21	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	09.12.2023

disco 1 kg

19,54	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	09.12.2023
11,35	Inic.	Lara Mendes	09	CARDES Barbeita	Viseu	23.04.2023
9,21	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	23.04.2023

martelo 3 kg

28,78	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	23.04.2023
28,57	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	09.12.2023
24,20	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	09.06.2023
23,70	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	23.04.2023
13,23	Inic.	Lara Mendes	09	CARDES Barbeita	Viseu	28.05.2023
12,27	Inic.	Lara Mendes	09	CARDES Barbeita	Viseu	06.05.2023
11,82	Inic.	Lara Mendes	09	CARDES Barbeita	Viseu	09.06.2023
11,42	Inic.	Lara Mendes	09	CARDES Barbeita	Lagoa	20.05.2023
10,48	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	23.04.2023

martelo 4 kg

24,34	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	28.05.2023
-------	------	---------------	----	-----------------	-------	------------

peso 2 kg

7,99	Inf.	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Viseu	09.12.2023
7,56	Inf.	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
7,65	Inf.	Maria Cunha	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	23.04.2023
7,08	Inf.	Maria Cunha	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	11.03.2023
6,91	Inf.	Maria Cunha	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	25.02.2023
6,82	Inf.	Matilde Amaro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	11.03.2023
6,16	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	25.02.2023
5,39	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	11.03.2023
5,01	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	23.04.2023
5,98	Inf.	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	11.03.2023
5,17	Inf.	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	25.02.2023
5,80	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	09.12.2023
5,03	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	11.03.2023
4,74	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	25.02.2023
5,35	Inf.	Vitória Brito	10	GD Ribeirinhos	Viseu	25.02.2023
5,28	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	11.03.2023

peso 3 kg

9,04	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	28.05.2023
8,56 pc	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Pombal	18.03.2023
8,49	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Pombal	30.04.2023
8,28	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	25.02.2023
7,85	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
8,87	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Pombal	29.04.2023
8,84	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	09.12.2023
8,53 pc	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Pombal	18.03.2023
8,51	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Lagoa	21.05.2023
8,13	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	25.02.2023
8,02	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
7,87	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	23.04.2023
7,45	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	25.02.2023
7,50	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Lagoa	21.05.2023

7,41	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Vagos	01.07.2023
7,32	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	09.12.2023
6,84	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
6,17	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	23.04.2023
5,80	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	09.12.2023
5,97	Inf.	Maria Cunha	10	Dínamo Clube Estação	Vagos	01.07.2023
5,89	Juv.	Barbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	25.02.2023
5,54	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	11.03.2023
5,84	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	23.04.2023
5,79 pc	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Pombal	18.03.2023
5,17	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	25.02.2023
5,65	Inic.	Lara Mendes	09	CARDES Barbeita	Viseu	09.12.2023
5,30	Inic.	Lara Mendes	09	CARDES Barbeita	Viseu	23.04.2023
5,27	Inic.	Lara Mendes	09	CARDES Barbeita	Viseu	28.05.2023
5,33	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	25.02.2023
5,03	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	09.12.2023
5,02	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	23.04.2023
4,45	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	25.02.2023
4,20	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	12.03.2023

peso 4 kg

8,06	Sen.	Inês Almeida	00	Sport Viseu Benfica	Viseu	28.01.2023
7,38	Sen.	Inês Almeida	00	Sport Viseu Benfica	Viseu	08.06.2023
7,90	Sub23	Carolina Figueiredo	02	Sport Viseu Benfica	Viseu	28.01.2023
6,35	Sub23	Ana Rita Mano	02	CARDES Barbeita	Viseu	28.01.2023
6,24	Sen.	Martina Gomes	88	Sport Viseu Benfica	Viseu	08.06.2023
6,22	Sen.	Martina Gomes	88	Sport Viseu Benfica	Viseu	28.01.2023
5,28	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	28.05.2023

triatio (infantis – peso 2 kg / 60 m bar. (0.76) / comprimento)

851	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	25.02.2023
674	Inf.	Maria Cunha	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	25.02.2023
557	Inf.	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	25.02.2023
457	Inf.	Vitória Brito	10	GD Ribeirinhos	Viseu	25.02.2023
378	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	25.02.2023

triatio (iniciados – comprimento / 60 m bar. (0.76) / peso 3 kg)

1.549 pc	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Pombal	18.03.2023
1.486	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	25.02.2023
487	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	25.02.2023

triatio (juvenis – 60 m bar. (0.76) / altura / peso 3 kg)

1.276 pc	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Pombal	18.03.2023
1.194	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	25.02.2023
541	Juv.	Matilde Couto	07	CARDES Barbeita	Viseu	25.02.2023

triatio opcional (juvenis – 60 m / peso 3 kg / comprimento)

1.367	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Viseu	25.02.2023
1.360	Juv.	Marta Machado	07	GD Ribeirinhos	Pombal	18.03.2023
1.062	Juv.	Barbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	25.02.2023
654	Juv.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	25.02.2023

tetratio (infantis – 60 m / comprimento / peso 2 kg / 800 m)

1.544	Inf.	Maria Sousa	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	11.03.2023
1.393	Inf.	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
1.246	Inf.	Matilde Amaro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	11.03.2023
1.180	Inf.	Maria Cunha	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	11.03.2023
931	Inf.	Ana Sofia Carrilho	11	GD Ribeirinhos	Viseu	11.03.2023
844	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dínamo Clube Estação	Viseu	11.03.2023
769	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	11.03.2023

tetratio 1 (iniciados – 80 m bar. (0.76) / altura / peso 3 kg / 800 m)

1.792	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
972	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
515	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	11.03.2023

tetratlo 2 (iniciados – 80 m / comprimento / peso 3 kg / 800 m)

1.746	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
1.141	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
731	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	11.03.2023

tetratlo (juvenis – comprimento / 100 m bar. (0.74) / peso 3 kg / 800 m)

1.390	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	11.03.2023
1.155	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	11.03.2023

pentatlo (60 m / peso 2 kg / 60 m bar. (0.76) / comprimento / 1.000 m)

1.851	Inf.	Maria Sousa	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	11-12.03.2023
1.144	Inf.	Ana Sofia Carrilho	10	GD Ribeirinhos	Viseu	11-12.03.2023
1.599	Inf.	Maria Inês Pinho	10	Associação Grão Vasco	Viseu	11-12.03.2023
1.335	Inf.	Maria Cunha	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	11-12.03.2023
1.392	Inf.	Matilde Amaro	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	11-12.03.2023
769	Inf.	Mariana Vicente	10	CARDES Barbeita	Viseu	11-12.03.2023
910	Inf.	Carolina Monteiro	10	Dinamo Clube Estação	Viseu	11-12.03.2023

heptatlo (80 m bar. (0.76) / dardo 500 grs. / altura / 80 m / comprimento / peso 3 kg / 800 m)

3.388	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Pombal	29-30.04.2023
3.153	Inic.	Carolina Fernandes	08	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
1.777	Inic.	Inês Marques	08	Associação Grão Vasco	Viseu	12.03.2023
1.130	Inic.	Carolina Costa	09	CARDES Barbeita	Viseu	12.03.2023

heptatlo (100 m bar. (0.76) / altura / peso 3 kg / 200 m / comprimento / dardo 500 grs. / 800 m)

2.374	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Pombal	29-30.04.2023
2.200	Juv.	Maria Manuel Brito	07	Associação Grão Vasco	Viseu	11-12.03.2023
1.084	Juv.	Bárbara Pais	06	GD Ribeirinhos	Viseu	11-12.03.2023

4 x 80 metros mista

43.34	Inic.	Rodrigo Sá	08	Associação Grão Vasco	Viseu	08.07.2023
		André Jin	08			
		Inês Marques	08			
		Carolina Fernandes	08			
48.34	Inic.	Santiago Ferreira	14	AD Tartarugas e Lebres	Viseu	08.07.2023
		Joana Ferreira	09			
		Simão Nunes	09			
		Mara Queiroz	09			

estafeta medley mista (100 m fem. + 200 m masc. + 300 m fem. + 400 m masc.)

2.19.87	Juv.	Sofia Amaral	07	AGV Associação de Atletismo de Viseu	Lagoa	21.05.2023
		Xavier Tavares	07	GDR		
		Marta Machado	07	GDR		
		Pedro Lemos	07	GDR		
2.22.36	Sen.	Sofia Amaral	07	Associação Grão Vasco	Viseu	08.07.2023
		Simão Duarte	07			
		Natacha Fonseca	00			
		Francisco Castro	03			
2.22.48	Sub23	Matilde Simões	05	Sport Viseu Benfica	Viseu	08.07.2023
		André Santos	07			
		Carolina Figueiredo	02			
		Ricardo Figueiredo	01			
2.55.85	Sen.	Valentina Eccel	00	Viriathvs Runners Viseu	Viseu	08.07.2023
		José Martins	69			
		Tânia Pinto	87			
		Paulo Costa	68			

31.dezembro.2023