

RANKING 94 JUVENIS MASCULINOS

100 METROS

10.8m	Tiago Ganço	77	SCP
10.8m	Manuel Araújo	77	SCBa
11.11	Nuno Guerra	77	SNAC
11.17	Mário Barbosa	77	CAB
11.26	Duarte Bettencourt	77	ACM-A
11.1m	José Gomes	77	SCP
11.1m	Diogo Cruz	77	SLB
11.34	Vitor Vasconcelos	78	FCM
11.37	Nuno Amaro	77	ESOH
11.42	Luis Serra	77	GCB

Vento: > + 2,00 m/s

10.5	Manuel Araújo	77	SCBa
11.05	Mário Barbosa	77	CAB
11.12	Nuno Amaro	77	ESOH
11.15	Telmo Rente	77	FCM
11.23	Sérgio Azevedo	77	GDAS
11.24	Ricardo Santos	78	BA
11.0	Nuno Penha	77	CLAMO
11.27	Ricardo Magalhães	78	CFM
11.34	Pedro Soares	78	BA
11.1m	Bruno Gancho	77	SLB
11.34	Pedro Duarte	78	BFC

200 METROS

22.79	Telmo Rente	77	FCM
22.6m	Tiago Ganço	77	SCP
22.84	Nuno Guerra	77	SNAC
22.6m	Manuel Araújo	77	SCBa
22.90	Mário Barbosa	77	CAB
22.91	Nuno Amaro	77	ESOH
22.8m	Duarte Bettencourt	77	ACM-A
23.08	Joel Ferreira	77	ACDM
23.09	Sérgio Azevedo	77	GDAS
23.09	Sandro Tomé	77	MCA

Vento: > + 2,00 m/s

22.63	Mário Barbosa	77	CAB
23.07	Sérgio Azevedo	77	GDAS

400 METROS

50.61	Joel Ferreira	77	ACDM
50.94	Sérgio Azevedo	77	GDAS
50.9m	Pedro Antunes	77	SCP
51.32	Carlos Pinto	77	AAMf
51.2m	Pedro Vicente	77	GCS
51.2m	Duarte Bettencourt	77	ACM-A
51.53	Nuno Romão	77	2001
51.66	Paulo Gaspar	77	CABB
52.1m	Nuno Lourenço	77	SVB
52.28	Casimiro Gomes	77	BA
52.28	Rui Nobre	77	CDCP

800 METROS

1.53.67	Rui Silva	77	EO
1.55.32	Paulo Gaspar	77	CABB
1.55.33	Nuno Romão	77	2001
1.57.80	Marco Gonçalves	78	SLB
1.57.89	João Dinis	77	GCB
1.57.90	Casimiro Gomes	77	BA
1.58.27	Hugo Marinho	78	CAB
1.58.39	Pedro Antunes	77	SCP
1.58.45	Jorge Santos	77	CAL
1.59.02	Ricardo Esteves	77	CCSJM

1500 METROS

3.50.9m	Rui Silva	77	EO
3.59.6m	Paulo Canhoto	77	E
3.59.7m	Hugo Fraga	77	JOMA
3.59.7m	Bruno Marinho	77	CAB
4.01.8m	João Dinis	77	GCB
4.04.5m	Manuel Damião	78	BaFC
4.05.91	Ricardo Ribas	77	GCB
4.06.88	Ricardo Esteves	77	CCSJM
4.06.9m	Nuno Pereira	78	JV
4.08.23	Nuno Romão	77	2001

3000 METROS

8.30.75	Rui Silva	77	EO
8.39.41	Hugo Marinho	77	CAB
8.47.41	Bruno Fraga	77	JOMA
8.54.62	Manuel Damião	78	BaFC
8.55.24	Nelson Magalhães	77	UDV
8.57.67	José Mendes	77	ART
8.58.14	Ricardo Ribas	77	GCB
8.59.75	Nuno Pereira	78	JV
9.03.43	Luis Ferreira	77	GDR
9.04.29	José Fonseca	77	MCMo

1500 M OBSTÁCULOS

4.16.6m	João Dinis	77	GCB
4.26.7m	Joel Freitas	78	CAR
4.32.29	Marco Gonçalves	78	SLB
4.34.45	Juan Oliveira	78	GRECAS
4.34.6m	Reginaldo Cruz	77	CABB
4.36.2m	Luis Ferreira	77	GDR
4.37.8m	José Guimarães	78	CAR
4.38.1m	Nuno Pereira	78	JV
4.38.9m	Igor Moreira	77	LCM
4.39.54	Paulo Silva	78	CPMU

110 M BARREIRAS (0,91)

14.74	Rui Palma	78	MMSC
14.86	João Pinheiro	77	SLB
14.90	Nuno Guerra	77	SNAC
15.06	Tiago Custódio	77	MMSC
15.39	Carlos Pereira	78	C+SMC
15.43	Pedro Duarte	77	BFC
15.61	Rui Nobre	77	CDCP
15.5m	Nuno Penha	77	CLAMO
15.77	Mário Barbosa	77	CAB
15.6m	Luis Santos	77	SCP

400 M BARREIRAS

55.48	Tiago Custódio	77	MMSC
56.64	Rui Nobre	77	CDCP
57.01	João Pinheiro	77	SLB
57.18	João Dinis	77	GCB
57.5m	Pedro Vicente	77	GCS
57.76	Carlos Pinto	77	AAMf
58.04	Pedro Duarte	78	BFC
58.10	João Abecassis	77	FCM
58.16	Armando Fagundes	77	SCV
58.6m	Bruno Guerreiro	77	VFC

ALTURA

1.97	Sandro Ambrosio	77	MCA
1.95	Pedro Veloso	77	GDAS
1.90pc	Paulo Massinga	78	CAT
1.90	Rui F. Sousa	77	CSM
1.88	Duarte Bettencourt	77	ACM-A
1.87pc	Marco Fadista	78	EFC
1.87	Gabor Biedermann (A)	79	CIPA
1.85	João Paulo Dias	77	CAF-V
1.83pc	Pedro Pedros	78	OFC
1.83	Luis Simões	77	CFM

VARA

4.10	Hugo Serra	77	SLB
3.55	Gabor Biedermann (A)	79	CIPA
3.45	Filipe Ramos	78	MCA
3.20	Paulo Jardim	77	CAM
3.10	Luis Santos	77	SCP
3.00	Paulo Albano	78	CDOM
2.70	Paulo Pires	78	BA
2.60	Joel Costa	79	ESJD
2.50	Ivo Cardoso	80	ACRSDD
2.45	Hugo Passos	79	CFB

COMPRIMENTO

6.99	Rui Pintado	77	SLB
6.97	Duarte Bettencourt	77	ACM-A
6.80	Diogo Cruz	77	SLB
6.79	Francisco Marques	78	SLB
6.69	Luis Caetano	77	GDD
6.62	Telmo Rente	77	FCM
6.55	Ricardo Magalhães	78	CFM
6.49	Nuno Penha	77	CLAMO
6.48	Rui Palma	78	MMSC
6.46	Paulo Jardim	77	CAM

Vento: > + 2,00 m/s

6.82	Francisco Marques	78	SLB
6.75	João Paulo Basto	77	BFC
6.54	Hildeberto Almeida	78	OFC

Marcas duvidosas sem anemómetro:

6.56	Alexandre Chanal	77	VFC
------	------------------	----	-----

TRIPLO

14.03	Diogo Cruz	77	SLB
13.92	Carlos Dinis	77	JV
13.73	Luis Simões	77	MCA
13.62	Telmo Rente	77	FCM
13.58	Duarte Bettencourt	77	ACM-A
13.44	Alexandre Chanal	77	VFC
13.41	Ricardo Correia	78	CDSM
13.40	Rui Pintado	77	SLB
13.31	Paulo Jardim	77	CAM
13.30	Hildeberto Almeida	78	OFC

Vento: > + 2,00 m/s

14.09	Paulo Massinga	78	CAT
-------	----------------	----	-----

PESO (5)

16.67	Carlos Dinis	77	JV
15.23	Nuno Coelho	77	QFC
13.89	Luis Gavina	77	CRCDL
13.38 (a)	Renato Gomes	76	GDC
13.30	Carlos Pereira	78	C+SMC
13.19	Hugo Ramos	77	NDCG
13.13 (a)	Tiago Palma	76	GCS
13.01	Fernando Gomes	78	UDV
12.90	Pedro Montiz	77	CAT
12.64	Nuno Penha	77	CLAMO

DISCO (1,5)

47.58	Nuno Coelho	77	QFC
46.00 (a)	Tiago Palma	76	GCS
45.24	Carlos Dinis	77	JV
45.24	Luis Gavina	77	CRCDL
41.60	Hugo Ramos	77	NDCG
40.80	Juan Rosete	79	CC
39.60	Fernando Gomes	78	UDV
38.94	Filipe Ventura	78	SLB
37.48	Carlos Nunes	78	(Fr.)
36.64	Nuno Veiga	79	SCB

MARTELO (5)

61.18	Nuno Coelho	77	QFC
55.50	Carlos Nunes	78	(Fr.)
53.42 (a)	Tiago Palma	76	GCS
46.60	Gonçalo Gonçalves	77	JV
44.40	Carlos Dinis	77	JV
42.22	Luis Gavina	77	CRCDL
40.00	Nelson Cruz	77	JV
38.78	Rui Soares	78	CDOM
38.00	João Fernandes	78	SLB
37.48	Sérgio Ribeiro	77	NAC

DARDO (0,6)

58.90	Nuno Penha	77	CLAMO
57.76	José Faustino	77	SCBa
56.78	José Guedes	77	CNRM
55.26	Filipe Ventura	78	SLB
53.60	Paulo Jardim	77	CAM
52.08	Manuel Araújo	77	SCBa
51.46	Sérgio Correia	77	GDO
50.48	Manuel Oliveira	79	SLB
49.76	Elias Leal	77	VFC
48.22	Gonçalo Pacheco	78	SUOV

HEPTATLO

4614	Nuno Penha	77	CLAMO
4396	Duarte Bettencourt	77	ACM-A
4180	Manuel Araújo	77	SCBa
4138	Rui Palma	78	MMSC

3997	Paulo Jardim	77	CAM
3961	Paulo Massinga	78	CAT
3893	Marcelo Freitas	77	CAM
3850	Pedro Vicente	77	GCS
3846	João Paulo Dias	77	CAF-V
3806	Sérgio Azevedo	77	GDAS

Vento: > + 4,00 m/s

4273	Pedro Veloso	77	GDAS
4191	Carlos Dinis	77	JV
4115	Mário Barbosa	77	CAB
4065	Pedro Soares	78	BA
3991	Paulo Pires	78	BA
3953	Rui Carrudo	77	MMSC
3859	Telmo Renfe	77	FCM

5000 M MARCHA

21.33.71	Pedro Verissimo	77	CNRM
23.10.19	Luis Correia	78	CUAB
24.06.05	Carlos Oliveira	78	ACRSDD
24.44.67	Nelson Gonçalves	77	ACA
24.47.22	Marco Vaz	77	SNAC
24.49.6m	Ricardo Encarnação	78	Ferr.
25.03.49	Bruno Silva	79	ACA
25.07.3m	Claudio Pires	78	CVT
25.16.15	Vasco Guedes	77	CNRM
25.21.80	Rudolfo Silva	78	ACA

4X100 METROS

43.94	S. L. Benfica	
44.10	Sporting C. P.	
44.21	Seleção Nacional Escolar	
44.33	Seleção de Braga	
44.50	Seleção de Setúbal	
44.70	Seleção de Aveiro	
44.93	Bairro Anjos	
45.08	C. A. Braga	
45.13	Seleção de Leiria	
45.22	Maratona C. Algarve	

4X400 METROS

3.28.2m	Seleção de Lisboa
3.32.3m	Seleção de Setúbal
3.32.69	A. A. Mafra
3.33.44	Sporting C. P.
3.37.76	Maratona C. Algarve
3.38.38	Odivelas F. C.
3.38.92	S. C. Vianense
3.39.13	Estrela Ouriquense
3.39.4m	Seleção de Santarém
3.40.0m	Seleção de Faro

(a) - marca obtida em Nov/Dez 93 (atleta junior a partir de 1994)

(A) - atleta alemão

RECORDES NACIONAIS DE JUVENIS

100 m	Luis Barroso (Z. Azul)	10.52	Lisboa-N	23-7-83
200 m	Luis Barroso (Z. Azul)	21.17	Lisboa-N	4-7-83
400 m	José Mendes (CDUP)	48.63	Lisboa-N	12-8-89
	Vitor Jorge (Proença-a-Nova)	48.63	Maia	27-7-91
800 m	Humberto Sequeira (Sporting)	1.51.6	Lisboa-N	7-8-77
1500 m	Paulo Esteveira (Belenenses)	3.48.42	Maia	8-7-87
3000 m	Germano Neves (Benfica)	8.16.0	Maia	12-6-88
110 b(91)	Pedro Rodrigues (Benfica)	14.52	Barcelona	6-7-88
400 b(84)	Carlos Silva (Benfica)	53.51 (a)	Lisboa-N	8-6-91
1500 ob	Paulo Esteveira (Belenenses)	4.12.69	Lisboa-N	20-6-87
Altura	Mário Anibal (Chamusquense)	2.08	Maia	23-7-89
Vara	João Rodrigues (Benfica)	4.55	Lisboa-L	8-8-79
Comprim.	Rui Barros (Sporting)	7.24	Lisboa-N	25-5-91
Tripla	Mário Anibal (Chamusquense)	14.77	Badajoz	10-6-89
Peso (5)	Luis Reis (Benfica)	17.02	Lisboa-A	8-5-66
Disco(1,5)	Fernando Alves (F.C.Porto)	51.16	Porto	19-5-84
Martelo(5)	Vitor Costa (Querqueville)	71.70	Tourlaville	29-9-91
Dardo (6)	António C. Joaquim (Colmar)	63.80 (b)	Besançon	10-10-92
4x100 m	Seleção Nacional	43.01	Bruxelas	19-7-91
	(Vitor Jorge-Fernando Tavares-Carlos Silva-Paulo Neves)			

RANKING 94 • JUVENIS FEMININOS

100 METROS

12,05	Patricia Rebelo	77 CA Lagoa
12,54	Severina Cravid (ST)	78 GD Cavadas
12,55	Marta Godinho	80 GD Ninjas
12,57	Maren Maischein (Al)	77 Belenenses
12,73	Claudia Teixeira	77 CA Centro
12,78	Ligia Avelar	82 Benfica
12,6m	Sara Menitra	77 Benfica
12,6m	Sandra Martins	77 Benfica
12,85	Ana M. Fernandes	77 SC Braga
12,88	Luisa Peixoto	78 SC Braga

Com vento favorável > 2,00 m/s

11,98	Patricia Rebelo	77 CA Lagoa
12,2m	Ligia Avelar	82 Benfica
12,3m	Maren Maischein	77 Belenenses
12,62	Inês Allen	78 Individual
12,72	Luisa Peixoto	78 SC Braga
12,77	Ana M. Fernandes	77 SC Braga
12,83	Isabel Coelho	77 Boavista
12,83	Sandra Martins	77 Benfica

Marcas duvidosas sem anemómetro:

12,2m	Ligia Avelar	82 Benfica
-------	--------------	------------

200 METROS

24,8m	Patricia Rebelo	77 CA Lagoa
26,22	Severina Cravid (ST)	78 GD Cavadas
26,23	Ana Costa	77 O.Moscav.
26,26	Claudia Teixeira	77 CA Centro
26,1m	Sara Menitra	77 Belenenses
26,35	Maren Maischein(Al)	77 Belenenses
26,3m	Celeste Rodrigues	77 Sporting
26,72	Sandra Martins	77 Benfica
26,84	Luisa Peixoto	78 SC Braga
26,97	Natércia Branco	78 Varzim

Com vento favorável > 2,00 m/s

26,19	Inês Allen	78 Individual
26,1m	Celeste Rodrigues	77 Sporting

400 METROS

57,26	Ana Costa	77 O.Moscav.
58,32	Celeste Rodrigues	77 Sporting
59,55	Teresa Marinho	77 Tribuna GD
59,75	Catarina Rafael	77 Bairro Anjos
60,00	Carla Fernandes	78 GC Sul
60,3m	Severina Cravid	78 GDCavadas
60,72	Dulcinea Carloto	77 Sporting
60,78	Natércia Branco	78 Varzim
60,86	Susana Silva	78 ADREP
61,00	Cristina Costa	78 S. Brás

800 METROS

2,10,93	Celeste Rodrigues	77 Sporting
2,13,81	Teresa Marinho	77 Tribuna GD
2,15,89	Susana Silva	78 ADREP
2,16,72	Leonor Carneiro	78 CA Braga
2,18,39	Silvia Brás	79 Zona Alta
2,18,50	Sofia Manuela	78 Amaranate
2,18,8m	Maria Simão	79 C V Tavira
2,20,24	Elisabete Pires	78 Quarteira SC
2,20,42	Carla Martins	79 Mar. Montijo
2,20,8m	Cristina Costa	78 S. Brás

1.500 METROS

4,36,66	Leonor Carneiro	78 CA Braga
4,39,01	Celeste Rodrigues	77 Sporting
4,41,53	Silvia Brás	79 Zona Alta
4,42,55	Susana Silva	78 ADREP
4,42,57	Teresa Marinho	77 Tribuna GD
4,42,9m	Maria Simão	79 C V Tavira
4,43,7m	Mónica Rosa	78 AA Mafra
4,46,48	Helena Custódio	78 Bairro Anjos
4,47,77	Sofia Manuela	77 Amaranate
4,50,04	Isabel Gouveia	78 CA Madeira

100 M BARREIRAS (0,76)

14,9m	Sónia Carvalho	77 Sporting
15,48	Ana Ferreira	78 MMI Nazaré
15,92	Sandra Camacho	79 CA Madeira
15,94	Isabel Coelho	77 Boavista
16,13	Sara Borges	78 Sporting
16,0m	Ana Costa	77 O.Moscav.

16,27	Teresa Romão	79 Grandolense
16,34	Carla Nascimento	78 Mangualde
16,41	Alda Domingos	77 Vilamoura
16,4m	Cristina Falé	77 Banheirense

Com vento favorável > 2,00 m/s

16,17	Alda Domingos	77 Vilamoura
-------	---------------	--------------

400 M BARREIRAS

62,35	Ana Costa	77 O.Moscav.
65,43	Catarina Rafael	77 Bairro Anjos
67,03	Susana Mota	78 SC Braga
67,3m	Dulcinea Carloto	77 Sporting
67,6m	Sandra Camacho	79 CA Madeira
67,84	Salomé Rodrigues	78 Lourocoop
68,19	Ana Pacheco	80 SC Braga
68,44	Vera Cavaco	78 Vilamoura
68,5m	Alda Domingos	77 Vilamoura
68,93	Helena Custódio	77 Bairro Anjos

ALTURA

1,65	Carla Santos	77 Lourocoop
1,64	Sara Borges	78 Sporting
1,62	Catarina Rafael	77 Bairro Anjos
1,60pc	Claudia Carvalhido	79 Sp.Vianense
1,60 pc	Vera Cavaco	78 Vilamoura
1,60	Cristina Falé	77 Banheirense
1,60	Helena Fontes	77 ACM-AH
1,60	Sónia Carvalho	77 Sporting
1,59	Sandra Matias	79 Drizes
1,58	Susana Goulart	80 Ilha Azul

VARA

2,05	Célia Lopes	77 Campismo
2,05	Carla Albano	79 O.Moscav.

COMPRIMENTO

5,55	Cristina Falé	77 Banheirense
5,40	Tânia Pinho	78 Quimigal
5,39	Catarina Rafael	77 Bairro Anjos
5,37	Marta Godinho	80 GD Ninjas
5,34	Ana Fernandes	77 CIPA
5,32	Ana M. Fernandes	77 SC Braga
5,29	Patricia Rebelo	77 CA Lagoa
5,29	Sónia Pereira	78 Benfica
5,28	Luisa Peixoto	79 SC Braga
5,21	Alda Domingos	77 Vilamoura

Marca duvidosa:

5,26	Claudia Gonçalves	79 S.Brás
------	-------------------	-----------

Com vento favorável > 2,00 m/s

5,64	Cristina Falé	77 Banheirense
5,34	Sónia Pereira	78 Benfica

TRIPLO

12,16	Ana Fernandes	77 CIPA
11,26	Cristina Falé	77 Banheirense
11,11	Luisa Santos	79 Boavista
10,77	Isabel Coelho	77 Boavista
10,73	Lúcia Fernandes	78 CA Madeira
10,73	Sheila Lutfali	77 Sporting
10,60	Celeste Simões	77 Odivelas FC
10,50	Dora Godinho	77 Benfica
10,34	Helena Fontes	77 ACM-AH
10,30	Claudia Gameiro	80 Jvidigalense

Com vento favorável > 2,00 m/s

11,19	Luisa Santos	79 Boavista
10,92	Sheila Lutfali	77 Sporting
10,44	Helena Fontes	77 ACM-AH

PESO (3)

13,68	Marisa Pão Alvo	79 Rio Maior
13,49	Ana Alexandrina	77 SUO Vais
12,75	Helena Fontes	77 ACM-AH
12,37	Angélica Brites	78 Jvidigalense
12,17	Carla Rodrigues	77 Benfica
11,80	Ana Fernandes	77 CIPA
11,77	M. Ceu Mendonça	78 CFM-A
11,66	Sónia Carvalho	77 Sporting
11,64	Carla Teixeira	78 Varzim
11,59	Catarina Rafael	77 Bairro Anjos

DISCO (1)

38,10	Carla Rodrigues	77 Benfica
36,58	Cátia Santos	78 Jvidigalense
32,82	Angélica Brites	78 Jvidigalense
31,98	Ana Alexandrina	77 SUO Vais
31,76	M. Ceu Mendonça	78 Mar.-Aveiro
30,84	Solange Ferreira	78 CAP
30,28	Marta Carvalho	80 Constantim
29,42	Marisa Pão Alvo	79 Rio Maior
29,26	Laura Carvalho	78 Benfica
29,20	Enezeaide Gomes	79 CLAMO

DARDO (0,6)

40,44	Ana Inês	77 Rio Maior
38,58	Isabel Silvestre	78 CA Lagoa
36,84	Angélica Brites	78 Jvidigalense
35,20	Patricia Andrade	77 Benfica
34,70	Ana Ferreira	78 MMI Nazaré
34,42	Carla Santos	77 Lourocoop
34,42	Vera Oliveira	77 SC Braga
34,04	Catarina Rafael	77 Bairro Anjos
33,34	Helena Fontes	77 ACM-AH
32,98	Isabel Oliveira	77 Jvidigalense

HEXATLO

3971	Catarina Rafael	77 Bairro Anjos
3442	Helena Fontes	77 ACM-AH
3428	Isabel Silvestre	78 CA Lagoa
3339	Ana Fernandes	77 CIPA
3166	Cristina Falé	77 Banheirense
3157	Sónia Carvalho	77 Sporting
3037	Ana Ferreira	78 MMI Nazaré
2977	Salomé Rodrigues	78 Lourocoop
2898	Vera Oliveira	77 SC Braga
2873	Dina Pereira	77 ACM-AH

Com vento favorável > 4,00 m/s

3559	Ana Ferreira	78 MMI Nazaré
------	--------------	---------------

4.000 METROS MARCHA

18,53,39	Sandra Monteiro	77 Bairro Anjos
19,40,20	Inês Henriques	80 Rio Maior
20,02,80	Felicidade Rosa	79 Galinheiras
20,10,99	Sandra Oliveira	77 SC Braga
20,23,31	Carla Baptista	78 Rio Maior
20,27,79	Vanda Ribeiros	78 Mar.-Aveiro
20,43,64	Sandra Conceição	79 Individual
20,56,77	Susana Carvalho	77 Alfenense
21,06,2m	Salomé Rodrigues	78 Lourocoop
22,24,02	Leonor Freitas	78 Grandolense

4X100 METROS

50,38	Sel. Escolar
50,65	Sel. Setúbal
50,75	Sporting
50,96	Sel. Lisboa
51,22	SC Braga
51,57	Sel. Braga
52,36	Sel. Coimbra
52,60	Belenenses
52,73	Sel. Açores
52,6m	Odivelas FC

4X400 METROS

4,07,1m	Sel. Lisboa
4,12,1m	Sel. Setúbal
4,12,11	Oliv.Moscavide
4,13,48	SC Braga
4,15,77	CA Madeira
4,17,05	Sporting
4,19,32	Eq. Mista
4,21,20	Drizes
4,24,44	Odivelas FC
4,24,72	CN Rio Maior



Catarina Rafael sete vezes entre as dez primeiras

RECORDES NACIONAIS DE JUVENIS

100 m	Lucrécia Jardim (Benfica)	11,73	Barcelona	6-7-88
200 m	Lucrécia Jardim (Benfica)	24,05	Corunha	20-8-88
400 m	Isabel Silva (Clichy)	55,90	Dreux	8-7-90
800 m	Carla Sacramento (Benfica)	2,04,27	Lisboa-N	5-6-88
1500 m	Fernanda Ribeiro (F.C.Porto)	4,21,03	Lisboa-N	26-7-86
100 b (76)	Sandra Turpin (Benfica)	14,03 (*)	Lisboa-A	25-7-93
400 bar.	Alexandra Pina (Boavista)	61,16	Maia	23-7-89
Altura	Maria José Travessa (V. Setúbal)	1,78	Lisboa-N	15-7-90
Comprim.	Cristina Morujão (Estarreja)	6,07	Maia	20-7-90
Triplo	Ana Fernandes (CIPA)	12,16	Braga	21-5-94
Peso (3)	Sónia Grácio (Tocha)	15,57	Coimbra-U	18-5-91
Disco(1)	Teresa Machado (Galitos)	46,30	Lisboa-N	10-8-86
Dardo(6)	Cristina Sousa (Marítimo)	45,98	Lisboa-N	29-7-90
4x100 m	Seleção de Lisboa	48,38	Lisboa-A	20-6-92
	(Sandra Almeida-Clélia Moreira-Fernanda Batista-Lúcia Fátima)			
4x100 m	S.L. Benfica	48,4	Lisboa-N	7-7-79
(clubes)	(Luisa Coelho-Graça Pereira-Conceição Ferreira-M. João Lopes)			
4x400 m	Seleção Nacional	3,51,21	Lisboa-N	1-8-93
	(Ceu Nunes-Patricia Gancho-Celeste Rodrigues-Ana Costa)			
(clubes)	S.L. Benfica	3,58,45	Lisboa-N	12-7-87
	(M. José Valamatos-Sandra Piteira-Sónia Fernandes-M. João Valamatos)			
Hexatlo	Catarina Rafael (Bº Anjos)	3971	Lisboa-N	17-4-94
	(12,50-1,62-11,59-4,99-32,94-2,26,38)			
4 km m.	Sandra Monteiro (Bº Anjos)	18,53,39	Viscu	18-6-94

(*) - barreiras de 84 cm

BALANÇO 94 • INICIADOS MASCULINOS

80 Metros

9.35	Joel Costa	79	ES J.Dinis
9.37	Bruno Gancho	79	Benfica
9.54	David Marucho	79	Sofimo
9.65	Rui Macedo	79	Varzim
9.5	Tiago Coelho	79	CSS
9.80	Ricardo Saraiva	79	Drizes
9.6	Paulo Mendes	79	Gondufe
9.84	António Lourenço	79	Mir.Corvo
9.6	David Gouveia	79	N.Laranjeiro
9.6	Mário Santos	79	André Soares
9.6	Marco Pinto	79	Fátima

Vento favorável > 2 m/s

9.3	Rui Macedo	79	Varzim
9.64	António Lourenço	79	Mir.Corvo

300 Metros

38.2	Tiago Delgado	79	Odivelas
39.1	António Silva	79	GC Sul
39.42*	Bruno Manadas	78	1º Janeiro
39.4	David Gouveia	79	N.Laranjeiro
39.76	Ringo Azevedo	79	Amarense
39.6*	Ricardo Prates	79	Pinheiro
39.7	André Silva	79	Quinta Lomba
39.8*	Nuno Garcia	78	Gouveia
40.27	Miguel Barros	79	SC Viana
40.4pc	Diogo Cardoso	79	Liberdade FC

800 Metros

1.59.13	Hernani Vaz	79	CS Gondar
2.00.50	Miguel Freitas	79	Ases Sintra
2.01.45	Fernando Márcio	79	Paredes
2.03.89	Miguel Barros	79	SC Viana
2.04.4	Tiago Delgado	79	Odivelas
2.05.0	Edgar Pisco	80	Quinta Lomba
2.05.72	Filipe Pedro	80	Palhaça
2.06.3	Márcio Santos	79	Torreense
2.06.53	João Pires	79	Sanhoane
2.06.7	Pedro Turbal	79	Cavadas

1500 Metros

4.09.9	Fernando Márcio	79	Paredes
4.10.7	Miguel Freitas	79	Ases Sintra
4.16.9	Filipe Pedro	80	Palhaça
4.18.2	Hernani Vaz	79	Gondar
4.19.65	Pedro Teixeira	79	ACD Ilhavo
4.23.06	Miguel Barros	79	SC Viana
4.23.12pc	Francisco Peixoto	79	CA Recreio
4.23.7	João Varela	79	Mesquita
4.24.2	Edgar Pisco	80	Qta. Lomba
4.24.69	Pedro Rodrigues	79	Sporting

100 Metros Barreiras

13.6	Bruno Gancho	79	Benfica
14.0	Marco Carreira	79	Fátima
14.91	José Rodrigues	79	André Soares
15.07	Ivo Cardoso	80	S.Desterro
15.21	Filipe Ferreira	79	MMI Nazare
15.0	Joel Costa	79	ESJ Dinis
15.0	Sérgio Duro	80	Vit. Setúbal
15.4	Telmo Almeida	79	Quintajense
15.4	David Gouveia	79	N.Laranjeiro
15.4	Miguel Carvalho	79	SF Amadora

Vento favorável > 2 m/s

13.84	Marco Carreira	79	Fátima
14.61	José Rodrigues	79	André Soares
15.03	Ricardo Monteiro	80	Boavista
15.53	Telmo Almeida	79	Quintajense
15.56	Vitor Malaquias	80	ADC Ilhavo

300 Metros Barreiras

41.72	Ruben Vareiro	79	Varzim
42.2	Miguel Rodrigues	80	Quimigal
42.97	António Silva	79	GC Sul
43.1	Bruno Gancho	79	Benfica
43.2	David Gouveia	79	N.Laranjeiro
43.37	Emiliano Ventura	79	M.Ramires
43.5	Moisés Teixeira	79	N.Laranjeiro
43.85	Ricardo Prates	79	Pinheiro
43.7	Pedro Rodrigues	79	Sporting
44.09	Paulo Palhinha	80	1º janeiro

Altura

1.90pc*	Paulo Massinga	78	CA Terceira
1.87	Gabor Biedermann (AI)	79	CIPA
1.78pc	Joel Costa	79	ESJ.Dinis
1.78	Helder Amorim	79	ED Viana
1.75	Márcio Lima	79	Individual
1.72	Sérgio Duro	80	Vit. Setúbal
1.71	Vasco Quintãos	79	André Soares
1.71	Pedro Pinto	79	SF Amadora
1.69*	Paulo Pires	78	B.Anjos
1.69pc	Paulo Fadista	79	Estrela FC

Vara

3.55	Gabor Biedermann (AI)	79	CIPA
3.20*	Filipe Lara Ramos	78	Maratona Alg.
2.60	Joel Costa	79	ESJ Dinis
2.50	Ivo Cardoso	80	S.Desterro
2.50	Carlos Nunes	80	ESN Alvares
2.45	Hugo Passos	79	Belenenses

Comprimento

6.44	Gabor Biedermann (AI)	79	CIPA
6.13*	Marco Sousa	78	CA Lagoa
6.02	Pedro Pateiro	79	Banheirense
5.94	Emiliano Ventura	79	M.Ramires
5.93	Bruno Gancho	79	Benfica
5.87*	Vitor Viveiros	78	CA Lagoa
5.86	Ruben Vareiro	79	Varzim
5.82	Nuno Santos	79	Mem-Martins
5.81	Helder Amorim	79	ED Viana
5.80	João Begonha	80	Boavista

Triplo

12.48	Sérgio Leite	80	Carnaxide
12.26	Miguel Rodrigues	80	Quimigal
12.04	Júlio Oliveira	79	UD Várzea
12.00	Helder Amorim	79	ED Viana
11.83pc	Joel Costa	79	ESJ Dinis
11.74	João Camacho	80	GD Estreito
11.71	Emiliano Ventura	79	M.Ramires
11.62	Miguel Carvalho	79	SF Amadora
11.58	Filipe Ferreira	79	MMI Nazare
11.52	Pedro Carvalho	80	Académica

Peso (4)

15.64pc	Juan Rosete	79	C.Calvão
15.03	Rui Osório	79	B.F.C.Branco
14.49	Nuno Veiga	79	SC Braga
13.93	Sérgio Gonçalves	79	SUO Viais
13.76	Pedro Lima	79	Quintajense
13.56	Ivo Cardoso	80	S.Desterro
13.28	Tony Nunes	80	(França)
13.09pc	Gabor Biedermann (AI)	79	CIPA
12.55	António Oliveira	79	B.Anjos
12.41	Raul Madeira	79	Quintajense

Disco (1)

54.34	Juan Rosete	79	C.Calvão
44.48	Fábio A. Pereira	80	Quintajense
44.48	Nuno Veiga	79	SC Braga
44.26	Francisco Dias	79	Benfica
43.00	Sérgio Gonçalves	79	SUO Viais
42.86	Pedro Lima	79	Quintajense
40.44	Ivo Cardoso	80	S.Desterro
40.06	Gabriel Potra	80	Maratona Mt
39.20	Tony Nunes	79	(França)
36.72	Nuno Antunes	79	Benfica

Martelo (4)

60.08	Tony Nunes	79	(França)
38.42	Fábio A. Pereira	80	Quintajense
38.20	Sérgio Gonçalves	79	SUO Viais
34.16	Raul Madeira	79	Quintajense

33.40	Pedro Lima	79	Quintajense
32.10	Juan Rosete	79	C.Calvão
29.74	José Oliveira	79	Luzense
28.86	Nuno Veiga	79	SC Braga
27.50	Miguel Rodrigues	80	Quimigal
26.08	Nuno Antunes	79	Benfica

Dardo (0,4)

55.62	Manuel Oliveira	79	Benfica
52.46	Juan Rosete	79	C.Calvão
45.76	João André	80	Aljustralense
44.14	Marco Melo	79	Individual
43.64*	Gonçalo Pacheco	78	SUO Viais
43.50	José Oliveira	79	Luzense
43.28	Rui Fernandes	70	Mouriminho
42.68	Ruben Vareiro	79	Varzim
42.32	Olívio Reis	79	CLAMO
41.98	Hugo Martins	79	Afife
41.98	Hugo Pinto	79	Lourocoop

Hexatlo

3373	Gabor Biedermann (AI)	79	CIPA
3326	Marco Carreira	79	Fátima
3245	Joel Costa	79	ESJ Dinis
2964	Pedro Teixeira	79	ACD Ilhavo
2952	Bruno Gancho	79	Benfica
2873	António Oliveira	79	B.Anjos
2824	Gilberto Andrade	79	Jardim Serra
2802	Miguel Barros	79	SC Viana
2777	João Pires	79	Sonhoane
2737	Sérgio Duro	80	Vit. Setúbal

4 Km Marcha

19.59.78	Bruno Silva	79	Alfenense
20.25.8	Acácio Diogo	80	B.Banheira
20.52.0	Getúlio Bica	79	Ferragudo
21.11.5	Hugo Bernardo	79	CN Rio Maior
21.18.2	Luis Bicho	79	Belenenses
21.43.6	Gonçalo Fonseca	79	Marat. Leiria
22.25.3	Livio Bernardo	79	B.Banheira
25.05.9	Marco Leão	80	CAB Seraf.
26.35.9	Ricardo Magro	80	GDC Válega
27.08.0	Nuno Barateiro	80	B.Anjos

4x80 Metros

37.1	Sel. Santarém
38.26	Sel. Braga
38.2	Sel. Setúbal
38.84	Sel. Lisboa
38.85	Sel. Porto
38.86	Sel. Coimbra
38.96	Sel. Açores
39.06	Sel. Leiria
38.9	Odivelas
39.22	Sel. Aveiro

BALANÇO 94 • INICIADOS FEMININOS

80 Metros

10.11	Marta Godinho	80	Ninjas
10.57	Sara Teixeira	79	Macau
10.4	Cristina Costa	79	M. Martins
10.71	Ana Pacheco	80	SC Braga
10.84	Catarina Leitão	80	André Soares
10.6	Sandra Ribeiro	79	Ribeirinhos
10.6	Silvia Gancho	79	GC Sul
10.89	Bárbara Baptista	79	CCD Ribeiro
10.93	Marisa Dantas	79	Lusitê
10.7	Luisa Santos	79	Boavista
10.7	Sandra Matias	79	Drizes
10.7	Vera Nunes	80	C. Privilégio
10.7	Enezeinaide Gomes	79	CLAMO

Vento favorável >2 m/s

10.3	Cristina Costa	79	M. Martins
10.54	Sara Teixeira	79	Macau
10.5	Luisa Santos	79	Boavista
10.78	Sandra Ribeiro	79	Ribeirinhos
10.80	Catarina Leitão	80	André Soares
10.6	Cristina Ribeiro	79	ABCD-Brandão
10.7	Teresa Romão	79	CD Grandolense

300 Metros

43.33	Ana Pacheco	80	SC Braga
43.62*	Severina Cravid	78	GD Cavadas
43.6	Marisa Godinho	80	Ninjas
44.14	Elisabete Santos	79	J. Castanheira
44.5	Aurea Matos	79	Quimigal
44.6	Cristina Costa	79	M. Martins
44.7*	Carla Fernandes	78	GC Sul
44.97	Susana Magalhães	80	SC Braga
44.8	Carla Marques	79	S. Brás
45.0	Andreia Rações	79	Ol. Moscav.

800 Metros

2.18.39	Silvia Brás	79	Zona Alta
2.18.8	Maria Simão	79	CV Tavira
2.20.42	Carla Martins	79	Maratona Mt.
2.22.88	Mariana Silva	80	S. Mesquita
2.23.08	Neide Vieira	79	CA Madeira
2.24.10	Belisa João	80	S. Brás
2.24.14	Susana Oliveira	79	Gondar
2.25.6	Avelina Brites	79	Individual
2.25.8	Sónia Freire	79	C. Privilégio
2.26.23	Sónia Mota	79	SC Braga

1500 Metros

4.41.53	Silvia Brás	79	Zona Alta
---------	-------------	----	-----------

4.42.9	Maria Simão	79	CV Tavira
4.51.4	Avelina Brites	79	Individual
4.51.46	Neide Vieira	79	CA Madeira
4.52.89	Mariana Silva	80	S. Mesquita
4.52.94	Sónia Mota	79	SC Braga
4.56.0	Filomena Jacinto	79	Gondomarense
4.56.0	Dulce Silva	79	ABCB-Brandão
4.56.9	Lina Silva	80	CA Moita
4.57.84	Madalena Carriço	79	Opt. 2001

80 Metros barreiras (0,76)

12.81	Marta Godinho	80	Ninjas
12.28	Sandra Camacho	79	CA Madeira
12.89	Ana Pacheco	80	SC Braga
12.70	Luisa Santos	79	Boavista
12.8	Patricia Vieira	79	Benfica
12.8	Cristina Costa	79	M. Martins
12.8	Teresa Romão	79	Grandolense
13.23	Susana Dias	80	Macau
13.4	Enezeinaide Gomes	79	CLAMO
13.69	Marisa Pereira	80	Individual
13.69	Ágata Correia	79	B. Anjos

300 Metros barreiras (0,76)

47.54	Sandra Camacho	79	CA Madeira
48.11	Ana Pacheco	80	SC Braga
48.7	Marta Godinho	80	Ninjas
48.90	Sandra Cruz	80	ARCO
49.7	Andreia Rações	79	Ol. Moscav.
49.8	Susana Magalhães	80	SC Braga
50.0	Ana Vieira	79	Sporting
50.16	Maria João Matos	80	Marinhense
50.30	Sandra Dias	80	Maratona Alg.
50.9	Sofia Rocha	80	Individual

Altura

1.60pc	Claudia Carvalho	79	SC Viana
1.59	Sandra Matias	79	Drizes
1.58	Susana Goulart	80	Ilha Azul
1.56pc	Ágata Correia	79	B. Anjos
1.53	Ivone Garcia	79	Ilha Azul
1.53	Enezeinaide Gomes	79	CLAMO
1.53	Claudia Gameiro	80	Vidigalense
1.52pc*	Januária Silva	79	CA Braga
1.48pc	Salomé Rodrigues	78	Lourocoope
1.48	Xénia Fontes	80	ESJ. Dinis

Vara

2.05	Carla Albano	79	Ol. Moscav.
------	--------------	----	-------------

Comprimento

5.37	Marta Godinho	80	Ninjas
5.28	Luisa Peixoto	79	SC Braga
5.15	Ligia Avelar Filipe	82	Benfica
5.12	Teresa Romão	79	Grandolense
4.92	Márcia Matias	80	Drizes
4.91	Sandra Cruz	80	ARCO
4.91	Luisa Santos	79	Boavista
4.90*	Isabel Silvestre	78	CA Lagoa
4.88	Sandra Matias	79	Drizes
4.88	Daniela Pinto	79	FC Maia

Vento favorável: > 2 m/s

5.20	Teresa Romão	79	Grandolense
------	--------------	----	-------------

Triplo

11.11	Luisa Santos	79	Boavista
10.30	Claudia Gameiro	80	J. Vidigalense
10.28	Susana Magalhães	80	SC Braga
10.19	Ana Lemos	80	1º Janeiro
10.04	Sandra Matias	79	Drizes
9.95	Januária Silva	79	CA Braga
9.82	Daniela Coelho	79	Amarante
9.76	Claudia Carvalho	79	SC Viana

Vento favorável: > 2 m/s

11.19	Luisa Santos	79	Boavista
-------	--------------	----	----------

Peso (3)

13.68	Marisa Pão Alvo	79	CN Rio Maior
11.44pc	Elsa Gonçalves	79	CA Braga
11.42pc*	Céu Mendonça	78	CF Maratona
11.40	Tatiana Pataco	79	V. Amoreira
11.27pc*	Angélica Brites	78	J. Vidigalense
11.05	Marta Godinho	80	Ninjas
10.92	Marta Carvalho	80	Constantim
10.74	Cristina Ferreira	79	CA Madeira
10.65*	Cátia Santos	78	J. Vidigalense
10.63	Sandra Fernandes	79	SUO Vais

Disco (1)

30.28	Marta Carvalho	80	Constantim
29.42	Marisa Pão Alvo	79	CN Rio Maior
29.20	Enezeinaide Gomes	79	CLAMO
28.20	Sandra Fernandes	79	SUO Vais
26.48	Claudia Maio	80	Varzim
26.46	Marisa Pereira	80	Individual
26.36	Ivone Garcia	79	Ilha Azul
25.80	Susana Goulart	80	Ilha Azul
25.58	Elsa Gonçalves	79	CA Braga
25.30	Tatiana Pataco	79	V. Amoreira

Dardo (0,4)

35.24	Sandra Fernandes	79	SUO Vais
32.10	Paula Freitas	80	CA Madeira
31.74	Tatiana Pataco	79	V. Amoreira
31.36	Mara Borges	79	CA Lagoa
30.36	Sandra Silva	80	NA Feijó
29.44*	Cristina Ferreira	79	CA Madeira
29.38	Marisa Pereira	80	Individual
28.40	Marisa Pão Alvo	79	CN Rio Maior
28.34	Claudia Carvalho	79	SC Viana
26.42	Ana Paiva	79	CSJ Madeira

Hexatlo

3904	Marta Godinho	80	Ninjas
3254	Sandra Matias	79	Drizes
3227	Sandra Camacho	79	CA Madeira
3176	Enezeinaide Gomes	79	CLAMO
3094	Cristina Costa	79	M. Martins
3077	Januária Silva	79	CA Braga
2976	Ana Lemos	80	1º Janeiro
2894	Elsa Gonçalves	79	CA Braga
2857	Ágata Correia	79	B. Anjos
2856	Rute Teixeira	80	ACD Ilhavo

3 Km Marcha

14.33.7	Inês Henriques	80	CN Rio Maior
14.54.5	Felicidade Rosa	79	Galinheiras
15.24.9	Sandra Conceição	79	Individual
16.58.9	Vera Victo	80	Ferragudo
17.10.4	Rute Parreira	79	Grandolense
17.17.7	Mónica Gomes	79	Allenense
17.18.7	Andreia B. Lopes	80	Mir. Corvo
17.29.8	Sandra Martins	80	CD Montijo
17.40.6	Susete Bica	80	Ferragudo
17.50.6	Paula Almeida	80	CN Rio Maior

4x80 Metros

41.96	Sel. Braga
42.0	Sel. Setúbal
42.26	Macau
43.1	Odivelas
43.38	Sel. Lisboa
43.58	Sel. Açores
43.74	Sel. Viana do Castelo
43.7	Olivais e Moscavide
44.20	Sel. Viseu
44.28	Sel. Leiria

*Marcas obtidas em Novembro e Dezembro de 1993 por atletas que em 1994 já foram juvenis.

RANKING 94 • INFANTIS MASCULINOS

60 METROS

8,00	João Sousa	81Merelim
8,06	Pedro Madeira	811°Dezembro
8,07	Nélio Pinheiro	81Fronteira
8,08	António Barreiros	81André Soares
7,9m	Paulo Magalhães	81Cidacos
8,14	Angelo Águas	81Boavista
7,9m	Ricardo Alves	81Ind
7,9m	José Carvalho	81Benfica

Com vento > 2 m/s

7,6m	Pedro Madeira	811°Dezembro
------	---------------	--------------

1.000 METROS

2.51,03	Luis Gil	81GD Chaves
2.51,06	João Nunes	81Ajax
2.52,88	Pedro Madeira	811°Dezembro
2.53,0m	Renato Silva	81Grecas
2.53,31	Paulo Magalhães	81Cidacos

60 METROS BARREIRAS

9,1m	pc António Barreiros	81André Soares
9,3m	José Carvalho	81Benfica
9,7m	Ricardo Alves	81Ind
9,7m	Gonçalo Chagas	81M Ramires
10,3m	Nélio Pinheiro	81AC Fronteira

Com vento > 2 m/s

9,8m	Ricardo Alves	81Ind
9,9m	Gonçalo Chagas	81M Ramires

ALTURA

1,52	Jorge Batista	81Benfica
1,50	João Mendes	81CA Terceira
1,48	Leonel Pereira	81C+S Paião
1,45	André Raposo	81AC Portalegre
1,45	Moisés Ferreira	81Zona Alta
1,45	Carlos Rolas	81C+S Paião

Marcas obtidas em finais de 1993:

1,63	pc Sérgio Duro	80Vit. Setúbal
1,58	pc Hugo Silva	80Amarese
1,51	Paulo Rego	80CA Lagoa
1,45	Libanio Massinga	80CA Terceira
1,45	Ivo Cardoso	80S Desterro
1,45	pc Paulo Medeiros	80CA Lagoa

COMPRIMENTO

5,41	Nélio Pinheiro	81Fronteira
5,34	António Barreiros	81André Soares
5,30	João Sousa	81Merelim
5,25	Luis Gil	81GD Chaves
5,19	Edgar Pereira	81Cardosas

Marcas obtidas em finais de 1993:

5,22	Telmo Almeida	80Quintajense
------	---------------	---------------

PESO (3)

11,60	pc António Barreiros	81André Soares
11,28	Filipe Henriques	81Serrana
11,10	Pedro Martins	81A. Gonçalves
10,86	Ricardo Peixoto	81MJ Merelim
10,74	Pedro Batista	81M Ramires

Marcas obtidas em finais de 1993:

12,19	pc Paulo Almeida	80J Vidigalense
12,00	Valter Tomé	80Quintajense

ARREMESSO DE BOLA

61,66	Ricardo Peixoto	81MJ Merelim
54,36	João Sousa	81MJ Merelim
54,06	Bruno Sousa	81Sanjoanense
53,02	Pedro Martins	81A. Gonçalves
52,48	Sérgio Coelho	81Quintajense

TETRATLO

1822	António Barreiros	81André Soares
1686	Luis Gil	81GD Chaves
1654	Paulo Magalhães	81Cidacos
1637	Pedro Madeira	811°Dezembro
1577	João Mendes	81CA Terceira

3.000 METROS MARCHA

16.28,0m	Duarte Melo	81CN Rio Maior
18.46,7m	Helder Reigota	81Grecas
20.02,7m	Paulo Ferreira	81CN Rio Maior
20.50,2m	Luis Miguel	81B° Serafina
21.08,8m	Luis Mimoso	81B° Serafina

4X60 METROS

31,7m	Sel. Lisboa
31,9m	Sel. Santarém
32,7m	Boavista
33,0m	Sel. Portalegre
33,38	Sel. Braga

RANKING 94 • INFANTIS FEMININOS

60 METROS

8,05	Lígia Avelar	82Benfica
8,1m	Vera Teixeira	81GD Chaves
8,3m	Cátia Santos	81Quimigal
8,4m	Renata Fernandes	81OI.Moscavide
8,4m	Magda Marques	82C+S Pataias
8,4m	Carla Martins	80J Vidigalense
8,4m	Sara Filho	81GD Pic-Nic

Com vento > 2 m/s

7,7m	Lígia Avelar	82Benfica
8,1m	Cátia Santos	81Quimigal
8,3m	Renata Fernandes	81OI.Moscavide
8,4m	Ana Rita	81Mozelense

Marcas obtidas em finais de 1993:

8,3m	pc Catarina Leitão	80André Soares
8,3m	Maria João Matos	80Marinhense
8,4m	pc Ana Pacheco	80SC Braga
8,4m	pc Isabel Rodrigues	80Jov. UN Ideal

1.000 METROS

3.03,2m	Renata Fernandes	81OI.Moscavide
3.07,5m	Marisa Martins	81CO Pechão
3.08,6m	Cátia Almeida	81Arcias S. João
3.09,0m	Ana Correia	81JD Cidade Sol
3.10,3m	Isabel Pacheco	81MC Montijo

60 METROS BARREIRAS

9,5m	Lígia Avelar	82Benfica
10,8m	Ana Correia	81JD Cidade Sol
10,8m	Cátia Nunes	81GD Pic-Nic
11,1m	Silvia Figueiredo	81MMI Nazaré
11,2m	Albertina Pinto	81Mem Martins
11,2m	Carla Pereira	81Vale Amoreira

Com vento > 2 m/s

11,4m	Liliana Gomes	83 Alcanena
-------	---------------	-------------

ALTURA

1,46	Lígia Avelar	82Benfica
1,43	Cátia Nunes	81GD Pic-Nic
1,40	Elsa Carreira	81Jov. UN Ideal
1,37	Lígia Pinto	81AD Amarante
1,35	Susana Bandarra	81CP Ervedal

Marcas obtidas em finais de 1993:

1,47	pc Susana Goulart	80CIA Ilha Azul
1,41	pc Cláudia Gameiro	80J Vidigalense
1,40	pc Ana Lemos	80GR 1° Janeiro
1,35	pc Marta Godinho	80Ninjas
1,33	pc Rute Teixeira	80ACD Ilhaves

COMPRIMENTO

5,15	Lígia Avelar	82Benfica
4,60	Renata Fernandes	81OI.Moscavide
4,54	Andreia Pedreira	81Urgeirense
4,53	Cátia Santos	81Quimigal
4,45	Fernanda Borba	81CA Lagoa

Com vento > 2 m/s

4,62	Renata Fernandes	81OI.Moscavide
4,54	Cátia Santos	81Quimigal

Marcas obtidas em finais de 1993:

4,50	pc Catarina Leitão	80André Soares
------	--------------------	----------------

PESO (2)

10,98	Lígia Avelar	82Benfica
10,91	Ana Correia	81JD Cidade Sol
10,89	Irene Nunes	81Fornos Benfica
10,53	Lígia Pinto	81Amarante
10,01	Carla Mendes	81OI.Moscavide

Marcas obtidas em finais de 1993:

11,30	pc Marta Carvalho	80 Constantim
11,00	pc Rute Teixeira	80ACD Ilhaves

ARREMESSO DE BOLA

56,74	Balbina Ribeiro	81GD Pic-Nic
46,42	Fernanda Cabral	81Ind
42,02	Luciana Coutinho	81MMI Nazaré
40,46	Andreia Teixeira	81Cidacos
39,88	Ana Correia	81JD Cidade Sol

TETRATLO

2314	Lígia Avelar	82Benfica
2060	Ana Correia	81JD Cidade Sol
1977	Irene Nunes	81Fornos Benfica
1921	Renata Fernandes	81OI.Moscavide
1782	Cátia Almeida	81Arcias S. João

Com vento > 4 m/s

2197	Renata Fernandes	81OI.Moscavide
2032	Cátia Santos	81Quimigal

2.000 METROS MARCHA

10.05,1m	Ana Lúcia Grilo	81CD Montijo
10.19,0m	Patricia Dias	82CD Montijo
10.20,9m	Sheila Azevedo	82Ferragudo
10.56,4m	Patricia Miranda	81CD Montijo
10.57,2m	Vera Santos	81CN Rio Maior

4X60 METROS

32,7m	Sel. Santarém
33,2m	Sel. Lisboa
33,9m	Sel. Setúbal
34,3m	Sel. Faro
34,6m	M. Ramires