

Campeonato Interdistrital de Juvenis, Juniores, Seniores e Absolutos
Coimbra, 15 - 17/3/2024

Prova 10 Femin., 100m Livres Abs
16/03/2024 - 11:00 Resultados

| | | | | | |
|----------------------|-------|-----------------------------|------|----------------|------------|
| Rec Nacionais Open | 56.21 | Francisca Soares, MARTINS | FOCA | Coimbra | 28/07/2023 |
| Rec Nacionais Sen | 56.21 | Francisca Soares, MARTINS | FOCA | Coimbra | 28/07/2023 |
| Rec Nacionais Jun 17 | 56.56 | Ana Reis, SOUSA | SAD | Coimbra | 04/04/2019 |
| Rec Nacionais Jun 16 | 57.11 | Ana Reis, SOUSA | POR | Helsinki (FIN) | 04/07/2018 |
| Rec Nacionais Juv A | 57.75 | Maria Carolina, ROSA | POR | Prague (CZE) | 08/07/2009 |
| Rec Nacionais Juv B | 58.07 | Carolina Miranda, FERNANDES | POR | Baku (AZE) | 22/07/2019 |

TA JUVB-FEM Juv B: 1:13.64 / TA JUVA-FEM Juv A: 1:11.94 / TA JUN-FEM Jun: 1:10.24 / TA SEN-FEM Sen: 1:08.52

Pontos: FINA 2024

Lugar Ano Tempo final Pts 50m 100m
Juv B

| | | | | | | | |
|-----|--------------------------|----|---------------------------|----------------|-----|-------|-------|
| 1. | Camila Duarte, MARCELO | 10 | Condeixa Clube | 1:02.90 | 555 | 30.03 | 32.87 |
| 2. | S., VASCONCELOS | 10 | Galitos / Bresimar | 1:03.88 | 530 | 30.86 | 33.02 |
| 3. | Maria Miguel, FERNANDES | 10 | Columbofila Cantanhedense | 1:04.18 | 523 | 30.89 | 33.29 |
| 4. | Ines Ribeiro, MELO | 10 | Galitos / Bresimar | 1:05.01 | 503 | 31.18 | 33.83 |
| 5. | Leonor Silva, JESUS | 10 | Galitos / Bresimar | 1:05.23 | 498 | 31.56 | 33.67 |
| 6. | Rita Lucas, SANTOS | 10 | Condeixa Clube | 1:05.33 | 495 | 31.62 | 33.71 |
| 7. | Maria Carolina, ALVES | 10 | Bairro dos Anjos | 1:05.90 | 483 | 31.25 | 34.65 |
| 8. | Barbara Balbino, MENDES | 10 | Naval de Peniche | 1:06.05 | 479 | 31.83 | 34.22 |
| 9. | Leonor Silva, OLIVEIRA | 10 | Galitos / Bresimar | 1:06.65 | 467 | 32.73 | 33.92 |
| 10. | Debora Silva, INACIO | 10 | Pimpoes/Cimai | 1:06.69 | 466 | 31.83 | 34.86 |
| 11. | Maria Ines, RODRIGUES | 10 | Condeixa Clube | 1:06.78 | 464 | 32.60 | 34.18 |
| 12. | Mariana Pina, MACEDO | 10 | Estamos Juntos | 1:07.38 | 451 | 32.39 | 34.99 |
| 13. | Laura Helena, AMORIM | 10 | Marinha Grande | 1:07.42 | 451 | 32.09 | 35.33 |
| 14. | Diana Isabel, ALVES | 10 | Pimpoes/Cimai | 1:07.97 | 440 | 33.10 | 34.87 |
| 15. | Mariana Sa, AZEVEDO | 10 | Sporting de Espinho | 1:08.13 | 437 | 32.74 | 35.39 |
| 16. | Bianca Balbino, MENDES | 10 | Naval de Peniche | 1:08.15 | 436 | 32.83 | 35.32 |
| 17. | Leonor Pereira, SILVA | 10 | Óbidos Criativa | 1:08.83 | 424 | 32.44 | 36.39 |
| 18. | Raquel Domingues, RE | 10 | Sporting Aveiro | 1:09.20 | 417 | 32.40 | 36.80 |
| 19. | Eva Santos, FERREIRA | 10 | O Crasto | 1:09.33 | 414 | 32.74 | 36.59 |
| 20. | Laura Margarida, ASCENSO | 10 | Marinha Grande | 1:09.57 | 410 | 32.84 | 36.73 |
| 21. | Isabella Scavone, LOPES | 10 | Miranda do Corvo | 1:10.40 | 396 | 33.82 | 36.58 |
| 22. | Laura Nobre, MONTEIRO | 10 | Columbofila Cantanhedense | 1:11.02 | 385 | 33.67 | 37.35 |
| 23. | Sofia Daniela, FERREIRA | 10 | União de Coimbra | 1:12.25 | 366 | 34.73 | 37.52 |
| 24. | Beatriz Ribeiro, VELOSO | 10 | Vigor da Mocidade | 1:12.46 | 363 | 35.36 | 37.10 |
| 25. | Sofia Oliveira, FREITAS | 10 | O Crasto | 1:12.64 | 360 | 35.45 | 37.19 |

Juv A

| | | | | | | | |
|-----|----------------------------|----|---------------------------|----------------|-----|-------|-------|
| 1. | Lara Catarina, MAIA | 09 | Estarreja | 1:01.77 | 586 | 29.41 | 32.36 |
| 2. | Alana Costa, MATIAS | 09 | União de Coimbra | 1:02.96 | 554 | 30.28 | 32.68 |
| 3. | Constancia Baptista, TOMAS | 09 | Alcobaca | 1:04.41 | 517 | 30.76 | 33.65 |
| 4. | Anastacia, PROTOLYUK | 09 | Columbofila Cantanhedense | 1:04.45 | 516 | 30.77 | 33.68 |
| 5. | Francisca Pinto, OLIVEIRA | 09 | Galitos / Bresimar | 1:05.91 | 482 | 31.97 | 33.94 |
| 6. | Francisca Ramos, NUNES | 09 | Naval de Peniche | 1:06.33 | 473 | 31.08 | 35.25 |
| 7. | Marta Antunes, CASTRO | 09 | Sporting Aveiro | 1:06.53 | 469 | 31.71 | 34.82 |
| 8. | Francisca Soreto, PEDREIRO | 09 | Galitos / Bresimar | 1:06.75 | 464 | 32.61 | 34.14 |
| 9. | Maria Rita, OLIVEIRA | 09 | Academico de Viseu | 1:07.18 | 456 | 32.42 | 34.76 |
| 10. | Matilde Lopes, SILVA | 09 | Sao Joao Ver | 1:08.25 | 434 | 32.93 | 35.32 |
| 11. | Ana Margarida, CRUZ | 09 | Nautico Academico | 1:08.43 | 431 | 32.40 | 36.03 |
| 12. | Carolina Mortagua, MELO | 09 | Estarreja | 1:08.70 | 426 | 32.69 | 36.01 |
| 13. | Clara Sobreiro, RODRIGUES | 09 | Pimpoes/Cimai | 1:09.00 | 420 | 33.10 | 35.90 |
| 14. | Ines Ferreira, CHELEU | 09 | Bairro dos Anjos | 1:09.24 | 416 | 32.53 | 36.71 |
| 15. | Anjali, RAICAR | 09 | Naval de Peniche | 1:09.43 | 413 | 33.00 | 36.43 |
| 16. | Zofie, PACHECO | 09 | Naval de Peniche | 1:09.54 | 411 | 33.40 | 36.14 |
| 17. | Mariana Sousa, MARQUES | 09 | Alcobaca | 1:09.71 | 408 | 33.16 | 36.55 |
| 18. | Gabriela Lopes, FERNANDES | 09 | O Crasto | 1:09.82 | 406 | 33.16 | 36.66 |
| 19. | Beatriz Ferreira, MIGUEL | 09 | Algés e Águeda XXI | 1:10.98 | 386 | 34.22 | 36.76 |

Campeonato Interdistrital de Juvenis, Juniores, Seniores e Absolutos
Coimbra, 15 - 17/3/2024

Prova 10, Femin., 100m Livres

Jun

| | | | | | | | |
|-----|----------------------------|----|-----------------------|----------------|-----|-------|-------|
| 1. | Erica Domitila, AMADOR | 07 | Estarreja | 1:00.48 | 625 | 28.65 | 31.83 |
| 2. | Leonor Mil, MANO | 07 | Nautico Academico | 1:00.61 | 620 | 29.12 | 31.49 |
| 3. | Carolina Vizinho, CABRAL | 07 | Vagos | 1:01.06 | 607 | 29.66 | 31.40 |
| 4. | Nuria Resende, SILVA | 07 | Oliveirense | 1:02.74 | 559 | 29.75 | 32.99 |
| 5. | Dania Rodrigues, SIMOES | 07 | Louzan Natacao/EFAPEL | 1:02.92 | 555 | 31.10 | 31.82 |
| 6. | Carolina Martins, SILVA | 07 | Estarreja | 1:03.10 | 550 | 30.14 | 32.96 |
| 7. | Cristiana Sofia, DUARTE | 07 | Academica de Coimbra | 1:03.71 | 534 | 30.20 | 33.51 |
| 8. | Bianca Filipa, ALMEIDA | 07 | Algés e Águeda XXI | 1:03.75 | 533 | 30.44 | 33.31 |
| 9. | Nuria Soares, SILVA | 07 | Sao Joao Ver | 1:03.94 | 528 | 29.87 | 34.07 |
| 10. | Alice Mendes, MACEDO | 08 | Estamos Juntos | 1:04.37 | 518 | 31.49 | 32.88 |
| 11. | Leonor Vendima, COELHO | 07 | CNLeiria | 1:04.43 | 516 | 31.11 | 33.32 |
| 12. | Maria Saraiva, PAIXAO | 08 | Galitos / Bresimar | 1:04.80 | 508 | 31.68 | 33.12 |
| 13. | Bruna Filipa, LOURENCO | 08 | O Crasto | 1:05.05 | 502 | 30.93 | 34.12 |
| 14. | Rita Oliveira, PIRES | 08 | Galitos / Bresimar | 1:05.39 | 494 | 31.64 | 33.75 |
| 15. | Rafaela Calvo, COUTINHO | 08 | Campinho | 1:06.67 | 466 | 31.12 | 35.55 |
| 16. | Beatriz Azevedo, PEREIRA | 07 | Sao Joao Ver | 1:06.79 | 464 | 31.56 | 35.23 |
| 17. | Laura Gomes, SILVA | 08 | Estamos Juntos | 1:07.28 | 454 | 32.78 | 34.50 |
| 18. | Maria Joao, LOBO | 07 | Sporting Aveiro | 1:07.47 | 450 | 32.47 | 35.00 |
| 19. | Rita Resende, NEVES | 08 | Estamos Juntos | 1:07.78 | 444 | 33.20 | 34.58 |
| 20. | Mafalda Costa, BASTOS | 07 | Sanjoanense | 1:07.88 | 442 | 32.34 | 35.54 |
| 21. | Carolina Ferreira, FONSECA | 07 | Vieirense | 1:08.99 | 421 | 32.51 | 36.48 |
| 22. | Diana Rita, FONSECA | 08 | Vieirense | 1:09.19 | 417 | 33.36 | 35.83 |
| 23. | Maria Ines, SILVA | 08 | Gafanha da Encarnacao | 1:10.89 | 388 | 33.29 | 37.60 |
| | <i>FTL</i> | | | | | | |
| 24. | Maria Esteves, SILVA | 07 | Sporting Aveiro | 1:11.07 | 385 | 34.00 | 37.07 |
| | <i>FTL</i> | | | | | | |

Sen

| | | | | | | | |
|-----|-----------------------------|----|-----------------------|----------------|-----|-------|-------|
| 1. | Carolina Miranda, FERNANDES | 05 | Galitos / Bresimar | 59.01 | 672 | 28.35 | 30.66 |
| 2. | Helena Nunes, RODRIGUES | 03 | Condeixa Clube | 1:00.79 | 615 | 29.27 | 31.52 |
| 3. | Matilde Ribeiro, CORREIA | 04 | Oliveirense | 1:00.96 | 610 | 29.39 | 31.57 |
| 4. | Ines Mira, PINO | 06 | Pimpoes/Cimai | 1:02.37 | 569 | 30.02 | 32.35 |
| 5. | Beatriz Costa, TEJO | 02 | Academica de Coimbra | 1:02.96 | 554 | 29.89 | 33.07 |
| 6. | Matilde Fonseca, OLIVEIRA | 06 | Louzan Natacao/EFAPEL | 1:03.00 | 552 | 30.04 | 32.96 |
| 7. | Ana Carolina, MONTEIRO | 04 | União de Coimbra | 1:03.52 | 539 | 30.60 | 32.92 |
| 8. | Lara Rodrigues, VASCONCELOS | 05 | Galitos / Bresimar | 1:03.85 | 531 | 30.25 | 33.60 |
| 9. | Giovanna Vaz, VARGAS | 00 | Marinha Grande | 1:04.26 | 521 | 30.46 | 33.80 |
| 10. | Mariana Nunes, MARQUES | 03 | Estarreja | 1:04.53 | 514 | 30.56 | 33.97 |
| 11. | Leonor Caetano, MOREIRA | 06 | Vieirense | 1:05.07 | 501 | 30.53 | 34.54 |
| 12. | Ana Claudia, FERREIRA | 90 | Alcobaca | 1:05.34 | 495 | 31.56 | 33.78 |
| 13. | Leonor Ferreira, SEQUEIRA | 05 | Gafanha da Encarnacao | 1:05.53 | 491 | 31.14 | 34.39 |
| 14. | Leonor Marques, FERREIRA | 03 | Campinho | 1:05.74 | 486 | 31.24 | 34.50 |
| 15. | Ines Santos, CUNHA | 06 | Gafanha da Encarnacao | 1:06.01 | 480 | 31.71 | 34.30 |
| 16. | Valentina Saad, BARBOSA | 04 | Academica de Coimbra | 1:06.21 | 476 | 31.12 | 35.09 |
| 17. | Kateryna, DZYAKANAVA | 05 | Louzan Natacao/EFAPEL | 1:06.51 | 469 | 30.97 | 35.54 |
| 18. | Vanessa Sofia, OLIVEIRA | 05 | Gafanha da Encarnacao | 1:07.02 | 459 | 32.32 | 34.70 |
| 19. | Beatriz Rocha, SANTOS | 02 | Campinho | 1:07.81 | 443 | 32.53 | 35.28 |
| 20. | Dalila Leal, BERNARDINO | 06 | Nucleo de Pombal | 1:08.55 | 429 | 32.28 | 36.27 |
| | <i>FTL</i> | | | | | | |
| 21. | Eduarda Oliveira, CARDOSO | 06 | Estamos Juntos | 1:08.59 | 428 | 32.79 | 35.80 |
| | <i>FTL</i> | | | | | | |
| 22. | Patricia Alexandra, KVAS | 06 | Sao Joao Ver | 1:09.43 | 413 | 32.54 | 36.89 |
| | <i>FTL</i> | | | | | | |
| 23. | Bruna Silva, MOITEIRO | 04 | Marinha Grande | 1:09.56 | 410 | 32.59 | 36.97 |
| | <i>FTL</i> | | | | | | |
| 24. | Francisca Gomes, SILVA | 06 | Sporting de Espinho | 1:11.14 | 384 | 33.23 | 37.91 |
| | <i>FTL</i> | | | | | | |

Campeonato Interdistrital de Juvenis, Juniores, Seniores e Absolutos
Coimbra, 15 - 17/3/2024

Prova 10, Femin., 100m Livres

Juv B/Abs

| | | | | | | | |
|-----|-----------------------------|----|---------------------------|----------------|-----|-------|-------|
| 1. | Carolina Miranda, FERNANDES | 05 | Galitos / Bresimar | 59.01 | 672 | 28.35 | 30.66 |
| 2. | Erica Domitila, AMADOR | 07 | Estarreja | 1:00.48 | 625 | 28.65 | 31.83 |
| 3. | Leonor Mil, MANO | 07 | Nautico Academico | 1:00.61 | 620 | 29.12 | 31.49 |
| 4. | Helena Nunes, RODRIGUES | 03 | Condeixa Clube | 1:00.79 | 615 | 29.27 | 31.52 |
| 5. | Matilde Ribeiro, CORREIA | 04 | Oliveirense | 1:00.96 | 610 | 29.39 | 31.57 |
| 6. | Carolina Vizinho, CABRAL | 07 | Vagos | 1:01.06 | 607 | 29.66 | 31.40 |
| 7. | Lara Catarina, MAIA | 09 | Estarreja | 1:01.77 | 586 | 29.41 | 32.36 |
| 8. | Ines Mira, PINO | 06 | Pimpoes/Cimai | 1:02.37 | 569 | 30.02 | 32.35 |
| 9. | Nuria Resende, SILVA | 07 | Oliveirense | 1:02.74 | 559 | 29.75 | 32.99 |
| 10. | Camila Duarte, MARCELO | 10 | Condeixa Clube | 1:02.90 | 555 | 30.03 | 32.87 |
| 11. | Dania Rodrigues, SIMOES | 07 | Louzan Natacao/EFAPEL | 1:02.92 | 555 | 31.10 | 31.82 |
| 12. | Alana Costa, MATIAS | 09 | União de Coimbra | 1:02.96 | 554 | 30.28 | 32.68 |
| | Beatriz Costa, TEJO | 02 | Academica de Coimbra | 1:02.96 | 554 | 29.89 | 33.07 |
| 14. | Matilde Fonseca, OLIVEIRA | 06 | Louzan Natacao/EFAPEL | 1:03.00 | 552 | 30.04 | 32.96 |
| 15. | Carolina Martins, SILVA | 07 | Estarreja | 1:03.10 | 550 | 30.14 | 32.96 |
| 16. | Ana Carolina, MONTEIRO | 04 | União de Coimbra | 1:03.52 | 539 | 30.60 | 32.92 |
| 17. | Cristiana Sofia, DUARTE | 07 | Academica de Coimbra | 1:03.71 | 534 | 30.20 | 33.51 |
| 18. | Bianca Filipa, ALMEIDA | 07 | Algés e Águeda XXI | 1:03.75 | 533 | 30.44 | 33.31 |
| 19. | Lara Rodrigues, VASCONCELOS | 05 | Galitos / Bresimar | 1:03.85 | 531 | 30.25 | 33.60 |
| 20. | S., VASCONCELOS | 10 | Galitos / Bresimar | 1:03.88 | 530 | 30.86 | 33.02 |
| 21. | Nuria Soares, SILVA | 07 | Sao Joao Ver | 1:03.94 | 528 | 29.87 | 34.07 |
| 22. | Maria Miguel, FERNANDES | 10 | Columbofila Cantanhedense | 1:04.18 | 523 | 30.89 | 33.29 |
| 23. | Giovanna Vaz, VARGAS | 00 | Marinha Grande | 1:04.26 | 521 | 30.46 | 33.80 |
| 24. | Alice Mendes, MACEDO | 08 | Estamos Juntos | 1:04.37 | 518 | 31.49 | 32.88 |
| 25. | Constanca Baptista, TOMAS | 09 | Alcobaca | 1:04.41 | 517 | 30.76 | 33.65 |
| 26. | Leonor Vendima, COELHO | 07 | CNLeiria | 1:04.43 | 516 | 31.11 | 33.32 |
| 27. | Anastacia, PROTOLYUK | 09 | Columbofila Cantanhedense | 1:04.45 | 516 | 30.77 | 33.68 |
| 28. | Mariana Nunes, MARQUES | 03 | Estarreja | 1:04.53 | 514 | 30.56 | 33.97 |
| 29. | Maria Saraiva, PAIXAO | 08 | Galitos / Bresimar | 1:04.80 | 508 | 31.68 | 33.12 |
| 30. | Ines Ribeiro, MELO | 10 | Galitos / Bresimar | 1:05.01 | 503 | 31.18 | 33.83 |
| 31. | Bruna Filipa, LOURENCO | 08 | O Crasto | 1:05.05 | 502 | 30.93 | 34.12 |
| 32. | Leonor Caetano, MOREIRA | 06 | Vieirense | 1:05.07 | 501 | 30.53 | 34.54 |
| 33. | Leonor Silva, JESUS | 10 | Galitos / Bresimar | 1:05.23 | 498 | 31.56 | 33.67 |
| 34. | Rita Lucas, SANTOS | 10 | Condeixa Clube | 1:05.33 | 495 | 31.62 | 33.71 |
| 35. | Ana Claudia, FERREIRA | 90 | Alcobaca | 1:05.34 | 495 | 31.56 | 33.78 |
| 36. | Rita Oliveira, PIRES | 08 | Galitos / Bresimar | 1:05.39 | 494 | 31.64 | 33.75 |
| 37. | Leonor Ferreira, SEQUEIRA | 05 | Gafanha da Encarnacao | 1:05.53 | 491 | 31.14 | 34.39 |
| 38. | Leonor Marques, FERREIRA | 03 | Campinho | 1:05.74 | 486 | 31.24 | 34.50 |
| 39. | Maria Carolina, ALVES | 10 | Bairro dos Anjos | 1:05.90 | 483 | 31.25 | 34.65 |
| 40. | Francisca Pinto, OLIVEIRA | 09 | Galitos / Bresimar | 1:05.91 | 482 | 31.97 | 33.94 |
| 41. | Ines Santos, CUNHA | 06 | Gafanha da Encarnacao | 1:06.01 | 480 | 31.71 | 34.30 |
| 42. | Barbara Balbino, MENDES | 10 | Naval de Peniche | 1:06.05 | 479 | 31.83 | 34.22 |
| 43. | Valentina Saad, BARBOSA | 04 | Academica de Coimbra | 1:06.21 | 476 | 31.12 | 35.09 |
| 44. | Francisca Ramos, NUNES | 09 | Naval de Peniche | 1:06.33 | 473 | 31.08 | 35.25 |
| 45. | Kateryna, DZYAKANAVA | 05 | Louzan Natacao/EFAPEL | 1:06.51 | 469 | 30.97 | 35.54 |
| 46. | Marta Antunes, CASTRO | 09 | Sporting Aveiro | 1:06.53 | 469 | 31.71 | 34.82 |
| 47. | Leonor Silva, OLIVEIRA | 10 | Galitos / Bresimar | 1:06.65 | 467 | 32.73 | 33.92 |
| 48. | Rafaela Calvo, COUTINHO | 08 | Campinho | 1:06.67 | 466 | 31.12 | 35.55 |
| 49. | Debora Silva, INACIO | 10 | Pimpoes/Cimai | 1:06.69 | 466 | 31.83 | 34.86 |
| 50. | Francisca Soreto, PEDREIRO | 09 | Galitos / Bresimar | 1:06.75 | 464 | 32.61 | 34.14 |
| 51. | Maria Ines, RODRIGUES | 10 | Condeixa Clube | 1:06.78 | 464 | 32.60 | 34.18 |
| 52. | Beatriz Azevedo, PEREIRA | 07 | Sao Joao Ver | 1:06.79 | 464 | 31.56 | 35.23 |
| 53. | Vanessa Sofia, OLIVEIRA | 05 | Gafanha da Encarnacao | 1:07.02 | 459 | 32.32 | 34.70 |
| 54. | Maria Rita, OLIVEIRA | 09 | Academico de Viseu | 1:07.18 | 456 | 32.42 | 34.76 |
| 55. | Laura Gomes, SILVA | 08 | Estamos Juntos | 1:07.28 | 454 | 32.78 | 34.50 |
| 56. | Mariana Pina, MACEDO | 10 | Estamos Juntos | 1:07.38 | 451 | 32.39 | 34.99 |
| 57. | Laura Helena, AMORIM | 10 | Marinha Grande | 1:07.42 | 451 | 32.09 | 35.33 |
| 58. | Maria Joao, LOBO | 07 | Sporting Aveiro | 1:07.47 | 450 | 32.47 | 35.00 |
| 59. | Rita Resende, NEVES | 08 | Estamos Juntos | 1:07.78 | 444 | 33.20 | 34.58 |
| 60. | Beatriz Rocha, SANTOS | 02 | Campinho | 1:07.81 | 443 | 32.53 | 35.28 |
| 61. | Mafalda Costa, BASTOS | 07 | Sanjoanense | 1:07.88 | 442 | 32.34 | 35.54 |

Campeonato Interdistrital de Juvenis, Juniores, Seniores e Absolutos
Coimbra, 15 - 17/3/2024

Prova 10, Femin., 100m Livres, Juv B/Abs

| Lugar | Ano | Tempo final | Pts | 50m | 100m | |
|--------------------------------|-----|----------------------------|----------------|-----|-------|-------|
| 62. Diana Isabel, ALVES | 10 | Pimpoes/Cimai | 1:07.97 | 440 | 33.10 | 34.87 |
| 63. Mariana Sa, AZEVEDO | 10 | Sporting de Espinho | 1:08.13 | 437 | 32.74 | 35.39 |
| 64. Bianca Balbino, MENDES | 10 | Naval de Peniche | 1:08.15 | 436 | 32.83 | 35.32 |
| 65. Matilde Lopes, SILVA | 09 | Sao Joao Ver | 1:08.25 | 434 | 32.93 | 35.32 |
| 66. Ana Margarida, CRUZ | 09 | Nautico Academico | 1:08.43 | 431 | 32.40 | 36.03 |
| 67. Dalila Leal, BERNARDINO | 06 | Nucleo de Pombal | 1:08.55 | 429 | 32.28 | 36.27 |
| <i>FTL</i> | | | | | | |
| 68. Eduarda Oliveira, CARDOSO | 06 | Estamos Juntos | 1:08.59 | 428 | 32.79 | 35.80 |
| <i>FTL</i> | | | | | | |
| 69. Carolina Mortagua, MELO | 09 | Estarreja | 1:08.70 | 426 | 32.69 | 36.01 |
| 70. Leonor Pereira, SILVA | 10 | Óbidos Criativa | 1:08.83 | 424 | 32.44 | 36.39 |
| 71. Carolina Ferreira, FONSECA | 07 | Vieirense | 1:08.99 | 421 | 32.51 | 36.48 |
| 72. Clara Sobreiro, RODRIGUES | 09 | Pimpoes/Cimai | 1:09.00 | 420 | 33.10 | 35.90 |
| 73. Diana Rita, FONSECA | 08 | Vieirense | 1:09.19 | 417 | 33.36 | 35.83 |
| 74. Raquel Domingues, RE | 10 | Sporting Aveiro | 1:09.20 | 417 | 32.40 | 36.80 |
| 75. Ines Ferreira, CHELEU | 09 | Bairro dos Anjos | 1:09.24 | 416 | 32.53 | 36.71 |
| 76. Eva Santos, FERREIRA | 10 | O Crasto | 1:09.33 | 414 | 32.74 | 36.59 |
| 77. Anjali, RAICAR | 09 | Naval de Peniche | 1:09.43 | 413 | 33.00 | 36.43 |
| Patricia Alexandra, KVAS | 06 | Sao Joao Ver | 1:09.43 | 413 | 32.54 | 36.89 |
| <i>FTL</i> | | | | | | |
| 79. Zofie, PACHECO | 09 | Naval de Peniche | 1:09.54 | 411 | 33.40 | 36.14 |
| 80. Bruna Silva, MOITEIRO | 04 | Marinha Grande | 1:09.56 | 410 | 32.59 | 36.97 |
| <i>FTL</i> | | | | | | |
| 81. Laura Margarida, ASCENSO | 10 | Marinha Grande | 1:09.57 | 410 | 32.84 | 36.73 |
| 82. Mariana Sousa, MARQUES | 09 | Alcobaca | 1:09.71 | 408 | 33.16 | 36.55 |
| 83. Gabriela Lopes, FERNANDES | 09 | O Crasto | 1:09.82 | 406 | 33.16 | 36.66 |
| 84. Isabella Scavone, LOPES | 10 | Miranda do Corvo | 1:10.40 | 396 | 33.82 | 36.58 |
| 85. Maria Ines, SILVA | 08 | Gafanha da Encarnacao | 1:10.89 | 388 | 33.29 | 37.60 |
| <i>FTL</i> | | | | | | |
| 86. Beatriz Ferreira, MIGUEL | 09 | Algés e Águeda XXI | 1:10.98 | 386 | 34.22 | 36.76 |
| 87. Laura Nobre, MONTEIRO | 10 | Columbofila Cantanhedense | 1:11.02 | 385 | 33.67 | 37.35 |
| 88. Maria Esteves, SILVA | 07 | Sporting Aveiro | 1:11.07 | 385 | 34.00 | 37.07 |
| <i>FTL</i> | | | | | | |
| 89. Francisca Gomes, SILVA | 06 | Sporting de Espinho | 1:11.14 | 384 | 33.23 | 37.91 |
| <i>FTL</i> | | | | | | |
| 90. Sofia Daniela, FERREIRA | 10 | União de Coimbra | 1:12.25 | 366 | 34.73 | 37.52 |
| 91. Beatriz Ribeiro, VELOSO | 10 | Vigor da Mocidade | 1:12.46 | 363 | 35.36 | 37.10 |
| 92. Sofia Oliveira, FREITAS | 10 | O Crasto | 1:12.64 | 360 | 35.45 | 37.19 |
| EXH Maria Silva, PEREIRA | 08 | Ginasio Vila Real | 59.88 | 643 | 28.55 | 31.33 |
| EXH Carlota Costa, BOLEIXA | 08 | Louletano / Loule Concelho | 1:00.43 | 626 | 28.19 | 32.24 |
| EXH Beatriz Silva, LOURO | 07 | Louletano / Loule Concelho | 1:01.33 | 599 | 29.18 | 32.15 |
| EXH Andreia Monteiro, BARREIRA | 06 | Peso da Regua | 1:01.55 | 592 | 28.97 | 32.58 |
| EXH Eva Alexandra, COUTINHO | 09 | Peso da Regua | 1:04.23 | 521 | 30.44 | 33.79 |