





**ESCALÃO-BENJAMIM-B-FEM**

Class	ATLETA	CLUBE	1	2	3	4	5	6	7	Pontos
			Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11-	Cross T Vedras-41º CM Velhos-12-11-2023	Corta-Mato - A-dos-Cunhados -02-12-2023	Corta-Mato-NAZA-07-02-2024	C.R. C.Mato-Longo - 03-02-2024	C.R. Corta-Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	
1	Carolina Gomes	SC União Torreense	7	10	15		19	19		70
2	Filipa Pinhão	SC União Torreense	1	2	13		18	18	13	65
3	Rafaela Lapas	Ass. RS Cultural de Toledo	16	17	20					53
4	Diana Alves	Amigos do Atletismo de Mafra	10	7	17			16		50
5	Kelly Neves	Ass. Desportiva De Palmeiros	11	12			12	11	4	50
6	Maria Inês Rodrigues	Amigos do Atletismo de Mafra	15	11	19					45
7	Carminho Matias	C Atletismo Vale Figueira				20		14	11	45
8	Ema Ferreira	Ass. RS Cultural de Toledo	14	12	18					44
9	Regina Frederico	Ass. Desportiva NucleOeiras	20	19						39
10	Matilde Pereira	Ass. Cul. Rec. da Mealhada					16		20	36
11	Alexandra Almeida	Ass. Desportiva NucleOeiras	19	16						35
12	Maria Evangelista	Ass. Cul. Rec. da Mealhada					15		18	33
13	Lenilou Salerno	Sporting Clube de Portugal					11	13		24
14	Daryla Viegas	Ass. Cul. Rec. da Mealhada					8		16	24
15	Sofia Silva	Ingleses Futebol Clube					10	6	8	24
16	Maria Arêde	Run Tejo-PREV.SPRAIN					7	17		24
17	Djamila Té	U.Desp. Ponte Frielas					9		12	21
18	Madalena Carvalho	C.Desp. Universitário de Lisboa					13		7	20
19	Mariana Porfirio	GDRC Ponterrrolense	8	3	9					20
20	Matilde Santos	GDRC Ponterrrolense		6	14					20
21	Alice Fernandes Campos	N. S. CP Almada-Solar dos Leões		20						20
22	Erika Fernandes	SClube Lourinhanense						20		20
23	Leonor Jorge	Sporting Clube de Portugal					20			20
24	Alice Pêgo	Ass. Moradores Atibá				19				19
25	Remi Cookman	Sporting Clube de Portugal	5	14						19
26	Saira Mendes	Ass. Desp. Leões Apelaçonenses							19	19
27	Bruna Santos	Cascaiccd				18				18
28	Alice de Deus Fichtner	N. S. CP Almada-Solar dos Leões		18						18
29	Clara Rasquilho	União Atlético Povoense	18							18
30	Maria Mel Correia	Ass. Cul. Rec. da Mealhada					17		15	17
31	Carolina Lopes	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				17				17
32	Sofia Santos	União Atlético Povoense	17							17
33	Inês Santos	EB Qta. Conventinho							17	17
34	Micaela Paulo	Ass. RS Cultural de Toledo			16					16
35	Alegria Mendes	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				16				16
36	Madalena Leirão	Clube Pedro Pessoa-E.A		15						15
37	Lara Pinto	Lourenço				15				15
38	Isadora Barros	SC União Torreense						15		15
39	Lara Oliveira	G.Desp. São Domingos					14			14
40	Margarida Ferreira	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				14				14

**ESCALÃO-BENJAMIM-B-FEM - (continuação)**

Class	ATLETA	CLUBE	Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11-	Cross T Vedras-41º CM Velhos-12-11-2023	Corta-Mato - A-dos-Cunhados -02-12-2023	Corta-Mato-NAZA-07-02-2024	C.R. C.Mato-Longo - 03-02-2024	C.R. Corta-Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
41	Constança Robalo	Quintanjense FC							14	14
42	Inês Monteiro	Clube Desportivo Feirense		13						13
43	Emma Esik	Sporting Clube de Portugal		1				12		13
44	Mafalda Leandro	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				13				13
45	Maria Bonito Santos	Ingleses Futebol Clube						7	5	12
46	Rita Silva	Ass. Moradores Atibá				12				12
47	Guimar Pinheiro	União Atlético Povoense	12							12
48	Lara Oliveira	G.Desp. São Domingos		1					10	11
49	Maria Isabel Costa	Ingleses Futebol Clube					6	5		11
50	Margarida da Costa	Sporting Clube de Portugal		1				10		11
51	Carolina Pombo	A. Fundação Salesiano	11							11
52	Marta Ugato	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				11				11
53	Leonor Lapas	Ass. RS Cultural de Toledo	1	1	8					10
54	Maria Cardoso	C D Galgos Audazes				10				10
55	Eva Martinho	Centro Atletismo de A-D-Cunhados			10					10
56	Beatriz Alves	Clube Desportivo da Venda do Pinheiro						9		9
57	Rita Dias	Maratona Clube de Portugal		9						9
58	Alícia Carriere	EB Qta. Conventinho							9	9
59	Inês Dias Pedro	Amigos do Atletismo de Mafra						8		8
60	Leonor Costa	Clube Atletismo do Oeste	1		7					8
61	Brigite Mendonça	Run Tejo-PREV.SPRAIN	6							6
62	Maria Inês Boquinhas	EB Qta. Conventinho							6	6
63	Beatriz Antunes	Sporting Clube de Portugal	1				5			5
64	Giovana Marques	Maratona Clube de Portugal		4						4
65	Ellen Correia	Run Tejo-PREV.SPRAIN						4		4
66	Margarida Rosa	SClube Lourinhanense					4			4
67	Beatriz Borges	Ass. Cul. Rec. da Mealhada					2		1	3
68	Marta Franco	SClube Lourinhanense					3			3
69	Ana Boura	União Atlético Povoense						3		3
70	Constança Duarte	União Atlético Povoense	3							3
71	Mariana Guerreiro	Ass. Cul. Rec. da Mealhada							3	3
72	Matilde Silva	Ass. Cul. Rec. da Mealhada					1		1	2
73	Leticia Oliveira	Ass. Desportiva De Palmeiros	1	1						2
74	Raquel Lopes	Sporting Clube de Portugal	1	1						2
75	Marta Gomes	U.Desp. Ponte Frielas							2	2
76	Matilde Noéme	A. Fundação Salesiano	1							1
77	Iris Sousa	Amigos do Atletismo de Mafra	1	1						1
78	Diana Alfaiate	Ass. RS Cultural de Toledo		1						1
79	Maria Leonor Costa	Clube Atletismo do Oeste		1						1
80	Madalena Morgado	Clube Pedro Pessoa-E.A		1						1



**ESCALÃO-INFANTIL-FEM**

			1	2	3	4	5	6	7	
Class	ATLETA	CLUBE	Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11-2023	Cross T Vedras-41º CM Velhos-12-11-2023	Corta-Mato - A-dos-Cunhados 02-12-2023	Corta-Mato-NAZA-07-02-2024	C.R. C.Mato-Longo - 03-02-2024	C.R. Corta-Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
1	Nicole Neves	Ass. Desportiva De Palmeiros	9	8			11	10	18	56
2	Ana Costa	SClube Lourinhanense	6	5	17		20			48
3	Benedita Caldeira	SC União Torreense	1		13		15	18		47
4	Diana Braz Pedro	Ass. Desportiva NucleOeiras	20	20						40
5	Carolina Madureira	Ass. Desportiva NucleOeiras	19	19						38
6	Ana Campeã	C Atletismo Vale Figueira				15	4		17	36
7	Matilde Nogueira	Linda-A-Pastora S C					19	16		35
8	Leonor Rodrigues	Ass. Cul. Rec. da Mealhada					14		20	34
9	Carolina Seixal	Run Tejo-PREV.SPRAIN	4	1			16	13		34
10	Lara Silva	SC União Torreense	4	5	12		5	8		34
11	Matilde Ferreira	Ass. Desportiva NucleOeiras	17	14						31
12	Beatriz Barrento	Sporting Clube de Portugal	13				18			31
13	Catarina Lopes	Ass. Desportiva NucleOeiras	18	12						30
14	Maria dos Anjos Jorge	Ass. RS Cultural de Toledo		8	20					28
15	Leonor Martins	Ingleses Futebol Clube	2				8	3	15	28
16	Carolina Patricio	GDRC Ponterrrolense				11	6	9		26
17	Carolina Ferreira	SC União Torreense	1	1	11		7	7		26
18	Margarida Pacheco	Centro Atletismo de A-D-Cunhados		6	18					24
19	Inês Nunes	Sporting Clube de Portugal					12	11		23
20	Madalena Rocha	Sporting Clube de Portugal	3	3				17		23
21	Laura Gomes	Ass. Cul. Rec. da Mealhada					9		14	23
22	Gabriela Costa	Clube Atletismo do Oeste	6	1	14					21
23	Sofia Lami	SC União Torreense	1	1			13	6		21
24	Neuza Nanja	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				20				20
25	Sara Marteleira	SClube Lourinhanense						20		20
26	Adriana Verissimo	Ass. Desportiva De Palmeiros				9		2	9	20
27	M. Leonor Rosa	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				19				19
28	Maya Soares	Sporting Clube de Portugal						19		19
29	Lara Araújo	Ass. Desp. Leões Apelaçonenses							19	19
30	Beatriz Mendes	Ass. Desportiva NucleOeiras	14	4						18
31	Bruna Coelho	CNCVG	1			17				18
32	Mariana Martins	Escola de Atletismo Rosa Oliveira		18						18
33	Ingride Filipe	JANEV				18				18
34	Byanca Carvalho	Sporting Clube de Portugal	1				17			18
35	Rita Magalhães	Clube Desportivo Feirense		17						17
36	Leonor Pacheco	CDARN				16				16
37	Rafaela Araujo	Escola de Atletismo Rosa Oliveira		16						16
38	Lara Santos	União Atlético Povoense	16							16
39	Iris Martins	Câmara Lisboa Clube							16	16
40	Maria Inês Rodrigues	Amigos do Atletismo de Mafra						15		15

**ESCALÃO-INFANTIL - FEM (continuação)**

Class	ATLETA	CLUBE	Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11-2023	Cross T Vedras-41º CM Velhos-12-11-2023	Corta-Mato - A-dos-Cunhados 02-12-2023	Corta-Mato-NAZA-07-02-2024	C.R. C.Mato-Longo - 03-02-2024	C.R. Corta-Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
41	Daynira Viegas	Ass. Cul. Rec. da Mealhada					2		13	15
42	Beatriz Melo	C.Desp. Universitário de Lisboa					3		12	15
43	Beatriz Bastos	Juventude Desportiva Almansor		15						15
44	Érica Bernardes	Ass. RS Cultural de Toledo	1	1	12					14
45	Luísa Vieira	Desportivo Monte Real				14				14
46	Carolina Fernandes	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	1			13				14
47	Joana Fonseca	Sporting Clube de Portugal						14		14
48	Nicole Elmer	Clube Pedro Pessoa-E.A		13						13
49	Marta Salvaterra	Ass. Moradores Atibá				12				12
50	Leonor Rosa	Núcleo Atletismo Zona Abóboda						12		12
51	Leonor Veríssimo	SC União Torreense	1		11					12
52	Daniela Barros	União Atlético Povoense							11	11
53	Maria Gonçalves	Clube Desportivo Feirense		11						11
54	Catarina Basilio	SC União Torreense		1	10					11
55	Clara Gageiro	Ass. Cul. Rec. da Mealhada							10	10
56	Lara de Sousa	Ass. RS Cultural de Toledo		1	9					10
57	Margarida Seixas	Clube Desportivo da Venda do Pinheiro					10			10
58	Vanessa Jesus	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				10				10
59	Leonor Matos	Soc Filar Rec Atletismo Amadora		10						10
60	Sara Ventura	Clube Atletismo do Oeste	1	1	7					9
61	Leonor Marques	Esc. De Atletismo de Coimbra		9						9
62	Delcia Jacinto	G.Desp. São Domingos							8	8
63	Caetana Bandola	Cascaiccd				8				8
64	Ema Feliciano	Clube Atletismo do Oeste			8					8
65	Maria Clara Alves	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				7				7
66	Remi Pearl Cookman	Sporting Clube de Portugal						5		5
67	Alice Abrue Frade	Sporting Clube de Portugal						4		4
68	Madalena Correia	A. Fundação Salesiano	2							2
69	Joana Lúcio	Sporting Clube de Portugal	1	1						2
70	Gabriela Barros	Ass. Desportiva NucleOeiras	1							1
71	Lara Pereira	Ass. Desportiva NucleOeiras		1						1
72	Rita Bota	Ass. Desportiva NucleOeiras		1						1
73	Isabel Chindondo	Grupo Desportivo das Pedreiras		1						1
74	Lara Borges	Individual		1						1
75	Carolina Rodrigues	Núcleo SCP de Vilar Formoso		1						1
76	Serena Da Silva	Run Tejo-PREV.SPRAIN		1						1
77	Inês Guerreiro	SC União Torreense		1						1
78	Daniela Dantas	Sporting Clube de Portugal	1							1
79	Inês Gomes	Sporting Clube de Portugal	1							1
80	Joana Maria Silva	Sporting Clube de Portugal		1						1

**ESCALÃO-INFANTIL - FEM (continuação)**

Class	ATLETA	CLUBE	Corta-Mato Abertura/Trofé u José Manuel Francisco -01- 11-2023	Cross T Vedras-41º CM Velhos- 12-11-2023	Corta-Mato - A-dos- Cunhados 02-12-2023	Corta- Mato- NAZA- 07-02- 2024	C.R. C.Mato- Longo - 03-02- 2024	C.R. Corta- Mato-Curto - 09-03- 2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
81	Joana Sapo	Sporting Clube de Portugal	1							1
82	Laura Anes	Sporting Clube de Portugal	1							1
83	Leonor Pecegueiro	Sporting Clube de Portugal		1						1
84	Maria Inês Fitas	Sporting Clube de Portugal	1							1
85	Maria Serro	Sporting Clube de Portugal		1						1
86	Noa Lázaro	Sporting Clube de Portugal		1						1
87	Sara Gonçalves	Sporting Clube de Portugal	1							1
88	Teresa Enock	Sporting Clube de Portugal		1						1
89	Filipa Santo	União Atlético Povoense	1							1



**ESCALÃO-INICIADO-FEM**

			1	2	3	4	5	6	7	
Class	ATLETA	CLUBE	Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11-2023	Cross T Vedras-41º CM Velhos-12-11-2023	Corta-Mato - A-dos-Cunhados 02-12-2023	Corta-Mato-NAZA-07-02-2024	C.R. C.Mato-Longo - 03-02-2024	C.R. Corta-Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
1	Mia Tenera	SC União Torreense	5	1	15		16	14	18	69
2	Madalena Fernandes	SClube Lourinhanense		7	19		12	18		56
3	Leonor Pinhão	SC União Torreense	9	3	20		19			51
4	Mariana Isidro	Sporting Clube de Portugal	19	12					20	51
5	Marina Silva	SC União Torreense			16		10	20		46
6	Carolina Verissimo	Ass. Cul. Rec. da Mealhada					20		19	39
7	Olívia Paulo	SC União Torreense	6	1			15	13		35
8	Alice Aniceto	Sporting Clube de Portugal	1	1			14	17		33
9	Leticia Lourenço	Clube Desportivo da Venda do Pinheiro					18	15		33
10	Matilde Ruela	Soc Filar Rec Atletismo Amadora				16	6	9		31
11	Maria B Silva	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				19	11			30
12	Catarina Travassos	Sporting Clube de Portugal		8				19		27
13	Sara Ribas	Ass. Desportiva NucleOeiras	20	6						26
14	Sofia Cerdeira	Sporting Clube de Portugal		1			9	16		26
15	Leonor Carvalho	Sporting Clube de Portugal	14	10						24
16	Eva Costa	G.Desp. São Domingos					7		15	22
17	Alice Ferreira	Ass. RS Cultural de Toledo	1	1	19					21
18	Carolina Cardim	AF Salesianos	1			20				21
19	Inês Galvão	União Atlético Povoense						8	13	21
20	Madalena Correia	AF Salesianos		2		18				20
21	Mariana Maciel	SC Braga		20						20
22	Marta Belchior	SC União Torreense	1	1	18					20
23	Lara Pereira	G. A Caranguejeira		19						19
24	Margarida Alfredo	União Atlético Povoense					8	11		19
25	Matilde Pinheiro	Centro Atletismo de A-D-Cunhados	1	1	17					19
26	Eva Cabral	C Atletismo Vale Figueira					4	5	10	19
27	Bruna Augusto	SC União Torreense	1	1	16					18
28	Leonor Alves	Sporting Clube de Portugal		18						18
29	Madalena Sampaio	AF Salesianos	18							18
30	Albina Kosovan	Cascaiccd				17				17
31	Beatriz Santos	U.Desp. Ponte Frielas					17			17
32	Caetana Neves	ACDR Arneirens		17						17
33	Inês Silva	Sporting Clube de Portugal	17							17
34	Adler Ferreira	Ass. Cul. Rec. da Mealhada							16	16
35	Alice Assunção	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				15				15
36	Ana Fung	União Atlético Povoense	15							15
37	Diana André	Ass. Académica da Bela Vista		15						15
38	Sónia Cruz	Sporting Clube de Portugal		2			13			15
39	Ana Pereira	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				14				14
40	Teresa Simões	C Atletismo Vale Figueira						12	14	26

**ESCALÃO-INICIADO - FEM (continuação)**

Class	ATLETA	CLUBE	Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11-2023	Cross T Vedras-41º CM Velhos-12-11-2023	Corta-Mato - A-dos-Cunhados 02-12-2023	Corta-Mato-NAZA-07-02-2024	C.R. C.Mato-Longo - 03-02-2024	C.R. Corta-Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
41	Matilde Ferreira	Juventude Desportiva Almansor		14						14
42	Diana Vieira	Cascaiccd				13				13
43	Laura Lourenço	Maratona Clube de Portugal		13						13
44	Madalena Martins	AF Salesianos	13							13
45	Carolina Bachi	Sporting Clube de Portugal	12							12
46	Maria Inês Lourenço	Cascaiccd				12				12
47	Matilde Raposo	U.Desp. Ponte Frielas						12		12
48	Mariana Relvas Pedro	Sporting Clube de Portugal	11							11
49	Matilde Barbosa	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				11				11
50	Raquel Cavaco	Palmense Futebol Clube		11						11
51	Sandra Reis	Run Tejo-PREV.SPRAIN		1				10		11
52	Alicia Castro	G.Desp. São Domingos							11	11
53	Barbara Pacheco	Sporting Clube de Portugal	10							10
54	Mariana Teixeira	Ass. Moradores Atibá				10				10
55	Erica Tavares	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				9				9
56	Rita Kneissler	GM 1ºDezembro Queijas		9						9
57	Rafaela Monteiro	União Atlético Povoense							9	9
58	Inês Leitão	Sporting Clube de Portugal	7	1						8
59	Lara Rodrigues	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				8				8
60	Mariana Falcão	Sporting Clube de Portugal	8							8
61	Bianca Silva	G.Desp. São Domingos							8	8
62	Catarina Guerra	União Atlético Povoense						7		7
63	Maria Amado	Sporting Clube de Portugal		7						7
64	Olívia Paulo	SC União Torreense	6	1						7
65	Rute Martins	União Atlético Povoense						6		6
66	Inês Bandeira	SC União Torreense					5			5
67	Iris Gonçalves	Clube Pedro Pessoa-E.A		5						5
68	Lara Ludovice	Sporting Clube de Portugal	5							5
69	Alexandra Tadeu	Ingleses Futebol Clube	4							4
70	Ana Barbosa	Soc Filar Rec Atletismo Amadora						4		4
71	Diana Oliveira	G. A Caranguejeira		4						4
72	Jéssica Correia	Ass. Desportiva De Palmeiros	3	1						4
73	Constança Cruzinha	Ass. Desportiva NucleOeiras					3			3
74	Alice Aniceto	Sporting Clube de Portugal	1	1						2
75	Maria do Carmo Lúcio	AF Salesianos	2							2
76	Marta Ferreira	Monte Agraço Futebol Clube	1	1						2
77	Sofia da Silva	São Pedro Futsal Clube de Faro		2						2
78	Sofia Tigeleiro	Sporting Clube de Portugal	1	1						2
79	Catarina Faria	GM 1ºDezembro Queijas		1						1
80	Catarina Santos	Casa Benfica de Faro		1						1

**ESCALÃO-INICIADO - FEM (continuação)**

Class	ATLETA	CLUBE	Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11- 2023	Cross T Vedras- 41º CM Velhos- 12-11-2023	Corta-Mato - A-dos- Cunhados 02-12-2023	Corta- Mato- NAZA-07- 02-2024	C.R. C.Mato- Longo - 03- 02-2024	C.R. Corta- Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
81	Rita Joaquim	Sporting Clube de Portugal	1							1
82	Sara Freixo	União Atlético Povoense	1							1
83	Sofia Viegas	ACDR Arneirense		1						1
84	Diana Macedo	Soc Filar Rec Atletismo Amadora		1						1
85	Iris Varela	Ass. Desportiva NucleOeiras	1							1
86	Madalena Anjos	Ass. Desportiva NucleOeiras		1						1
87	Madalena Moura	Sporting Clube de Portugal		1						1
88	Raissa Almeida	Sporting Clube de Portugal	1							1
89	Mariana Gaspar	Ass. Desportiva De Palmeiros		1						1
90	Margarida Tavares	Sporting Clube de Portugal	1							1
91	Teresa Simões	Sporting Clube de Portugal	1							1
92	Malika Saad	Sporting Clube de Portugal	1							1

**ESCALÃO-JUVENIL-FEM**

Class	ATLETA	CLUBE	1	2	3	4	5	6	7	Pontos	
			Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11-2023	Cross T Vedras-41º CM Velhos-12-11-2023	Corta-Mato - A-dos-Cunhados 02-12-2023	Corta-Mato-NAZA-07-02-2024	C.R. C.Mato-Longo - 03-02-2024	C.R. Corta-Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024		
1	Inês Francisco	Ingleses Futebol Clube					20	20		20	60
2	Rita Gaspar	Sporting Clube de Portugal	16	16					20		52
3	Sara Freixo	União Atlético Povoense						13	16	16	45
4	Beatriz Martins	Clube Atletismo Penafirme	17	1	20						38
5	Mariana Costa	G.Desp. São Domingos						17		19	36
6	Inês Jorge	Ass. RS Cultural de Toledo	14	2	18						34
7	Marta Belchior	SC União Torreense						16	18		34
8	Andreia Pacheco	Centro Atletismo de A-D-Cunhados	13	1	19						33
9	Liliana Quedas	Ass. Cul. Rec. da Mealhada						15		17	32
10	Mariana Filipe	Amigos do Atletismo de Mafra	11	1	17						29
11	Rafaela Relvas	SC União Torreense	12	1	16						29
12	Inês Veredas	Soc Filar Rec Atletismo Amadora		7					19		26
13	Carolina Correia	Sporting Clube de Portugal		20							20
14	Joana Canana	Ingleses Futebol Clube	20								20
15	Cristina Ramalho	C.Desp. Universitário de Lisboa						19			19
16	Maria Fonseca	Sport União Colareense					19				19
17	Maria Pinto Correia	Sporting Clube de Portugal	19								19
18	Catarina Oliveira	G.Desp. São Domingos								18	18
19	Ema Simão	N. S. CP Almada-Solar dos Leões		18							18
20	Érica Dias	C.Desp. Universitário de Lisboa						18			18
21	Laura Cruz	C D Galgos Audazes					18				18
22	Maria Carolina Vidal	Ass. Desp. Leões Apelaçenenses	18								18
23	Cátia Khvas	Ass. Desportiva NucleOeiras		17							17
24	Madalena Fonseca	Sporting Clube de Portugal	16	1							17
25	Madalena Gonçalves	Núcleo Atletismo Zona Abóboda					17				17
26	Raquel Silva	C Atletismo Vale Figueira							17		17
27	Beatriz Almeida	Sporting Clube de Portugal		16							16
28	Mariana Amaral	CNCVG					16				16
29	Catarina Brito	Maia Atlético Clube		15							15
30	Daniela Romão	Núcleo Atletismo Zona Abóboda					15				15
31	Íris Fernandes	União Atlético Povoense	15								15
32	Joana Lamarosa	C Atletismo Vale Figueira								15	15
33	Angelina Kosovan	Cascaiccd					14				14
34	Júlia Allende	Ass. Académica da Bela Vista		14							14
35	Margarida Galvão	Clube Desportivo da Venda do Pinheiro						14			14
36	Marta Araújo	C Atletismo Vale Figueira								14	14
37	Constança Bandola	Cascaiccd					13				13
38	Susana Santos	FCR Rossão								13	13
39	Bruna Augusto	SC União Torreense						12			12
40	Inês Sousa	Liberdade Futebol Clube		12							12

## ESCALÃO-JUVENIL-FEM - CONTINUAÇÃO

Class	ATLETA	CLUBE	Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11- 2023	Cross T Vedras- 41º CM Velhos- 12-11-2023	Corta-Mato - A-dos- Cunhados 02-12-2023	Corta- Mato- NAZA-07- 02-2024	C.R. C.Mato- Longo - 03- 02-2024	C.R. Corta- Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
41	Mafalda Melo	Ass. Cul. Rec. da Mealhada							12	12
42	Jorcimira Torres	Ass. Desp. Leões Apelaçenenses							11	11
43	Margarida Silva	Ass. RS Cultural de Toledo	10	1						11
44	Maria Vitória Braga	Sporting Clube de Portugal		11						11
45	Michelle Elmer	Clube Pedro Pessoa-E.A		10						10
46	Ana Sofia Silva	Parmelense FC		9						9
47	Joana Souto	Casa do Povo de Corroios		8						8
48	Leonor Pepe	Clube Desportivo Feirense		6						6
49	Maria Camolas	Parmelense FC		5						5
50	Sara Camolas	Parmelense FC		4						4
51	Ana Marques	Clube Desportivo Feirense		3						3
52	Inês Vieira	Clube Desportivo Feirense		1						1
53	Iris Silva	Clube Desportivo Feirense		1						1

## ESCALÃO-JUNIOR-FEM

			1	2	3	4	5	6	7	
Class	ATLETA	CLUBE	Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11-2023	Cross T Vedras-41º CM Velhos-12-11-2023	Corta-Mato - A-dos-Cunhados 02-12-2023	Corta-Mato-NAZA-07-02-2024	C.R. C.Mato-Longo - 03-02-2024	C.R. Corta-Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
1	Jessica Pereira	C Atletismo Vale Figueira				17	14	18	20	69
2	Clara Barbosa	Sporting Clube de Portugal		19			20			39
3	Beatriz Oliveira	Centro Atletismo de A-D-Cunhados	19		19					38
4	Beatriz Costa	Clube Atletismo do Oeste	18		18					36
5	Rita Costa	Sport Lisboa e Benfica	20	16						36
6	Mafalda Reis	Sporting Clube de Portugal		13				20		33
7	Carlota Almeida	Sporting Clube de Portugal		13			19			32
8	Mafalda Nogueira	Amigos do Atletismo de Mafra		12	20					32
9	Eliana Costa	Clube Desportivo Feirense		20						20
10	Mariana Grilo	CNCVG				20				20
11	Laura Gonçalves	C.Desp. Universitário de Lisboa							19	19
12	Mariana Paulino	CNCVG				19				19
13	Petra Santos	Ass. Desportiva NucleOeiras		19						19
14	Rita Carrilho	União Atlético Povoense						19		19
15	Anastasiia Marchenko	Maratona Clube de Portugal		18						18
16	Carolina Chapa	AF Salesianos				18				18
17	Sandra Guerreiro	G.Desp. São Domingos							18	18
18	Teresa Ramalho	C.Desp. Universitário de Lisboa					18			18
19	Laura Maciel	Ingleses Futebol Clube							17	17
20	Leonor Soares	União Atlético Povoense					17			17
21	Margarida Oliveira	Clube Desportivo Feirense		17						17
22	Beatriz Costa	União Atlético Povoense					16			16
23	Estefania Rebelo	G.Desp. São Domingos							16	16
24	Anastácia Kiseleva	N. S. CP Almada-Solar dos Leões		15						15
25	Inês Rosado	Clube Desportivo da Venda do Pinheiro					15			15
26	Leonor Rocha	Camara Lisboa Clube							15	15
27	Gabriela Almeida	Maia Atlético Clube		14						14
28	Adania Carvalho	Ass. Cul. Rec. da Mealhada							14	14
29	Emilia Azizova	Maratona Clube de Portugal		11						11



**ESCALÃO-SENIOR-FEM**

Class	ATLETA	CLUBE	1	2	3	4	5	6	7	Pontos
			Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11- 2023	Cross T Vedras- 41º CM Velhos- 12-11-2023	Corta-Mato - A-dos- Cunhados 02-12-2023	Corta- Mato- NAZA-07- 02-2024	C.R. C.Mato- Longo - 03- 02-2024	C.R. Corta- Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	
1	Kcénia Bougrova	Run Tejo-PREV.SPRAIN	20	14			20	20		74
2	Ana Rebelo	Run Tejo-PREV.SPRAIN	19	11			19	19		68
3	Ana Machado	União Atlético Povoense	16				16	17	18	67
4	Bárbara Rita Abreu	Run Tejo-PREV.SPRAIN	17				14	15		46
5	Leonor Fernandes	União Atlético Povoense	15					12	14	41
6	Telma Sofia Silva	Run Tejo-PREV.SPRAIN	14				12	13		39
7	Carla Almeida	ARCRSD	18		20					38
8	Tatiana Rocha	União Atlético Povoense					17	18		35
9	Amélia Vitorino	U.Desp. Ponte Frielas					15		19	34
10	Susana Casimiro	Individual	14		19					33
11	Patrícia Pais	União Atlético Povoense					13	16		29
12	Ana Mafalda Ferreira (vet)	Sporting Clube de Portugal		20						20
13	Ana Monteiro	Grupo Desportivo do Estreito							20	20
14	Sofia Cruz	C D Galgos Audazes				20				20
15	Ana Marinho	Clube São Salvador do Campo		19						19
16	Ana Rola	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				19				19
17	Anabela Aguiar	Run Tejo-PREV.SPRAIN					18			18
18	Ercilia Machado	EDV Viana Trail		18						18
19	Maria Barros Soares	Fundação Salesianos				18				18
20	Ana Catarina Mateus	JANEV				17				17
21	Carolina Marques	C Atletismo Vale Figueira							17	17
22	Rita Figueiredo	Grupo Desportivo do Estreito		17						17
23	Andreia Baiôa	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				16				16
24	Catarina Carmo	Clube Pedro Pessoa-E.A		16						16
25	Carolina Guedes	Agualva Runners							16	16
26	Catarina Borge	GM 1ºDezembro Queijas		4			11			15
27	Joana Pinto	C D Galgos Audazes				15				15
28	Márcia Silva	C. Concelho De Arcos De Valdevez							15	15
29	Maria Bernardo	Núcleo SCP de Vilar Formoso		15						15
30	Mónica Domingos	Run Tejo-PREV.SPRAIN	15							15
31	Ana Monteiro	Amigos do Atletismo de Mafra						14		14
32	Sandra Nascimento	DM Real				14				14
33	Rita Coelho	Ass. Académica da Bela Vista		13						13
34	Sofia Cristina Oliveira	Fundação Salesianos				13				13
35	Filipa Pereira	GO.Runners							13	13
36	Iris Pelinga	União Atlético Povoense							12	12
37	Rita Maio	CDARN				12				12
38	Tânia Silva	Liberdade Futebol Clube		12						12
39	Sofia Reis	Individual							11	11
40	Manuela Martins	Maratona Clube de Portugal		10						10



## ESCALÃO-SENIOR-FEM - CONTINUAÇÃO

Class	ATLETA	CLUBE	Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11- 2023	Cross T Vedras- 41º CM Velhos- 12-11-2023	Corta-Mato - A-dos- Cunhados 02-12-2023	Corta- Mato- NAZA-07- 02-2024	C.R. C.Mato- Longo - 03- 02-2024	C.R. Corta- Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
41	Rute Magalhães	Correr Loures							10	10
42	Telma Garcia	G.Desp. São Domingos					10			10
43	Beatriz Algarvio	Correr Loures							9	9
44	Inês Bandeira Santos	Ass. Cul. Rec. da Mealhada					9			9
45	Teresa Bernardi	Núcleo SCP de Vilar Formoso		9						9
46	Rita Varela	Ass. Cul. Rec. da Mealhada							8	8
47	Joana Santos	Clube Desportivo Feirense		8						8
48	Leticia Oliveira	Ass. Desp. Leões Apelaçenenses							7	7
49	Iris Bota	Amigos do Atletismo de Mafra		7						7
50	Raquel Botelho	Ass. Cul. Rec. da Mealhada							6	6
51	Ana Luis	Clube Desportivo Feirense		6						6
52	Bruna Costa	C Atletismo Vale Figueira							5	5
53	Inês Correia	Clube Desportivo Feirense		5						5
54	Ema Cunha	C Atletismo Vale Figueira							4	4
55	Maria Rita Balasteiro	C Atletismo Vale Figueira							3	3
56	Beatriz Bastos	Clube Desportivo Feirense		3						3
57	Ana Patricia Reis	Liberdade Futebol Clube		2						2
58	Raquel Neves	C Atletismo Vale Figueira							2	2
59	Andreia Botelho	Ass. Cul. Rec. da Mealhada							1	1
60	Mariana Rodrigues	C Atletismo Vale Figueira							1	1
61	Daniela Pinto	C Atletismo Vale Figueira							1	1
62	Cheila Castalheira	CMC Odivelas							1	1
63	Daniela Costa	Liberdade Futebol Clube		1						1







**ESCALÃO-VET45-FEM**

Class	ATLETA	CLUBE	1	2	3	4	5	6	7	Pontos
			Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11- 2023	Cross T Vedras- 41º CM Velho 12-11-2023	Corta-Mato - A-dos- Cunhados 02-12-2023	Corta- Mato- NAZA-07- 02-2024	CR C.Mato- Longo - 03- 02-2024	C.R. Corta- Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	
1	Carla Mendes	União Atlético Povoense	18				18	18	20	74
2	Ana Almeida	Linda-a-Pastora Sport Clube	19				13	16	18	66
3	Sara Gabriel	SClube Lourinhanense	14	9	16			11		50
4	Tânia Freitas	União Atlético Povoense	17	10			6		9	42
5	Clara Cordeiro	Ass. RS Cultural de Toledo	16	8	17					41
6	Lúcia Costa	C Atletismo Vale Figueira					12	14	14	40
7	Paula Fernandes	Clube Futebol "Os Belenenses"					20	20		40
8	Verónica Scutaru	GDRC Ponterrrolense	20		20					40
9	Teresa Silva	C Atletismo Vale Figueira						19	19	38
10	Ana Cristina Ferreira	Clube Atletismo do Oeste	13	7	16					36
11	Susana Raposo	Linda-a-Pastora Sport Clube					17	17		34
12	Cristina Pereira	Amigos do Atletismo de Mafra	12	6	15					33
13	Rita Duarte	GDRC Ponterrrolense	15		18					33
14	Céu Fernandes	Linda-a-Pastora Sport Clube					14	15		29
15	Susana Figueira	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				15		12		27
16	Fátima Gaiteiro	GDRC Ponterrrolense		11	15					26
17	Dora Silva	Ingleses Futebol Clube						10	13	23
18	Maria Goreti Borge	Linda-a-Pastora Sport Clube		13			9			22
19	Mónica Lopes	Ass. Correr Lisboa					10		12	22
20	Célia Alves	Escola de Atletismo Coimbra/J Paiva		20						20
21	Sonia Palmela	Desportivo Monte Real				20				20
22	Elisabete Gomes	Centro Atletismo de A-D-Cunhados		19						19
23	Joana Caldeira	Ass. Moradores Atibá				19				19
24	Joana Piçarra	Linda-a-Pastora Sport Clube			19					19
25	Maria do Céu Nunes	Ass. Correr Lisboa					19			19
26	Adília Rosa	Ass. Moradores Atibá				18				18
27	Ana Santos	Amigos do Atletismo de Mafra		18						18
28	Margarida Amaro	Ass. Moradores Atibá				17				17
29	Sofia Pinheiro	A Natureza Ensina		17						17
30	Raquel Frois	U.Desp. Ponte Frielas							17	17
31	Ana Lúcia Henriques	Ass. Moradores Atibá				16				16
32	Ana Rosário	A Natureza Ensina		16						16
33	Patrícia Matos	Linda-a-Pastora Sport Clube					16			16
34	Carla Henriques	Associação Vale Grande							16	16
35	Carla Coelho	Clube Futebol "Os Belenenses"					7	8		15
36	Elsa Mação	Clube Futebol "Os Belenenses"					15			15
37	Sónia Beleza	Clube Desportivo Feirense		15						15
38	Matilde Morgado	G.Desp. São Domingos							15	15
39	Patricia Monteiro	C D Galgos Audazes				14				14
40	Sónia Machado	GM 1ºDezembro Queijas		14						14

**ESCALÃO-VET45-FEM (continuação)**

Class	ATLETA	CLUBE	Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11- 2023	Cross T Vedras- 41º CM Velhos- 12-11-2023	Corta-Mato - A-dos- Cunhados 02-12-2023	Corta- Mato- NAZA-07- 02-2024	C.R. C.Mato- Longo - 03- 02-2024	C.R. Corta- Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
41	Célia Silva	Linda-a-Pastora Sport Clube						13		13
42	Ana Mafalda Cunha	AF Salesianos				13				13
43	Ana Lúcia Duarte	GDRC Ponterrolense		12						12
44	Vanessa Alves	C D Galgos Audazes				12				12
45	Dora Sousa	Clube Futebol "Os Belenenses"					11			11
46	Leonor Ferreira	J O Monte Abraão						5	6	11
47	Ana Isabel Lopes	Agualva Runners							11	11
48	Marisa Rodrigues	C D Galgos Audazes				11				11
49	Marisa Costa Abreu	CDARN				10				10
50	Telma Antunes	Associação Vale Grande							10	10
51	Ana Neto	Linda-a-Pastora Sport Clube						9		9
52	Daisy Pereira	AF Salesianos				9				9
53	Claudia Bico	Cascaiccd				8				8
54	Mariana Borges	Linda-a-Pastora Sport Clube					1	7		8
55	Elsa Nunes	Run17K Loures-Ass. Desp							8	8
56	Ana Martins	Ass. Cul. Rec. DA Mealhada					2		5	7
57	Raluca Martins	CDARN				7				7
58	Ana Cruz	CR Espirito Santo Odivelas-AJAX							7	7
59	Beatriz Matias	Linda-a-Pastora Sport Clube						6		6
60	Mariana Pantalião	Linda-a-Pastora Sport Clube					3	3		6
61	Susana Morais	C D Galgos Audazes				6				6
62	Natália Matias	Sobral Monte Agraço FC		5						5
63	Paula Rodrigues	Ass. Correr Lisboa					5			5
64	Soraia Caria	Individual				5				5
65	Fernanda Lattuada	Clube Futebol "Os Belenenses"					4			4
66	Filomena Rebelo	A Natureza Ensina		4						4
67	Maria Jardim	Cascaiccd				4				4
68	Susana Abrantes	Clube Desportivo da Venda do Pinheiro						4		4
69	Ana Luisa Marques	Individual							4	4
70	Mariana Bizarro	A Natureza Ensina		3						3
71	Rute Vilarinho	CDARN				3				3
72	Valderice Gonçalves	ADC Catujal							3	3
73	Luisa Barbas	Cascaiccd				2				2
74	Ana Caliça	Alverca Urban Runners							2	2
75	Carla Simões	Ass. Desportiva De Palmeiros					1			1
76	Marta Lopes	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				1				1
77	Rita Pereira	CDARN				1				1
78	Sónia Faria	C Atletismo Vale Figueira					1			1
79	Susana Silva	C D Galgos Audazes				1				1
80	Tânia Pinto	C D Galgos Audazes				1				1



**ESCALÃO-VET50-FEM**

			1	2	3	4	5	6	7	
Class	ATLETA	CLUBE	Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11-2023	Cross T Vedras-41º CM Velhos-12-11-2023	Corta-Mato - A-dos-Cunhados 02-12-2023	Corta-Mato-NAZA-07-02-2024	C.R. C.Mato-Longo - 03-02-2024	C.R. Corta-Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
1	Elisabete Gomes	Centro Atletismo de A-D-Cunhados	20	20	20		20	20		100
2	Elisabete Carvalho	Individual	15	17			14		18	64
3	Rosália Saldanha	Sobral Monte Agraço FC	17	19			18			54
4	Cláudia Borralho	Run Tejo-PREV.SPRAIN	16	18				13		47
5	Carla Conceição	Clube Futebol "Os Belenenses"				17	16	9		42
6	Fernanda Santinha	G R C Desportivo Leião					19	18		37
7	Ana Cleto	Amigos do Atletismo de Mafra	18					17		35
8	Anabela Ferreira	Clube Futebol "Os Belenenses"					17	15		32
9	Ana Macedo	União Atlético Povoense	11					5	15	31
10	Maria Ferreira	GDRC Ponterrolense		14	17					31
11	Fernanda Gil	Ingleses Futebol Clube						11	19	30
12	Ana Abrunhosa	Linda-a-Pastora Sport Clube					15	10		25
13	Ana Letra	Linda-a-Pastora Sport Clube	13				11			24
14	Cristina Cunha	Ass. Desportiva De Palmeiros	12				8	4		24
15	Catarina Quintas	Individual	14				9			23
16	Cristina Garcia	Ass. Moradores Atibá				20				20
17	Filomena Santos	CR Espirito Santo Odivelas-AJAX							20	20
18	Ana Araújo	Amigos do Atletismo de Mafra	19							19
19	Ana Frutuoso	Linda-a-Pastora Sport Clube						19		19
20	Isabel Santos	Fed. Família Para A Paz Mundial			19					19
21	Laura Ozzelo	Papagaio				19				19
22	Ana Catarina Quintas	Individual			18					18
23	Helena Messely	Ass. Moradores Atibá				18				18
24	Helena Pinto	Run17K Loures-Ass. Desp							17	17
25	Ana Pereira	Ass. Desportiva NucleOeiras						16		16
26	Natália Dias	Run Tejo-PREV.SPRAIN		16						16
27	Sandra Tomé	C D Galgos Audazes				16				16
28	Paula Alexandra Almeida	Ass. Correr Lisboa							16	16
29	Anabela Santos	Linda-a-Pastora Sport Clube					7	8		15
30	Inês Pereira	Soc Filar Rec Atletismo Amadora		15						15
31	Sonia Pinto	C D Galgos Audazes				15				15
32	Isabel Vieira	CASCAICCD				14				14
33	Sandra Bação	G R C Desportivo Leião						14		14
34	Carmo Fernandes	CR Espirito Santo Odivelas-AJAX							14	14
35	Carla Pedrosa	Clube Futebol "Os Belenenses"					13			13
36	Maria Bica	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				13				13
37	Fátima Lucas	CMC Odivelas							13	13
38	Carla Destapado	CASCAICCD				12				12
39	Anabela Ruivo	Run17K Loures-Ass. Desp							12	12
40	Rita Barão	Ass. Correr Lisboa					12			12



**ESCALÃO-VET50-FEM (continuação)**

Class	ATLETA	CLUBE	1 Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11-	2 Cross T Vedras- 41º CM Velhos- 12-11-2023	3 Corta-Mato - A-dos- Cunhados 02-12-2023	4 Corta- Mato- NAZA-07- 02-2024	5 C.R. C.Mato- Longo - 03- 02-2024	6 C.R. Corta- Mato-Curto - 09-03-2024	7 Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
41	Patricia Matos	Linda-a-Pastora Sport Clube						12		12
42	Elisabete Maria	CMC Odivelas							11	11
43	Deolinda Marques	C D Galgos Audazes				11				11
44	Cristina Paiva	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				5	3	2		10
45	Ana Alves	Papagaio				10				10
46	Anabela Jorge	Ass. Cul. Rec. DA Mealhada							10	10
47	Nelaida Marquez	Papagaio				9				9
48	Rita Mina	Linda-a-Pastora Sport Clube					6	3		9
49	Alexandra Marina Pestana	Individual							9	9
50	Teresa Fernandes	Correr SR Granja							8	8
51	Micaela Silva	CASCAICCD				8				8
52	Maria Rocha	Camara Lisboa Clube							7	7
53	Paula Soares	CBenfica Algueirão Mem Martins						7		7
54	Rosa Gameiro	Desportivo Monte Real				7				7
55	Claudia Baltazar	CR Espirito Santo Odivelas-AJAX							6	6
56	Paula Almeida	Ass. Correr Lisboa						6		6
57	Sandra Almeida	Ass. Moradores Atibá				6				6
58	Eunice Carvalho	CR Espirito Santo Odivelas-AJAX							5	5
59	Rosa Marques	Run Tejo-PREV.SPRAIN					5			5
60	Maria Silva	Individual							4	4
61	Teresa Simões	CASCAICCD				4				4
62	Ana Tita	CMC Odivelas							3	3
63	Cristina Paiva	Núcleo Atletismo Zona Abóboda				3				3
64	Teresa Rodrigues	Desportivo Monte Real				3				3
65	Carla Simões	Ass. Desportiva De Palmeiros				2				2
66	Odete Brás	CR Espirito Santo Odivelas-AJAX							2	2
67	Alicia Santos	Futebol				1				1
68	Cristina Santos	União Rec				1				1





### ESCALÃO-VET70-FEM

			1	2	3	4	5	6	7	
Class	ATLETA	CLUBE	Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11- 2023	Cross T Vedras- 41º CM Velhos- 12-11-2023	Corta-Mato - A-dos- Cunhados 02-12-2023	Corta- Mato- NAZA-07- 02-2024	C.R. C.Mato- Longo - 03- 02-2024	C.R. Corta- Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
1	Mariana Soares	Ass. Cul. Rec. DA Mealhada							20	20
2	Teresa Brito	C Atletismo Vale Figueira							19	19

### ESCALÃO-VET75-FEM

			1	2	3	4	5	6	7	
Class	ATLETA	CLUBE	Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11- 2023	Cross T Vedras- 41º CM Velhos- 12-11-2023	Corta-Mato - A-dos- Cunhados 02-12-2023	Corta- Mato- NAZA-07- 02-2024	C.R. C.Mato- Longo - 03- 02-2024	C.R. Corta- Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
1	Isabel Lino	Linda-a-Pastora Sport Clube					20	20		40

### DESPORTO ADAPTADO-FEM

			1	2	3	4	5	6	7	
Class	ATLETA	CLUBE	Corta-Mato Abertura/Troféu José Manuel Francisco -01-11- 2023	Cross T Vedras- 41º CM Velhos- 12-11-2023	Corta-Mato - A-dos- Cunhados 02-12-2023	Corta- Mato- NAZA-07- 02-2024	C.R. C.Mato- Longo - 03- 02-2024	C.R. Corta- Mato-Curto - 09-03-2024	Corta-Mato Vale Figueira - 24-03-2024	Pontos
1	Beatriz Pires	União Atlético Povoense	20				20	20	20	80
2	Laura Sousa	G.Desp. São Domingos							19	19
3	Cátia Mascarenhas	U.Desp. Ponte Frielas							18	18

**NOTA: A pontuação em AZUL - Quer disser que o atleta mudou de escalão**