

Migliori Prestazioni Siciliane Master Outdoor Femminili

aggiornamento al 31 Dicembre 2016

a cura di Michelangelo Granata

100 METRI					
SF35	11"95	Gentili Manuela	Cus Palermo	Modena	25/04/13
SF40	12"59	Ruggeri Maria	Atl. Villafranca Me	Alcamo	12/09/14
SF45	12"70	Ruggeri Maria	Atl. Villafranca Me	Modena	05/07/14
	12"54v	Ruggeri Maria	Atl. Villafranca Me	Misterbianco Ct	18/07/15
SF50	13"52	Roccamo Marta	Atl. Villafranca Me	Misterbianco Ct	01/07/16
SF55	16"7	Villani Maria Teresa	Amatori Palermo	Palermo	01/06/94
	16"87v	Danese Rossella	Scuola Atl. Leggera Catania	Comacchio Fe	23/06/12
SF60	17"1	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	23/03/97
SF65	16"8	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	26/08/00
SF70	20"7	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Messina	18/10/08
SF75	20"26	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	06/06/09

v = con vento superiore ai 2 m/s

200 METRI					
SF35	24"22	Gentili Manuela	Cus Palermo	Vigevano	01/05/13
SF40	25"68	Ruggeri Maria	Cus Palermo	Reggio Calabria	07/07/12
SF45	25"88	Ruggeri Maria	Atl. Villafranca Me	İzmir (Smirne)	30/08/14
SF50	27"66	Roccamo Marta	Atl. Villafranca Me	Misano Adriatico	11/06/06
SF55	35"70	Danese Rossella	Scuola Atl. Leggera Catania	Comacchio Fe	24/06/12
SF60	37"38	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Viareggio Lu	20/06/98
SF65	37"88	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Formia Lt	18/06/99

400 METRI					
SF35	53"62	Gentili Manuela	Cus Palermo	Friburgo	03/08/13
SF40	58"30	Pollina Lucia	Cus Palermo	Arezzo	09/07/16
SF45	1'01"33	Ruggeri Maria	Atl. Villafranca Me	Enna	06/09/14
SF50	1'13"85	Danese Rossella	Lib. Trinacria Catania	Misano Adriatico	10/06/06
SF55	1'23"76	Pennisi Lorenza	Atl. Fortitudo Catania	Enna	20/06/15
SF60	1'37"28	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Cesenatico Fc	28/06/96
SF65	1'54"3	De Crescenzo Elena	Atl. Pineta Nicolosi	Catania	12/08/89

800 METRI					
SF35	2'10"71	Pollina Lucia	Cus Palermo	Mondovì Cn	12/06/11
SF40	2'14"35	Pollina Lucia	Cus Palermo	Arezzo	10/07/16
SF45	2'29"0	Aliquò Daniela	Amatori Santantonese Ct	Catania	26/07/08
SF50	2'35"10	Aliquò Daniela	Atl. Caltagirone Ct	Modena	06/07/14
SF55	2'56"1	D'Orazio Paola	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	26/07/08
SF60	3'02"0	Caruso Grazia	Amatori Palermo	Siracusa	28/09/96
SF65	4'09"9	De Crescenzo Elena	Atl. Pineta Nicolosi	Catania	25/05/89

**MIGLIORI PRESTAZIONI SICILIANE
OUTDOOR AMATORI/MASTER
FEMMINILI
(aggiornamento al 31 Dicembre 2016)**

1500 METRI

SF35	4'30"00	Viola Simona	Cus Palermo	Villafranca Vr	30/06/07
SF40	4'57"18	Accardi Monica	Cus Palermo	Siracusa	26/06/10
SF45	5'06"9	Aliquò Daniela	Amatori Santantonese Ct	Palermo	07/06/08
SF50	5'18"94	Aliquò Daniela	Atl. Caltagirone Ct	Modena	05/07/14
SF55	5'51"4	Caruso Grazia	Amatori Palermo	Cesenatico Fc	22/09/95
SF60	5'59"8	Caruso Grazia	Amatori Palermo	Caltanissetta	06/06/96
SF65	7'29"19	Di Stefano Maria Letizia	Unvs Fontanarosa Catania	Salerno	01/10/05

3000 METRI

SF35	9'38"09	Viola Simona	Cus Palermo	Nembro Bg	20/07/07
SF40	10'45"5	Aliquò Daniela	Genesis Catania	Catania	10/09/05
SF45	10'33"0	Betta Tatiana	Pod. Messina	Misterbianco Ct	12/07/14
SF50	11'47"4	Aliquò Daniela	Atl. Caltagirone Ct	Misterbianco Ct	31/05/14
SF55	12'08"0	Caruso Grazia	Amatori Palermo	Catania	01/07/95
SF60	12'45"8	Caruso Grazia	Amatori Palermo	Catania	09/06/96
SF65	15'20"75	Di Stefano Maria Letizia	Unvs Fontanarosa Catania	Salerno	02/10/05

5000 METRI

SF35	16'15"93	Viola Simona	Cus Palermo	Trento	02/06/07
SF40	17'59"69	Betta Tatiana	Gioadventures Game Ct	Macerata	25/09/11
SF45	17'54"85	Betta Tatiana	Pod. Messina	Messina	07/06/15
SF50	20'34"7	Aliquò Daniela	Atl. Caltagirone Ct	Misterbianco Ct	10/04/13
SF55	21'11"30	Caruso Grazia	Amatori Palermo	Cesenatico Fc	22/09/95
SF60	26'21"1	Ienna Antonina	Amatori Palermo	Palermo	06/04/16

10.000 METRI

SF35	34'12"94	Viola Simona	Cus Palermo	Pavia	10/05/07
SF40	37'40"3	Betta Tatiana	Gioadventures Game Ct	Misterbianco Ct	17/04/11
SF45	37'22"1	Betta Tatiana	Pod. Messina	Messina	11/04/15
SF50	44'00"48	Aliquò Daniela	Atl. Caltagirone Ct	Misterbianco Ct	27/04/13
SF55	47'34"7	Plantera Elena	Scuola Atl. Leggera Catania	Catania	24/04/16
SF60	46'34"0	Caruso Grazia	Amatori Palermo	Catania	02/05/98
SF65	52'12"9	Di Stefano Maria Letizia	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	11/09/04

3000 METRI SIEPI

SF35	11'49"75	Ingallinera Sabrina	Cus Catania	Viareggio Lu	29/09/07
-------------	----------	---------------------	-------------	--------------	----------

80 METRI OSTACOLI

SF45	13"24	Forcellini Carla	Pol. Europa Capaci Pa	Riccione Rn	12/09/07
-------------	-------	------------------	-----------------------	-------------	----------

**MIGLIORI PRESTAZIONI SICILIANE
OUTDOOR AMATORI/MASTER
FEMMINILI
(aggiornamento al 31 Dicembre 2016)**

200 METRI OSTACOLI

SF35	36"61	Nilssen Therese	Scuola di Atl. Leggera Catania	Enna	22/06/14
SF40	33"07	Accardi Monica	Cus Palermo	Siracusa	27/06/10
SF45	45"0	Gioia Caterina	Cus Palermo	Palermo	08/06/08
SF50	1'02"7	Danese Rossella	Amatori Santantonese Ct	Palermo	08/06/08

300 METRI OSTACOLI

SF35	39"98	Gentili Manuela	Cus Palermo	Vigevano	22/05/13
-------------	-------	-----------------	-------------	----------	----------

400 METRI OSTACOLI

SF35	55"83	Gentili Manuela	Cus Palermo	Milano	28/07/13
-------------	-------	-----------------	-------------	--------	----------

MARCIA 3000 METRI

SF35	14'12"69	Betta Tatiana	Scuola di Atl. Leggera Ct	Roma	12/06/05
SF40	15'29"4	Zuccaro Laura	Scuola Atl. Leggera Catania	Catania	11/07/09
SF45	16'53"7	Manzella Adriana	Ortigia Marcia Siracusa	Siracusa	01/07/06
SF50	17'08"0	Manzella Adriana	Ortigia Marcia Siracusa	Siracusa	25/07/09
SF55	18'31"9	Manzella Adriana	Ortigia Marcia Siracusa	Misterbianco Ct	26/04/14
SF60	20'26"6	Perricone Elina	Ortigia Marcia Siracusa	Misterbianco Ct	26/04/14
SF65	22'23"9	Abbate Concetta	Taormina Athletic Club Me	Catania	27/03/94
SF70	22'26"3	Abbate Concetta	Taormina Athletic Club Me	Caltanissetta	01/09/01
SF75	24'09"3	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	12/09/09

MARCIA 5000 METRI

SF35	23'25"83	Betta Tatiana	Scuola Atl. Leggera Catania	Catania	20/05/06
SF40	24'33"47	Betta Tatiana	Gioadventures Game Ct	Macerata	24/09/11
SF45	29'11"93	Manzella Adriana	Ortigia Marcia Siracusa	Misano Adriatico	11/06/06
SF50	29'32"31	Manzella Adriana	Ortigia Marcia Siracusa	Cattolica Rn	21/06/09
SF55	31'26"60	Manzella Adriana	Ortigia Marcia Siracusa	Arezzo	10/07/16
SF60	33'34"32	Perricone Elina	Ortigia Marcia Siracusa	Cosenza	02/10/11
SF65	35'37"23	Perricone Elina	Ortigia Marcia Siracusa	Enna	27/09/15
SF75	43'50"05	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	13/06/10

MARCIA 10.000 METRI

SF35	1.04'42"43	La Pinta Giovanna	Atl. 2001 S.P. Clarenza Ct	Misterbianco Ct	18/05/14
SF40	1.03'28"20	Raffa Daniela	Ortigia Marcia Siracusa	Misterbianco Ct	18/05/14
SF45	1.02'43"33	Famea Anna Maria	U.S. Tyndaris Pattese Me	Misterbianco Ct	18/05/14
SF50	1.07'00"47	Caffi Lorena	Unvs Fontanarosa Catania	Misterbianco Ct	18/05/14
SF55	1.11'30"58	Giuliano Grazia Maria	Ortigia Marcia Siracusa	Misterbianco Ct	18/05/14
SF60	1.10'30"48	Perricone Elina	Ortigia Marcia Siracusa	Misterbianco Ct	18/05/14

**MIGLIORI PRESTAZIONI SICILIANE
OUTDOOR AMATORI/MASTER
FEMMINILI
(aggiornamento al 31 Dicembre 2016)**

ALTO

TF	1,56	Esposito Antonella	Lib. S.S. Trinacria Catania	Caltanissetta	09/06/96
SF35	1,50	Malerba Giuseppina	Pol. Europa Capaci Pa	Catania	20/05/06
SF40	1,50	Esposito Antonella	Scuola Atl. Leggera Catania	Palermo	10/06/12
SF45	1,50	Esposito Antonella	Scuola Atl. Leggera Catania	Misterbianco	06/07/13
	1,50*	Esposito Antonella	Scuola Atl. Leggera Catania	Enna	20/07/13
SF50	1,11	Lo Meo Domenica	Cus Palermo	Siracusa	27/06/10
	1,11*	Moscati Teodora	Selene Siracusa	Enna	08/09/12
SF55	1,36	Micieli Carmela	Femminile Diana Siracusa	Misterbianco	14/07/15
SF60	0,90	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	05/05/97
SF65	1,00	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	03/05/03
SF70	1,00	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	12/09/04
SF75	0,95	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	07/06/09

ASTA

SF35	3,60	Bresciani Maria Carla	Cus Palermo	Palermo	05/07/09
SF40	3,20	Marano Lorena	Scuola Atl. Leggera Catania	Palermo	06/07/08
SF45	3,40	Forcellini Carla	Pol. Europa Capaci Pa	Ostia-Roma	21/07/07

LUNGO

SF35	5,44	Malerba Giuseppina	Pol. Europa Capaci Pa	Siracusa	10/05/07
SF40	5,40	Celesia Luisa	Lib. Marte Siracusa	Siracusa	24/06/04
SF45	4,89	Celesia Luisa	Femminile Diana Siracusa	Siracusa	05/10/10
SF50	3,10	Villani Maria Teresa	Amatori Palermo	Catania	26/04/90
SF55	3,76	Micieli Carmela	Femminile Diana Siracusa	Enna	15/06/14
SF60	1,95	Termini Margherita	Cus Palermo	Palermo	07/06/08

TRIPLO

SF35	11,72	Malerba Giuseppina	Pol. Europa Capaci Pa	Catania	07/07/07
SF40	11,50	Celesia Luisa	Lib. Marte Siracusa	Siracusa	19/07/03
SF45	10,39	Celesia Luisa	Femminile Diana Siracusa	Siracusa	24/09/10

PESO

SF35	14,64	Tranchina Maria	Cus Palermo	Milano	28/06/03
SF40	13,63	Tranchina Maria	Cus Palermo	Palermo	12/07/08
SF45	12,53	Tranchina Maria	Cus Palermo	Palermo	17/04/13
SF50	7,87	Galatioto Gregoria Lucia	Scuola di Atl. Leggera Ct	Palermo	09/06/12
SF55	7,56	Villani Maria Teresa	Amatori Palermo	Palermo	21/05/95
SF60	6,94	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	07/09/96
SF65	7,23	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Palermo	06/07/02
SF70	6,62	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	16/10/04
SF75	6,56	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Comacchio Fe	24/06/12
SF80	6,30	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Modena	05/07/14

**MIGLIORI PRESTAZIONI SICILIANE
OUTDOOR AMATORI/MASTER
FEMMINILI
(aggiornamento al 31 Dicembre 2016)**

DISCO

SF35	39,23	Tranchina Maria	Cus Palermo	Milano	29/06/03
SF40	35,24	Tranchina Maria	Cus Palermo	Palermo	08/06/08
SF45	33,95	Tranchina Maria	Cus Palermo	Palermo	12/05/13
SF50	28,18	Di Dio Teresa	Cus Catania	Palermo	10/05/15
SF55	22,24	Villani Maria Teresa	Amatori Palermo	Caorle Ve	17/09/94
SF60	20,29	Villani Maria Teresa	Amatori Palermo	Catania	03/07/99
SF65	19,12	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Palermo	07/07/02
SF70	19,51	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	03/07/05
SF75	13,14	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Comacchio Fe	23/06/12
SF80	15,50	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Modena	04/07/14

MARTELLO con MANIGLIA CORTA

SF35	15,96	Tranchina Maria	Cus Palermo	Riccione Rn	15/09/07
SF40	14,00	Tranchina Maria	Cus Palermo	Enna	25/06/11
SF45	12,38	Tranchina Maria	Cus Palermo	Catania	26/04/13
SF55	6,41	Mendolia Carmela	Scuola Atl. Leggera Catania	Enna	08/09/12
SF60	8,79	Villani Maria Teresa	Amatori Palermo	Formia Lt	20/10/02
SF65	8,95	Villani Maria Teresa	Amatori Palermo	Catania	22/07/05
SF70	6,72	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	16/10/04
SF80	7,67	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	08/10/16

MARTELLO

SF35	53,96	Tranchina Maria	Cus Palermo	Palermo	02/06/04
SF40	49,31	Tranchina Maria	Cus Palermo	Palermo	12/07/08
SF45	43,19	Tranchina Maria	Cus Palermo	Palermo	06/07/13
SF50	17,32	Galatioto Gregoria Lucia	Amatori Santantonese Ct	Catania	11/07/09
SF55	22,09	Villani Maria Teresa	Amatori Palermo	Cesenatico Fc	12/09/98
SF60	22,92	Massa Costanza	Scuola Atl. Leggera Catania	Enna	11/09/16
SF65	22,42	Villani Maria Teresa	Amatori Palermo	Roma	15/10/05
SF70	13,80	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	16/10/04
SF80	16,62	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	08/10/16

GIAVELLOTTO

SF35	34,76	Pollaci Valeria	Lib. Marte Siracusa	Catania	08/05/03
SF40	25,26	Buggea Letizia	Acsi Sirio 2000 Palermo	Palermo	13/07/08
SF45	29,01	Parolino Giuseppina	Scuola Atl. Leggera Catania	Messina	22/06/13
SF50	18,66°	Villani Maria Teresa	Amatori Palermo	Catania	07/09/91
SF55	18,96	Cantale Maria	Lib. N.G. Amatori Acireale Ct	Catania	14/06/92
SF60	17,94	Cantale Maria	Com. Com. S. Lib. Acireale Ct	Catania	30/07/94
SF65	18,80	Cantale Maria	Com. Com. S. Lib. Acireale Ct	Catania	22/06/02
SF70	13,45	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Comacchio Fe	04/06/05
SF75	11,89	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Comacchio Fe	23/06/12
SF80	10,54	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Modena	06/07/14

° 400 g

**MIGLIORI PRESTAZIONI SICILIANE
OUTDOOR AMATORI/MASTER
FEMMINILI
(aggiornamento al 31 Dicembre 2016)**

PENTATHLON LANCI

SF35	3791 p.	Tranchina Maria	Cus Palermo	Riccione Rn	15/09/07
SF40	3340 p.	Tranchina Maria	Cus Palermo	Reggio Calabria	04/06/11
SF45	3354 p.	Tranchina Maria	Cus Palermo	Catania	26/04/13
SF55	1765 p.	Galatioto Gregoria Lucia	Scuola di Atl. Leggera Ct	Catania	13/09/14
	1765 p.*	Galatioto Gregoria Lucia	Scuola di Atl. Leggera Ct	Catania	26/05/16
SF60	2421 p.	Villani Maria Teresa	Amatori Palermo	Formia Lt	20/10/02
SF65	2762 p.	Villani Maria Teresa	Amatori Palermo	Roma	15/10/05
SF70	2777 p.	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	16/10/04
SF80	2859 p.	Tonazzo Teresina	Unvs Fontanarosa Catania	Catania	08/10/16

STAFFETTA 4x100 METRI

SF35	58"4	Lib. S.S. Trinacria Catania Aliquò Daniela, Marano Lorena, Allegra Francesca, Danese Rossella)		Messina	16/06/01
SF40	54"39	Cus Palermo (Gioia Caterina, Accardi Monica, Roccamo Marta, Ruggeri Maria)		Catania	06/06/09
SF45	57"66	Cus Palermo (Orlando Maria, Gioia Caterina, Roccamo Marta, Ruggeri Maria)		Siracusa	26/06/10
SF50	1'15"01	Ortigia Marcia Siracusa (Sciuto Elena, Frau Carla Adriana Fiamme, Giuffrida Elisabetta, Romano Anna)		Enna	21/06/14
SF55	1'07"4	Unvs Fontanarosa Catania (Rinaldi Carmela, Pennisi Lorenza, Tonazzo Teresina, Raciti Rita Grazia)		Catania	09/06/97

STAFFETTA 100-200-300-400 METRI

SF35	3'00"9	Unvs Fontanarosa Catania (Irrera Maria Anna, Raciti Rita Grazia, Rinaldi Carmela, Grimaldi Filippa)		Palermo	07/09/03
SF40	2'43"7	Lib. S.S. Trinacria Catania (Danese Rossella, Di Mauro Carmela, Aliquò Daniela, Cavallaro Alessandra)		Catania	13/07/03
SF45	2'59"2	Unvs Fontanarosa Catania (Tonazzo Teresina, Raciti Rita Grazia, Campione Angela, Rinaldi Carmela)		Catania	13/07/03

STAFFETTA 4x400 METRI

SF35	4'51"4	Lib. S.S. Trinacria Catania (Danese Rossella, Cavallaro Alessandra, Allegra Francesca, Aliquò Daniela)		Ostia-Roma	18/09/01
SF40	4'32"3	Cus Palermo (Gioia Caterina, Iervolino Rosalia, Ruggeri Maria, Accardi Monica)		Palermo	08/06/08
SF45	5'16"9	Lib. S.S. Trinacria Catania (Danese Rossella, Russo Maria Anna, Arcidiacono Maria, Cavallaro Alessandra)		Catania	25/06/06
SF50	6'06"76	Scuola Atl. Leggera Catania (Marano Lorena, Parolino Giuseppina, Plantera Elena, Danese Rossella)		Montecassiano	22/09/13

*primato eguagliato