



60 Metros Planos (Femininos)

<i>Regional AAP</i>	7,48	Carla Tavares	1982 Sen	FCP	23/02/2008 0800012
<i>Regional AAP</i>	7,73	Tânia Duarte	1990 Jun	FCP	14/02/2009 Pombal 03009
<i>Regional AAP</i>	7,73	Catarina Lopes	1988 Jun	FCP	17/02/2007 0700012
<i>Regional AAP</i>	7,83	Daniela França	1995 Juv	MAC	18/02/2012 Espinho 03012
<i>Regional AAP</i>	7,80	Alexandra Pina	1972 Ini	BFC	14/02/1987
<i>Regional AAP</i>	8,30	Noémia Teixeira	1976 Inf	CDUP	11/02/1989





60 Metros Planos (Masculinos)

<i>Regional AAP</i>	6,73	Mário Barbosa	1977 Sen	FCP	<i>07/02/1998 Espinho</i>
<i>Regional AAP</i>	6,90	Carlos Nascimento	1994 Jun	ESCMOV	<i>28/01/2012 Espinho / Pombal 03007</i>
<i>Regional AAP</i>	6,93	Carlos Nascimento	1994 Juv	ESCMOV	<i>08/01/2011 Pombal 03003</i>
<i>Regional AAP</i>	7,30	Vasco Santos	1976 Ini	CIPA	<i>02/02/1991</i>
<i>Regional AAP</i>	8,16	Diogo Guerra	1999 Inf	MAC	<i>28/01/2012 Braga 47013</i>





200 Metros (Femininos)

Regional AAP	2 4,42	Cristina Regalo	1969 Sen	USCP	27/02/1994 Sevilha
Regional Aap	2 5,04	Daniela França	1995 Jun	MAC	17/02/2013
Regional AAP	2 5,23	Daniela França	1995 Juv	MAC	19/02/2012 Espinho 03012





200 Metros (Masculinos)

Regional AAP	2 1,58	Mário Barbosa	1977 Sen	FCP	18/02/1998
Regional AAP	2 2,08	Diogo Santos	1991 Jun	FCP	14/02/2010 Pombal 03009
Regional AAP	2 2,17	Carlos Nascimento	1994 Juv	ESCMOV	23/01/2011 Pombal 03006





150 Metros (Femininos)

Regional AAP

2 0,35

Ana Costa

2002 Inf

MAC

21/12/2014 Braga 47002





250 Metros Planos (Femininos)

Regional AAP

3 5,37

Ines Aires

1997 Ini

MAC

30/12/2012 Braga 47008





250 Metros Planos (Masculinos)

Regional AAP

3 0,78

Diogo Guerra

1999 Ini

MAC

21/12/2014 Braga 47002





300 Metros Planos (Femininos)

<i>Regional AAP</i>	3 9,20	Elsa Amaral	1966 Sen	FCP	<i>07/02/1993</i>
<i>Regional AAP</i>	4 1,90	Sónia Machado	1976 Jun	CIPA	<i>07/02/1993</i>
<i>Regional AAP</i>	4 1,90	Sónia Machado	1976 Juv	CIPA	<i>07/02/1993</i>
<i>Regional AAP</i>	4 4,10	Sónia Machado	1976 Ini	CIPA	<i>20/01/1991</i>





300 Metros Planos (Masculinos)

<i>Regional AAP</i>	3 4,71	Luis Freitas	1979 Sen	FCP	<i>15/01/2000 Espinho</i>
<i>Regional AAP</i>	3 5,32	Diogo Santos	1991 Jun	FCP	<i>12/12/2009 Braga 47004</i>
<i>Regional AAP</i>	3 6,48	Emanuel Neves	1990 Juv	FCP	<i>14/02/2007 0738021</i>
<i>Regional AAP</i>	3 9,76	João Begonha	1980 Ini	BFC	<i>26/02/1995</i>





400 Metros Planos (Femininos)

<i>Regional AAP</i>	5 4,87	Elsa Amaral	1966 Sen	FCP	17/02/1990
<i>Regional AAP</i>	5 6,61	Cátia Nunes	1990 Jun	FCP	31/01/2009 Espinho / Pombal 03006
<i>Regional AAP</i>	5 9,22	Elsa Maia	1996 Juv	GT	19/01/2013 Pombal 03008





400 Metros Planos (Masculinos)

<i>Regional AAP</i>	4 7,80	José Mendes	1972 Sen	CDUP	28/02/1992
<i>Regional AAP</i>	4 9,09	José Mendes	1972 Jun	CDUP	23/02/1991
<i>Regional AAP</i>	5 1,20	Vasco Santos	1971 Juv	CIPA	13/02/1988





600 Metros (Femininos)

Regional AAP

1 4 8,23

Rute Simões

1995 Inf

ARES

02/03/2008 0838020





800 Metros (Femininos)

<i>Regional AAP</i>	2 0 0,81	Carla Sacramento	1971 Sen	MCM	17/02/1995 Sevilha
<i>Regional AAP</i>	2 0 8,56	Marina Bastos	1971 Jun	CBP	11/02/1990
<i>Regional AAP</i>	2 1 1,70	Diana Soares	1992 Juv	ARBV	24/02/2008 0800012
<i>Regional AAP</i>	2 1 9,51	Sofia Teixeira	1997 Ini	UDV	28/01/2012 Braga 47013





800 Metros (Masculinos)

<i>Regional AAP</i>	1 4 8,52	Luis Fonseca	1980 Sen	FCP	08/03/2003 Espinho
<i>Regional AAP</i>	1 5 2,39	Bruno Moreira	1987 Jun	ARLVG	26/02/2006 Espinho
<i>Regional AAP</i>	1 5 5,22	José Azevedo	1975 Juv	CIPA	16/02/1992
<i>Regional AAP</i>	2 0 2,85	Filipe Magalhaes	1999 Ini	UDV	20/12/2014 Braga 47001





1.000 Metros (Femininos)

<i>Regional AAP</i>	2 3 5,88	Carla Sacramento	1971 Sen	MCM	10/02/1996 <i>Birming</i>
<i>Regional AAP</i>	2 5 1,60	Teresa Marinho	1977 Jun	TGD	06/01/1996
<i>Regional AAP</i>	2 5 3,33	Diana Soares	1992 Juv	ARBV	03/01/2009 <i>Braga 47010</i>
<i>Regional AAP</i>	2 5 7,39	Diana Soares	1992 Ini	ARBV	06/01/2007 <i>0747011</i>
<i>Regional AAP</i>	3 0 7,96	Ana Nunes	1999 Inf	CDCC	21/12/2011 <i>Braga 47006</i>





1.000 Metros (Masculinos)

<i>Regional AAP</i>	2 2 3,00	Cândido Maia	1969 Sen	FCP	26/01/1992
<i>Regional AAP</i>	2 3 1,68	Fernando Márcio	1979 Jun	USCP	06/01/1996
<i>Regional AAP</i>	2 3 1,86	Fernando Márcio	1979 Juv	USCP	06/01/1996
<i>Regional AAP</i>	2 4 0,33	João Cruz	1994 Ini	MAC	19/12/2009 Braga 47005
<i>Regional AAP</i>	2 5 4,44	Bruno Moreira	1987 Inf	ARLVG	30/01/2000





1.500 Metros (Femininos)

<i>Regional AAP</i>	4 0 4,11	Carla Sacramento	1971 Sen	MCM	25/02/2001
<i>Regional AAP</i>	4 2 4,40	Fernanda Ribeiro	1969 Jun	FCP	19/03/1988
<i>Regional AAP</i>	4 3 0,50	Marina Bastos	1971 Juv	FCP	19/03/1988
<i>Regional AAP</i>	4 4 7,40	Diana Soares	1992 Ini	ARBV	31/12/2006 0738009





1.500 Metros (Masculinos)

<i>Regional AAP</i>	3 4 2,77	Bruno Albuquerque	1989 S23	FCP	<i>28/02/2009 Pombal 03014</i>
<i>Regional AAP</i>	3 5 2,81	Rui Pinto	1992 Jun	UDV	<i>27/02/2009 Espinho 03012</i>
<i>Regional AAP</i>	3 5 3,87	Rui Pinto	1992 Juv	UDV	<i>28/02/2009 Pombal 03014</i>
<i>Regional AAP</i>	4 0 5,61	Rui Pinto	1992 Ini	UDV	<i>30/12/2007 0838007</i>





2000 Metros (Femininos)

Regional AAP

5 3 7,34

Fernanda Ribeiro

1969 Sen

FCP

28/02/1996 Valênci





2000 Metros (Masculinos)

Regional AAP

5 0 6,70

José Regalo

1963 Sen

FCP

23/05/1987





Milha (Femininos)

Regional AAP

4 2 3,00

Carla Sacramento

1974 Sen

MCM

24/02/2001





Milha (Masculinos)

Regional AAP	4 1 6,60	José Costa	1967 Sen	SCS	24/01/1993
Regional AAP	4 2 4,00	José Azevedo	1975 Jun	CIPA	24/01/1993





3.000 Metros (Femininos)

<i>Regional AAP</i>	8 3 9,49	Fernanda Ribeiro	1969 Sen	FCP	<i>09/03/1996 Estocol</i>
<i>Regional AAP</i>	9 3 0,52	Sonia Fernandes	1983 Jun	FCP	<i>13/01/2001</i>
<i>Regional AAP</i>	9 4 2,91	Diana Soares	1992 Juv	ARBV	<i>01/03/2009 Pombal 03014</i>





3.000 Metros (Masculinos)

<i>Regional AAP</i>	7 5 3,58	Candido Maia	1969 Sen	FCP	28/02/1992
<i>Regional AAP</i>	8 1 9,76	Jorge Santa Cruz	1989 Jun	FCP	10/02/2008 0800011
<i>Regional AAP</i>	8 3 3,33	Rui Pinto	1992 Juv	UDV	20/12/2009 Braga 47006





5.000 Metros (Femininos)

Regional AAP

1 5 0 6,52

Fernanda Ribeiro

1969 Sen

FCP

Moscovo





60 M Barr.Inf-0.76 (Femininos)

Regional AAP

9,47

Sónia Machado

1976 Ini

CIPA

24/02/1991





60 M Barreiras-0.84 (Femininos)

<i>Regional AAP</i>	8,55	Sónia Machado	1976 Sen	BFC	06/02/2000 Espinho
<i>Regional AAP</i>	8,72	Sónia Machado	1976 Jun	CIPA	29/01/1994





60 M Barreiras-0.91 (Masculinos)

Regional AAP

8,16

Pedro Ferreira

1996 Juv

LAVRA

02/02/2013 BRAGA 00009





60 M Barr.Jun.M.1,00 (Masculinos)

Regional AAP

8,36

Luis Sá

1981 Jun

FCP

13/02/2000 Espinho





60 M Barreiras-1.06 (Masculinos)

Regional AAP

7,79

Luis Sa

1981 Sen

FCP

08/03/2003 Espinho





60 M Barr.Inf.M/F-76 (Femininos)

Regional AAP

1 0,00

Sónia Machado

1976 Inf

CIPA

11/02/1989





60 M Barr.Inf.M/F-76 (Masculinos)

Regional AAP

9,51

Diogo Guerra

1999 Inf

MAC

21/01/2012 Braga 47012





60 M Barr.Ini.Mas-84 (Masculinos)

Regional AAP

8,72

Miguel Pereira

1991 Ini

FCP

11/02/2006





60 M Barr.Juv.Fem-76 (Femininos)

Regional AAP

8,83

Sónia Machado

1976 Juv

CIPA

07/03/1993





Salto em Altura (Femininos)

<i>Regional AAP</i>	1,82	Natalija Cakova	1980 Sen	FCP	15/02/2009 Pombal 03009
<i>Regional AAP</i>	1,79	Marisa Anselmo	1987 Jun	FCP	13/02/2005 Espinho
<i>Regional AAP</i>	1,69	Sónia Machado	1976 Juv	CIPA	04/12/1993
<i>Regional AAP</i>	1,60	Catarina Queiros	1998 Ini	AAP	23/02/2013 1303017
<i>Regional AAP</i>	1,50	Ana Silva	1996 Inf	UDCA	19/12/2009 Braga 47005





Salto em Altura (Masculinos)

<i>Regional AAP</i>	2,20	Rafael Gonçalves	1977 Sen	FCP	<i>26/01/2002 Espinho</i>
<i>Regional AAP</i>	2,00	Bruno Costa	1992 Jun	FCP	<i>23/01/2010 Pombal 03005</i>
<i>Regional AAP</i>	2,00	Márcio Dias	1981 Jun	FCP	<i>20/02/2000 Espinho</i>
<i>Regional AAP</i>	1,95	Bruno Costa	1992 Juv	FCP	<i>26/12/2009 1038005</i>
<i>Regional AAP</i>	1,84	Gábor Biedermann	1979 Ini	CIPA	<i>16/01/1994</i>
<i>Regional AAP</i>	1,60	Nuno Espinhosa	2001 Inf	MAC	<i>27/12/2014 Braga 47003</i>





Salto Com Vara (Femininos)

<i>Regional AAP</i>	4,31	Sandra Tavares	1982 Sen	FCP	09/02/2008 Espinal
<i>Regional AAP</i>	3,24	Rosana Teixeira	1982 Jun	FCP	12/01/2000 Espinho
<i>Regional AAP</i>	3,12	Isabel Vieira	1993 Juv	FCP	28/02/2010 Espinho 03012
<i>Regional AAP</i>	2,95	Rosana Teixeira	1982 Ini	FCP	01/03/1997 Alpiarç
<i>Regional AAP</i>	2,20	Rosana Teixeira	1982 Inf	FCP	30/12/1995





Salto Com Vara (Masculinos)

<i>Regional AAP</i>	5,62	Nuno Fernandes	1969 Sen	FCP	24/02/1996 S. Seba
<i>Regional AAP</i>	4,60	Pedro Pimenta	1975 Jun	CIPA	20/02/1994
<i>Regional AAP</i>	4,10	Pedro Pimenta	1975 Juv	CIPA	15/03/1992
<i>Regional AAP</i>	3,10	Gábor Biedermann	1979 Ini	CIPA	30/01/1994





Salto em Comprimento (Femininos)

<i>Regional AAP</i>	6,18	Marta Godinho	1980 Sen	FCP	08/03/2009 Alcanena 20014
<i>Regional AAP</i>	5,92	Sonia Machado	1976 Jun	IND	18/02/1995
<i>Regional AAP</i>	5,88	Sónia Machado	1976 Juv	CIPA	07/03/1993
<i>Regional AAP</i>	5,17	Barbara Silva	1999 Ini	LAVRA	28/12/2014 Braga 47003
<i>Regional AAP</i>	4,75	Susana Sousa	1999 Inf	MAC	11/02/2012 Braga 47015





Salto em Comprimento (Masculinos)

<i>Regional AAP</i>	7,72	Carlos Calado	1975 Sen	FCP	15/02/2004 Espinho
<i>Regional AAP</i>	7,53	Nelson Evora	1984 Jun	FCP	23/02/2003 Espinho
<i>Regional AAP</i>	6,74	Carlos Nascimento	1994 Juv	ESCMOV	16/01/2011 Braga 47011
<i>Regional AAP</i>	6,34	Miguel Pereira	1991 Ini	FCP	11/02/2006
<i>Regional Aap</i>	5,43	Diogo Guerra	1999 Inf	MAC	29/12/2012





Triplo Salto (Femininos)

Regional AAP	13,45	Marta Godinho	1980 Sen	FCP	24/02/2008 0800012
Regional AAP	12,42	Sonia Machado	1976 Jun	IND	12/02/1995
Regional AAP	11,40	Sónia Machado	1976 Juv	CIPA	12/12/1993





Triplô Salto (Masculinos)

Regional AAP	16,34	Nelson Evora	1984 Sen	FCP	22/02/2003 Espinho
Regional AAP	16,34	Nelson Evora	1984 Jun	FCP	22/02/2003 Espinho
Regional AAP	13,18	Paulo Sergio Carvalh	1975 Juv	FCM	16/02/1992
Regional AAP	11,37	Daniel Reis	1995 Ini	CSGAIA	03/01/2010 Espinho 38008





Lançamento Peso-2Kg (Femininos)

Regional AAP

11,93

Barbara Bica

2001 Inf

CSGAIA

21/12/2014 Braga 47002





Lançamento Peso-3Kg (Femininos)

Regional AAP	14,02	Helena Fernandes	1973 Juv	CIPA	24/02/1990
Regional AAP	11,14	Daniela Carvalho	1974 Ini	CIPA	17/12/1989





Lançamento Peso-3Kg (Masculinos)

Regional AAP

14,52

António Vital E Silv

1988 Inf

FCP

02/12/2000





Lançamento Peso-4Kg (Femininos)

<i>Regional AAP</i>	15,24	Sónia Grácio	1974 Sen	BFC	06/02/2000 Espinho
<i>Regional AAP</i>	13,59	Carla Almeida	1985 Jun	FCP	15/02/2003 Espinho
<i>Regional AAP</i>	12,12	Helena Pimenta	1973 Juv	CIPA	03/01/1990





Lançamento Peso-4Kg (Masculinos)

Regional AAP

17,75

António Vital E Silv

1988 Ini

FCP

01/02/2003





Lançamento Peso-5Kg (Masculinos)

Regional AAP

19,48

António Vital E Silv

1988 Juv

FCP

05/01/2004





Lançamento Peso-6Kg (Mascullinos)

<i>Regional AAP</i>	16,22	Adriano Lopes	1991 Jun	FCP	24/01/2010 Pombal 03005
<i>Regional AAP</i>	16,22	Adriano Lopes	1991 Jun	FCP	23/01/2010 Braga 47014
<i>Regional AAP</i>	15,96	António Vital E Silv	1988 Juv	FCP	09/01/2005





Lançamento Peso-7.26 (Masculinos)

<i>Regional AAP</i>	18,97	Roman Virastyuk	1968 Sen	FCP	27/01/2002 Espinho
<i>Regional AAP</i>	15,15	Adriano Lopes	1991 Jun	FCP	07/02/2010 Espinho 03008
<i>Regional AAP</i>	14,49	António Vital E Silv	1988 Juv	FCP	15/01/2004





Tetra - Infantis (*Femininos*)

Regional AAP

1774

Sandra Miranda

1979 Inf

FCM

01/03/1992





Tetra - Infantis (Masculinos)

Regional AAP

1243

Gábor Bierdermann

1979 Inf

CIPA

01/03/1992





Triatlo - Infantis (*Femininos*)

Regional AAP

1 5 6 3

Susana Sousa
535 592 436

1999 Inf

MAC

21/01/2012 Braga 47012





Triatlo - Infantis (Masculinos)

Regional AAP

1 6 0 7

Diogo Guerra
637 543 427

1999 Inf

MAC

21/01/2012 Braga 47012





Pentatlo - Infantis (*Femininos*)

Regional AAP

2738

Sónia Machado

1976 Ini

CIPA

03/03/1991





Triatlo - Iniciados (Masculinos)

Regional AAP

2108

Miguel Pereira

1991 Ini

FCP

11/02/2006





Triatlo - Juvenis (Femininos)

Regional AAP

1972

Isabell Vieira

1993 Juv

FCP

17/01/2009 Braga 47013





Triatlo - Juvenis (Masculinos)

Regional AAP

2243,00

Pedro Ferreira

1996 Juv

LAVRA

23/02/2013 Alpiarç





Pentatlo Juvenis (Femininos)

Regional AAP

3525

Sónia Machado

1976 Juv

CIPA

13/02/1993





Pentatlo Juvenis (Masculinos)

Regional AAP

3027

Victor Loureiro

1974 Juv

CDUP

05/01/1991





Pentatlo Técnico Jun (Femininos)

Regional AAP

3895

Sónia Machado

1976 Jun

IND

21/01/1995





Pentatlo Técnico Jun (Masculinos)

Regional AAP

3312

Nuno Fernandes

1969 Jun

CIPA

27/02/1988





Pentatlo Técnico Sen (Femininos)

Regional AAP

4008

Sónia Machado

1976 Sen

BFC

03/02/1996





Pentatlo Técnico Sen (Masculinos)

Regional AAP

3312

Nuno Fernandes

1969 Sen

CIPA

27/02/1988





Hexatlo Juvenis (Femininos)

Regional AAP

2876

Susana Pimenta

1974 Juv

CDUP

04/03/1990





Hexatlo Juvenis (Masculinos)

Regional AAP

3660

Ricardo Pereira

1987 Juv

FCP

11/01/2004





Heptalo - Juniores (Masculinos)

Regional AAP

4764,00

Pedro Ferreira

1996 Jun

LAVRA

08/02/2015 Braga 03009





Heptalo - Seniores (Masculinos)

Regional AAP

5481

Nuno Fernandes

1969 Sen

FCP

23/01/1994





4X200 Metros (Femininos)

Regional AAP	1 4 3,54	Futebol Clube Porto	1973 Sen	FCP	21/02/1998 Espinho
		<i>Inês Allen (78)/ Susana Silva (78)/ Albina Gavina (73)/ Ilda Bartolomeu (74)</i>			
Regional AAP	1 4 7,27	Maia A C	1994 Jun	MAC	20/01/2013 Pombal 03008
		<i>Beatriz Marques (1994) / Ines Aires (1997) / Inês Dias (1997) / Daniela França (1995)</i>			
Regional AAP	1 4 8,55	Mai.atl.clu.- Crioba	1999 Juv	MAC	08/02/2015 Braga 03009
		<i>Jessica Neto (1999) / Maria João Silva (1998) / Ana Santos (1998) / Ines Aires (1997)</i>			





4X200 Metros (Masculinos)

Regional AAP	1 2 9,00	Futebol Clube Porto	1973 Sen	FCP	29/01/2000 Espinho
		<i>Leandro Lobato (78)/ Sérgio Pinho (79)/ Paulo Figueiredo (78)/ Luis Freitas (73)</i>			
Regional AAP	1 3 0,98	F. C. Porto	1991 Jun	FCP	24/01/2010 Pombal 03005
Regional AAP	1 3 3,32	Mai.atl.clu.- Crioba	1998 Juv	MAC	08/02/2015 Braga 03009
		<i>Carlos Castro (1997) / Ricardo Reis (1998) / Ivo Tavares (1996) / Miguel Pereira (1998)</i>			





4X400 Metros (Femininos)

Regional AAP	3 5 1,21	Futebol Clube Porto	1982 Sen	FCP	15/02/2009 Pombal 03009
		<i>Cátia Nunes (1990)/ Lidia Sousa (1988)/ Lilian Silva (982)/ Carla Ratão (1982)</i>			
Regional AAP	4 0 3,52	F. C. Porto	1982 Jun	FCP	20/02/2002 Espinho
		<i>Rafaela Almeida (83)/ Ana Ferreira (83)/ Andreia Pinto (83)/ Marta Ferreira (82)</i>			





4X400 Metros (Masculinos)

Regional AAP	3 1 8,68	Futebol Clube Porto	1975 Sen	FCP	06/02/2005 Espinho
		<i>Nuno Couto (81)/ Luis Fonseca (80)/ Rafael Queiros (75)/ Paulo Ferreira (81)</i>			
Regional AAP	3 2 5,44	F. C. Porto	1990 Jun	FCP	08/02/2009 Pombal 03008
		<i>Emanuel Neves (90)/ Luis Phalempim (90)/ André Carvalho (90)/ Diogo Santos (91)</i>			





2.000 Metros Marcha (Femininos)

Regional AAP	1 0 5 6,44	Soraia Vasconcelos	1995 Ini	CAA	17/01/2009 Braga 47013
Regional AAP	1 2 1 2,25	Vanessa Barbosa	1991 Inf	CSGAIA	05/01/2003





2.000 Metros Marcha (Masculinos)

Regional AAP

1 3 5 3,82

Bruno Gomes

1987 Inf

ACA

19/01/1997





3000 Metros Marcha (Femininos)

Regional AAP	1 2 5 8,70	Kris Saltanovic	1975 Sen	FCP	14/02/2009 Pombal 03009
Regional AAP	1 5 1 7,47	Nadia Cancela	1993 Juv	CBPAR	18/12/2010 Braga 47006





3000 Metros Marcha (Masculinos)

Regional AAP

1 5 0 9,40

Ruben Silva

1993 Ini

CSGAIA

19/01/2008 0847012





5.000 Metros Marcha (Masculinos)

Regional AAP	2 0 1 0,50	Augusto Cardoso	1970 Sen	FCP	22/02/2003 Espinho
Regional AAP	2 1 1 2,11	Joaquim Pentieiro	1974 Jun	CIPA	15/02/1992
Regional AAP	2 2 5 0,70	Sergio Marques	1975 Juv	CIPA	22/02/1992

