



RECORDES DE PISTA AO AR LIVRE

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

ABSOLUTOS MASCULINOS

| PROVA | MARCA | ATLETA | A.N. | CLUBE | LOCAL | DATA |
|---|-------------------|---|------|------------|----------------------|--------------------------------|
| 100 m | 10"33 | Carlos Nascimento | 94 | ESCMOV | Lisboa (1603037) | Por 19 Jun 16 |
| 200 m | 21"32 | Carlos Nascimento | 94 | ESCMOV | Luso (1203035) | Por 24 Jun 12 |
| 400 m | 46"96 | José Mendes | 72 | CDUP | Casablanca Viseu | Mar 31 Mai 92 Por 03 Jul 92 |
| 800 m | 1'47"14 | Tiago Rodrigues | 85 | FCP | Madrid | Esp 17 Jul 06 |
| 1.500 m | 3'39"46 | António Travassos | 71 | MAC | Madrid | Esp 19 Jul 03 |
| 5.000 m | 13'15"62 | José Regalo | 63 | FCP | Bruxelas | Bel 19 Ago 88 |
| 10.000 m | 28'01"00 | António Pinto | 66 | FCP | Lille | Fra 27 Jun 88 |
| 3.000 m obst (0,91) | 8'20"70 | José Regalo | 63 | FCP | Roma | Ita 03 Set 87 |
| 110 m barr (1,067) | 13"62 | Luis Sá | 81 | FCP | Coimbra | Por 24 Jul 04 |
| 400 m barr (0,91) | 49"60 | Pedro Rodrigues | 71 | FCP | Munique | Ale 08 Ago 02 |
| Altura | 2,18 m | Rafael Gonçalves | 77 | FCP | Huelva | Esp 07 Ago 04 |
| Vara | 5,66 m | Nuno Fernandes | 69 | FCP | Maia | Por 13 Jul 96 |
| Comprimento | 7,99 m | Carlos Calado | 75 | FCP | Lisboa E. Univ. | Por 31 Jul 04 |
| Triplo | 16,66 m | José Leitão | 65 | CIPA | Maia | Por 26 Jul 87 |
| Peso (7.260kg) | 17,83 m | António Vital e Silva | 88 | Individual | V.N Cerveira (49031) | Por 29 Jun 11 |
| <i>UCR - Atleta Estrangeiro</i> | 20,05 m | Roman Virastyuk | 68 | FCP | Lisboa E. Univ. | Por 25 Mai 02 |
| Disco (2kg) | 58,14 m | Filipe Vital e Silva | 83 | Individual | Car Jamor (1203054) | Por 28 Jun 12 |
| Martelo (7.260kg) | 66,39 m | André Vital e Silva | 80 | FCP | Maia | Por 15 Jun 02 |
| Dardo (0,8kg) | 72,73 m m | Elias Leal | 77 | FCP | Castelo de Vide | Por 29 Jun 08 |
| Maratona (42.195km) | 2:09'41" | Luis Novo | 70 | MAC | Berlin | Ale 26 Set 04 |
| 10.000 m Marcha | 41'26"8 tp | Augusto Cardoso | 70 | FCP | Maia | Por 11 Jul 99 |
| 20.000 m Marcha | 1:22'40"00 | Augusto Cardoso | 70 | FCP | Catania | Por 29 Maio 99 |
| Decatlo (100/Cp/Ps7/Alt/400) (110b106/Dc2/Vr/Dd8/1500) | 7.381 pts | Nuno Fernandes (11"37 - 6,59m - 12,06m - 1,97m - 50"86 + 14"71 - 36,04m - 5,30m - 53,20m - 4'51"06) | 69 | CIPA | Lisboa E. Nac. | Por 21 Jun 92 |
| 4 x 100 m | 41"07 | Futebol Clube do Porto (Leandro Lobato/78 + Mário Barbosa/77 + Paulo Figueiredo/72 + Bruno Miguel/75) | | FCP | Viseu | Por 13 Jun 98 |
| 4 x 400 m | 3'12"95 | C. D. Universitário Porto (Pompeu Castro/64 + Alberto Jorge Ferreira/65 + Pedro Iglésias/63 + José Mendes/72) | | CDUP | Maia | Por 08 Jul 90 |



RECORDES DE PISTA AO AR LIVRE

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

ABSOLUTOS FEMININOS

| PROVA | MARCA | ATLETA | A.N. | CLUBE | LOCAL | DATA |
|--|------------|---|------|------------|----------------------|---------------|
| 100 m (2,0v) (0,2v) | 11"65 | Carla Tavares | 82 | FCP | Salamanca | Esp 15 Jun 08 |
| | | | | | Sófia | Bul 30 Jun 08 |
| LTU-Atleta Estrangeira (1,9v) | 11"43 | Lina Grincikaite | 87 | FCP | Lisboa (U) (1003027) | Por 12 Jun 10 |
| 200 m (1,7v) (0,4v) | 23"87 | Carla Tavares | 82 | FCP | Sófia | Bul 30 Jun 08 |
| | | | | | Barcelona | Esp 19 Jul 08 |
| LTU-Atleta Estrangeira (1,2v) | 23"38 | Lina Grincikaite | 87 | FCP | Lisboa (U) (1003027) | Por 13 Jun 10 |
| 400 m | 53"32 | Marta Moreira | 66 | CAP | Maia | Por 08 Jul 92 |
| 800 m | 1'58"94 m | Carla Sacramento | 71 | MCM | Zurique | Sui 13 Ago 97 |
| 1.500 m | 3'57"71 m | Carla Sacramento | 71 | MCM | Monte Carlo | Món 08 Ago 98 |
| 3.000 m | 8'30"22 m | Carla Sacramento | 71 | MCM | Monte Carlo | Món 04 Ago 99 |
| 5.000 m | 14'36"45 m | Fernanda Ribeiro | 69 | FCP | Hechtel | Ale 22 Jul 95 |
| 10.000 m | 30'22"88 m | Fernanda Ribeiro | 69 | FCP | Sidney | Aus 30 Set 00 |
| 3.000 m obst (0,76) | 9'25"25 | Jessica Augusto | 81 | Individual | Berlim | Ale 17 Ago 09 |
| 100 m barr (0,84) | 13"51 | Sónia Machado | 76 | BFC | Maia | Por 15 Jul 00 |
| 400 m barr (0,76) | 57"11 | Marta Moreira | 66 | CAP | Viseu | Por 01 Mai 92 |
| Altura | 1,80 m | Isabel Branco | 71 | CIPA | Maia | Por 21 Jul 91 |
| | | Sónia Machado | 76 | BFC | Lisboa E. Univ. | Por 05 Ago 00 |
| | | Marisa Anselmo | 87 | FCP | Seixal | Por 19 Jun 05 |
| | | Sandra Tavares | 82 | FCP | Leiria | Por 21 Jun 08 |
| Vara | 4,35 m | Sandra Tavares | 82 | FCP | Leiria | Por 21 Jun 08 |
| Comprimento (0,8v) | 6,25 m | Cristina Morujão | 73 | BFC | Braga | Por 20 Mai 95 |
| | | Marta Godinho | 80 | FCP | Seixal (0803037) | Por 20 Jul 08 |
| | | Ineta Radevica | 81 | FCP | Barcelona | Esp 28 Jul 10 |
| LAT-Atleta Estrangeira (0,7v) | 6,92 m | Ineta Radevica | 81 | FCP | Barcelona | Esp 28 Jul 10 |
| Triplo | 14,17 m | Susana Costa | 84 | ACFR | Berlim (Camp. Euroç | Por 10 Ago 18 |
| Peso (4kg) | 15,32 m | Sónia Grácio | 74 | BFC | Vendas Novas | Por 18 Dez 99 |
| | | Austra Skujyte | 79 | FCP | Lisboa (U) (1003027) | Por 13 Jun 10 |
| LTU - Atleta Estrangeira | 17,05 m | Austra Skujyte | 79 | FCP | Lisboa (U) (1003027) | Por 13 Jun 10 |
| Disco (1kg) | 53,30 m | Teresa Machado | 69 | FCP | Leiria (0800014) | Por 01 Mar 08 |
| Martelo (4kg) | 56,88 m | Irina Sustelo | 83 | FCP | Bergen | Nor 20 Jun 09 |
| Dardo (0,6kg) | 48,25 m | Ana Pires | 87 | FCP | Póv. de Varzim | Por 10 Jul 05 |
| Maratona (42.195km) | 2:23'29" m | Rosa Mota | 58 | CAP | Chicago | EUA 20 Out 85 |
| 10.000 m Marcha | 49'19"37 | Cláudia Conceição | 89 | CSGAIA | Viseu | Por 07 Jul 07 |
| 20.000 m Marcha | 1:41'12"00 | Sandra Leitão | 75 | FCP | | Por 21 Abr 04 |
| Heptatlo (100b084/Alt/Ps4/200) (Cp/Dd6/800) | 5.330 pts | Sónia Machado | 76 | BFC | Lisboa E. Univ. | Por 11 Mai 97 |
| | | (13"99 - 1,73m - 10,47m - 26"06 + 5,90m - 31,14m - 2'22"52) | | | | |
| 4 x 100 m (e) LTU - Atleta Estrangeira | 46"32 | Futebol Clube do Porto | | FCP | Lisboa (U) (1003027) | Por 12 Jun 10 |
| | | (Carla Ratão/82 + Rafaela Almeida/83 + Tânia Duarte/90 + Lina Gricikaite(e)/87) | | | | |
| 4 x 400 m (clubes) | 3'41"24 | Seleção Regional / Nacional | | | Maia | Por 12 Ago 90 |
| | | (Marta Moreira/66 + Albina Gavina/73 + Cristina Regalo/69 + Elsa Amaral/66) | | | | |
| | 3'50"9 | Futebol Clube do Porto | | FCP | Lisboa E. Nac. | Por 28 Abr 85 |
| | | (Regina Babo/60 + Aurora Cunha/59 + Elsa Amaral/66 + Marta Moreira/66) | | | | |



RECORDES DE PISTA AO AR LIVRE

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

JUNIORES MASCULINOS

| PROVA | MARCA | ATLETA | A.N. | CLUBE | LOCAL | DATA |
|-----------------------------|-------------------|--|------|--------|---------------------|---------------|
| 100 m | 10"41 | Carlos Nascimento | 94 | ESCMOV | Lisboa (1203037) | Por 07 Jul 12 |
| 200 m | 21"32 | Carlos Nascimento | 94 | ESCMOV | Lisboa (1203035) | Por 24 Jun 12 |
| 400 m | 47"20 | José Mendes | 72 | CDUP | Salónica | Gre 09 Ago 91 |
| 800 m | 1'48"94 | José Azevedo | 75 | NAM | Maia | Por 16 Jul 94 |
| 1.500 m | 3'44"3 | Guilherme Alves | 61 | FCP | Lisboa E. Nac. | Por 14 Jun 80 |
| " (el.) | 3'47"03 | Ricardo Barbosa | 86 | FCP | Maia | Por 22 Jun 05 |
| 3.000 m | 8'08"2 m | Carlos Monteiro | 65 | ICA | Lisboa E. Nac. | Por 30 Jun 84 |
| 5.000 m | 13'54"54 m | Carlos Monteiro | 65 | ICA | Vigo | Esp 18 Jul 84 |
| 10.000 m | 29'38"44 | Nuno Costa | 86 | ADAM | Maia | Por 22 Jun 05 |
| 3.000 m obst (0,91) | 8'44"6 m | Guilherme Alves | 61 | FCP | Lisboa E. Nac. | Por 29 Jun 80 |
| 110 m barr (1,00) | 14"30 | Diogo Guerra | 99 | MAC | Viseu (1603044) | Por 10 Jul 16 |
| 400 m barr (0,91) | 52"64 | António Leite | 71 | CDUP | Lisboa E. Nac. | Por 30 Jul 89 |
| Altura | 2,05 m | João Almeida | 64 | FCP | Lisboa E. Nac. | Por 13 Ago 83 |
| Vara | 4,80 m | Nuno Fernandes | 69 | CIPA | Maia | Por 16 Jul 88 |
| Comprimento | 7,83 m m | Nelson Évora | 84 | FCP | Tampere | Fil 25 Jul 03 |
| Triplo | 16,43 m m | Nelson Évora | 84 | FCP | Tampere | Fil 27 Jul 03 |
| Peso (6kg) | 16,76 m | Adriano Lopes | 91 | FCP | Setubal (1003032) | Por 03 Jul 10 |
| Disco (1,750 kg) | 56,08 m | Filipe Vital e Silva | 83 | FCP | Almada | Por 12 Jun 02 |
| Martelo (6 kg) | 67,39 m | António Vital e Silva | 88 | FCP | Porto E. Inatel | Por 12 Mar 05 |
| Dardo (0,8kg) | 61, 87 m | João Ramalho | 85 | FCP | Maia | Por 01 Mar 03 |
| Dardo planador | 73,64 m | Paulo Santos | 65 | FCP | | Por 08 Set 84 |
| 10.000 m Marcha | 42'53"15 | Augusto Cardoso | 70 | ACA | Varazdin | Jug 26 Ago 89 |
| Decatlo | 6.066 pts | Paulo Sérgio Carvalho | 75 | FCM | Viseu | Por 08 Mai 94 |
| | | (100m - Cp - Ps7 - Alt - 400m + 110b106 - Dc2 - Vara - Dd8 - 1500m) | | | | |
| | | (11"87 - 6,12m - 9,72m - 1,82m - 50"70 + 16"14 - 26,98m - 3,50m - 39,92m - 4'16"62) | | | | |
| Decatlo | 6.107 pts | Pedro Ferreira | 96 | LAVRA | Luso (1403032) | Por 5 Jul 14 |
| | | (100m - Cp - Ps6 - Alt - 400m + 110b100 - Dc17 - Vara - Dd8 - 1500m) | | | | |
| | | (11"68 - 6,80m - 9,45m - 1,94m - 53"27 + 16"44 - 22,30m - 3,00m - 33,92m - 4'56"64) | | | | |
| 4 x 100 m | 42"42 | Futebol Clube do Porto | | FCP | Guimarães (0941033) | Por 20 Jun 09 |
| e) Ang - Atleta Estrangeiro | | (Célio Inácio(e)/91 + Emanuel Neves/90 + Diogo Santos/91 + Miguel Pereira/91) | | | | |
| 4 x 400 m | 3'22"58 | Futebol Clube do Porto | | FCP | Viseu (0903032) | Por 05 Jul 09 |
| | | (Carlos Figueiredo/90 + Emanuel Neves/90 + Luis Phalempim/90 + Diogo Santos/91) | | | | |

Outras provas:

| | | | | | | |
|--------------------------|--------------|------------------------------|----|-----|------------------|---------------|
| 110 m barr (1,06) | 14"43 | Luís Sá | 81 | FCP | | Por 15 Jul 00 |
| Martelo (7,26Kg) | 59,05 | António Vital e Silva | 88 | FCP | Pontevedra | Por 31 Jul 05 |
| Peso (7,26Kg) | 15,20 | Adriano Lopes | 91 | FCP | Leiria (1003034) | Por 17 Jul 10 |
| Disco (2Kg) | 51,47 | Filipe Vital e Silva | 83 | FCP | Caldas Rainha | Por 07 Jul 02 |



RECORDES DE PISTA AO AR LIVRE

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

JUNIORES FEMININOS

| PROVA | MARCA | ATLETA | A.N. | CLUBE | LOCAL | DATA |
|--|-----------|---|------|------------|-----------------------|---------------|
| 100 m (1,8v) | 11"95 | Tânia Duarte | 90 | FCP | Lx. E. Univ.(0903033) | Por 11 Jul 09 |
| 200 m | 24"55 | Cristina Cardoso | 69 | FCP | Lisboa E. Nac. | Por 14 Ago 88 |
| 400 m | 55"20 | Albina Gavina | 73 | VZSC | Pontevedra | Esp 11 Jun 92 |
| 800 m | 2'07"8 | Fernanda Ribeiro | 69 | FCP | Maia | Por 03 Jul 92 |
| 1.500 m | 4'14"9 m | Fernanda Ribeiro | 69 | FCP | Maia | Por 01 Ago 88 |
| 3.000 m | 8'56"33 m | Fernanda Ribeiro | 69 | FCP | Birmingham | Gbr 09 Ago 87 |
| 10.000 m | 33'25"3 | Mónica Gama | 70 | FCP | Lisboa E. Nac. | Por 23 Abr 88 |
| 3.000 m obst (0,76) | 10'52"67 | Andreia Santos | 85 | ARLVG | Grosseto | Ita 13 Jul 04 |
| 100 m barr (0,84) | 14"10 | Sónia Machado | 76 | Individual | Lisboa E. Univ. | Por 17 Jun 95 |
| 400 m barr (0,76) | 61"16 | Alexandra Pina | 72 | BFC | Maia | Por 23 Jul 89 |
| Altura | 1,80 m | Marisa Anselmo | 87 | FCP | Seixal | Por 19 Jun 05 |
| Vara | 3,41 m | Isabel Vieira | 93 | FCP | Guimarães (1003030) | Por 20 Jun 10 |
| Comprimento | 6,07 m | Sónia Machado | 76 | Individual | Viseu | Por 16 Jul 95 |
| Triplo | 12,42 m | Inês Moura | 85 | FCP | Lisboa E. Univ. | Por 23 Jun 04 |
| Peso (4kg) | 14,70 m | Carla Almeida | 85 | FCP | Corunha | Esp 24 Ago 02 |
| Disco (1kg) | 44,26 m | Natália Ferreira | 69 | FCP | Lisboa E. Alv. | Por 30 Mai 87 |
| Martelo (4kg) | 51,96 m | Sónia Martins | 78 | NAM | Porto E. Inatel | Por 09 Jul 97 |
| Dardo (0,6kg) | 48,25 m | Ana Pires | 87 | FCP | Póv. de Varzim | Por 10 Jul 05 |
| 10.000 m Marcha | 49'19"37 | Cláudia Conceição | 89 | CSGAIA | Viseu (0700033) | Por 07 Jul 07 |
| Heptatlo (100b084/Alt/Ps4/200) (Cp/Dd6/800) | 5.112 pts | Sónia Machado (14"39 - 1,66m - 10,20m - 25"75 + 5,68m - 28,60m - 2'20"5) | 76 | Individual | Lisboa E. Univ. | Por 06 Ago 95 |
| 4 x 100 m | 49"09 | C. I. P. Atletismo (Anabela Osório/72 + Andreia Ferreira/75 + Márcia Nery/74 + Isabel Rodrigues/73) | | CIPA | Maia | Por 27 Jul 91 |
| 4 x 400 m | 3'58"93 | Futebol Clube do Porto | | FCP | Maia | Por 02 Jun 01 |

Outras provas:

| | | | | | | |
|-------------------------|----------|--------------------------|----|--------|----------------------|---------------|
| 60 m | 7"5 | Cristina Cardoso | 69 | FCP | Maia | Por 06 Fev 88 |
| 60 m barr (0,84) | 9"12 | Sara Moreira | 01 | LAVRA | Maia (1841012) | Por 07 Jan 18 |
| 300 m | 39"79 | Ana Costa | 02 | BFC | Vagos (1803028) | Por 23 Jun 18 |
| 1.000 m | 2'48"68 | Teresa Marinho | 77 | TGD | Maia | Por 02 Abr 95 |
| Milha | 4'47"22 | Fernanda Marques | 66 | ANA | S. Compostela | Por 13 Set 85 |
| 5.000 m Marcha | 25'00"00 | Cláudia Conceição | 89 | CSGAIA | Lisboa (U) (0700036) | Por 28 Jul 07 |



RECORDES DE PISTA AO AR LIVRE

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

JUVENIS MASCULINOS

| PROVA | MARCA | ATLETA | A.N. | CLUBE | LOCAL | DATA |
|--|----------------------------------|---|------|--|-------|------------|
| 100 m | 10"58 | Carlos Nascimento | 94 | ESCMOV Roma | Ita | 26 Maio 11 |
| 200 m | 21"90 | Carlos Nascimento | 94 | ESCMOV Leiria (1003034) | Por | 18 Jul 10 |
| 300 m | 35"20 | José Mendes | 72 | CDUP Maia | Por | 30 Dez 89 |
| 800 m | 1'52"23 | José Azevedo | 75 | CIPA Maia | Por | 28 Jun 92 |
| 1.500 m | 3'49"14 | Rui Pinto | 92 | UDV Leiria | Por | 05 Jun 09 |
| 3.000 m | 8'20"2 | Pedro Cunha | 70 | CDCD Maia | Por | 02 Ago 87 |
| 2.000 m obst (0,76) | 6'00"0 | André Pereira | 94 | CBPAR Maia (1241029) | Por | 08 Jul 12 |
| 110 m barr (0,91) | 13"77 | Diogo Guerra | 99 | MAC Tbilisi - Georgia | Por | 15 Jul 16 |
| 300 m barr (0,84) | 38"36 | Diogo Santos | 91 | FCP Abrantes (0803034) | Por | 29 Jun 08 |
| Altura | 1,99 m | João Almeida | 64 | FCP Lisboa E. Nac. | Por | 26 Jul 81 |
| | | Rui Fernando Brás | 76 | FCM Salamanca | Esp | 24 Jul 93 |
| Vara | 4,40 m | Pedro Pimenta | 75 | CIPA Maia | Por | 28 Jun 92 |
| Comprimento | 7,09 m | Filipe Pereira | 73 | CIPA Lisboa E. Alv. | Por | 02 Jun 90 |
| Triplo | 14,28 m | José Leitão | 65 | FCP Lisboa E. Nac. | Por | 25 Jul 82 |
| Peso (5kg) | 18,77 m | António Vital e Silva | 88 | FCP Lagos | Por | 15 Mai 05 |
| Disco (1,5kg) | 59,57 m m | António Vital e Silva | 88 | FCP Marraquexe | Mar | 15 Jul 05 |
| Martelo (5kg) | 76,07 m m | António Vital e Silva | 88 | FCP Porto E. Inatel | Por | 12 Mar 05 |
| Dardo (0,7kg) | 54,32 m | João Ramalho | 85 | FCP Corunha | Esp | 24 Ago 02 |
| 3.000 m Marcha | 14'21"96 | Vitor Cabral | 98 | CFOD Aveiro (1538001) | Por | 19 Dez 15 |
| 5.000 m Marcha | 21'16"88 m | Joaquim Pentieiro | 74 | CIPA Lisboa E. Nac. | Por | 06 Jul 91 |
| Octatlo (Atl.Comp.) (100/Cp/Ps5/300) (110b091/Alt/Dd7/1000) | 5,518 pts | Daniel Reis | 95 | CSGAIA Rio Maior (1203027) | Por | 27 Mai 12 |
| | | (11"57 - 6,43m - 12,36m - 36"78 + 15"08 - 1,70m - 42,41m - 2'58"86) | | | | |
| Octatlo (Nac.P.Comb., (110b091/Cp/Ps5/Alt) (Dc15/Vr/Dd7/1000) | 4.618 pts | Miguel Pereira | 91 | FCP Luso | Por | 01 Jun 08 |
| | | (15"41 - 6,28m - 12,15m - 1,74m + 29,74m - 3,40m - 41,99m - 3'07"90) | | | | |
| Decatlo (Juvenis) (100/Cp/Ps5/400) (110Bar/Dc15/Vr/Dd7/1500) | 5533 pts | Afonso Caetano | 01 | ESCMOV Abrantes (1703040) | Por | 25 jun 17 |
| | | (12"00 - 6,06m - 11,47m - 1,74m - 53"92 - 16"02 - 35"00 - 2,90m - 33,02m - 5'07"19) | | | | |
| Triatlo (60b091/Ps5/Alt) | 2087 pts | Pedro Ferreira | 96 | LAVRA Maia (1341003) | Por | 15 dez 12 |
| | | (8"54 - 12,60m - 1,76m) | | | | |
| 4 x 100 m (clubes) | 43"56 43"98 | Seleção ESMAIA - FISEC Escola do Movimento | | ESMAIA Austria ESCMOV Braga (1147036) | Por | 13 Jul 14 |
| | | (Ricardo Reis/98 + Carlos Castro/97 + Diogo Guerra/99 + Miguel Pereira/98) | | | | |
| | | (André Silva/94 + André Ferrão/94 + Hugo Mariz/95 + Carlos Nascimento/94) | | | | |
| 4 x 300 m | 2'30"07 | Futebol Clube do Porto | | FCP Abrantes (0700031) | Por | 24 Jun 07 |
| | | (Luis Phalempim/90 + Miguel Pereira/91 + Isaac Lopes/90 + Emanuel Neves/90) | | | | |

Outras Provas:

| | | | | | | |
|--------------------------|------------------|------------------------------|----|----------------------------|-----|-----------|
| 110 m barr (1,00) | 14,30 | Diogo Guerra | 99 | MAC Viseu (1603044) | Por | 10 Jul 16 |
| 1.000 m | 2'26"7 | José Azevedo | 76 | CIPA Vigo | Por | 27 Jul 92 |
| 3.000 m Marcha | 14'21"96 | Vitor Cabral | 98 | CFOD Aveiro (1538001) | Por | 19 Dez 15 |
| 10.000 m Marcha | 46'56"89 | Rubén Santos | 00 | CFOD Mª Grande (1703044) | Por | 08 Jul 17 |
| Peso (6Kg) | 16,57 | António Vital e Silva | 88 | FCP Covilhã | Por | 26 Jun 04 |
| Martelo (6Kg) | 67,39 | António Vital e Silva | 88 | FCP Inatel | Por | 22 Mar 05 |
| Disco (1,75Kg) | 50,51 | António Vital e Silva | 88 | FCP | Por | 10 Jul 05 |
| Tetratlo Juvenis | 2.769 pts | Tomás Dinis | 00 | MAC Torres Vedras(1703041) | Por | 1 Jul 17 |



RECORDES DE PISTA AO AR LIVRE

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

JUVENIS FEMININOS

| PROVA | MARCA | ATLETA | A.N. | CLUBE | LOCAL | DATA |
|-----------------------------|-----------|---|------|--------|---------------------|---------------|
| 100 m | 12"01 | Daniela França | 95 | MAC | Luso (1203035) | Por 23 Jun 12 |
| 200 m | 24"81 | Alexandra Pina | 72 | BFC | Lisboa E. Alv. | Por 13 Jun 89 |
| | 24"81 | Daniela França | 95 | MAC | Luso (1203035) | Por 23 Jun 12 |
| 300 m | 39"79 | Ana Costa | 02 | BFC | Vagos (1803028) | Por 23 Jun 18 |
| 800 m | 2'11"8 | Fernanda Ribeiro | 69 | FCP | Lisboa E. Nac. | Por 02 Jun 85 |
| 1.500 m | 4'21"03 m | Fernanda Ribeiro | 69 | FCP | Lisboa E. Nac. | Por 26 Jul 86 |
| 3.000 m | 9'09"39 m | Fernanda Ribeiro | 69 | FCP | Atenas | Gre 19 Jul 86 |
| 2.000 m obst (0,76) | 6'54"08 | Andreia Rodrigues | 96 | GT | Donetsk - UCR | Por 17 Jul 13 |
| 100 m barr (0,76) | 14"23 | Sara Moreira | 01 | LAVRA | Braga (1803026) | Por 10 Jun 18 |
| 300 m barr (0,76) | 43"70 | Sónia Machado | 76 | CIPA | Lisboa E. Alv. | Por 21 Jul 93 |
| Altura | 1,70 m | Catarina Queirós | 98 | LAVRA | Lisboa (DE) | Por 18 Mai 14 |
| Vara | 3,41 m | Isabel Vieira | 93 | FCP | Guimarães (1003030) | Por 20 Jun 10 |
| Comprimento | 5,98 m | Sónia Machado | 76 | CIPA | Salamanca | Esp 24 Jul 93 |
| Triplo | 12,25 m | Mariana Novo | 00 | ACPV | Maia (1741048) | Por 15 Jul 17 |
| Peso (3kg) | 15,72 m | Carla Almeida | 85 | FCP | Melgaço | Por 13 Abr 02 |
| Disco (1kg) | 39,32 m | Natália Ferreira | 69 | FCP | Porto E. Univ. | Por 16 Ago 86 |
| Martelo (3kg) | 51,60 m | Rafaela Moutinho | 97 | ACFR | Cerveira (1749005) | Por 13 Dez 14 |
| Dardo (0,6kg) | 46,32 m m | Ana Pires | 87 | FCP | Braga | Por 23 Mai 04 |
| 5.000 m Marcha | 25'28"94 | Cláudia Conceição | 89 | CSGAIA | Luso/Mealhada | Por 17 Jun 06 |
| Heptatlo | 4.817 pts | Sónia Machado | 76 | CIPA | Lisboa E. Nac. | Por 01 Ago 93 |
| (100b084/Alt/Ps4/200) | | (14"73 - 1,64m - 8,53m - 26"30 + 5,70m - 26,64m - 2'23"34) | | | | |
| (Cp/Dd6/800) | | | | | | |
| Heptatlo (Nc/A.Comp) | 4.244 pts | Isabel Vieira | 93 | FCP | Braga (0947030) | Por 19 Abr 09 |
| (100b076/Alt/Ps3/200) | | (15"70 - 1,57m - 10,42m - 27"83 + 5,01m - 27,13m - 2'37"07) | | | | |
| (Cp/Dd6/800) | | | | | | |
| Triatlo | 2.036 pts | Ana Leite | 1 | LAVRA | P. Varzim (1841017) | Por 11 Fev 18 |
| (Alt/60b076/Ps3) | | (1,41m - 10"25 - 13,75m) | | | | |
| 4 x 100 m | 49"47 | Seleção Regional | | AAP | Lisboa E. Alv. | Por 29 Jun 91 |
| | | (Fernanda Angélica/75 + Andreia Ferreira/75 + Márcia Nery/74 + Céu Teixeira/74) | | | | |
| (clubes) | 50"22 | Maia A. C. | | MAC | Abrantes (1203036) | Por 30 Jun 12 |
| | | (Inês Pacheco/97 + Diana Oliveira/97 + Ana Alves/97 + Daniela França/95) | | | | |
| 4 x 300 m | 2'56"64 | Maia A. C. | | MAC | Pombal (1103029) | Por 19 Jun 11 |
| | | (Beatriz Marques/94 + Inês Dias/97 + Ana Alves/97 + Daniela França/94) | | | | |

Outras Provas:

| | | | | | | |
|-------------------------|-----------|---------------------------------|----|-------|---------------------|---------------|
| 60 m | 7"76 | Ana Costa | 02 | CAT-P | Vagos (1738008) | Por 14 Jan 17 |
| 400 m | 55"66 | Ana Costa | 02 | BFC | EC U18 Győr (HUN) | Por 06 Jun 18 |
| Martelo (4Kg) | 45,33 | Joana Silva | 84 | CDP | Coimbra | Por 12 Jul 00 |
| Peso (4Kg) | 13,79 | Carla Almeida | 85 | FCP | Lisboa | Por 14 Jul 02 |
| 1.000 m | 2'52"11 | Beatriz Pereira | 04 | MAC | Porto (1841048) | Por 18 Jul 18 |
| 3.000 m Marcha | 14'24"4 | Susana Carvalho | 77 | ACA | Lisboa | Por 23 Mai 93 |
| Tetratlo Juvenis | 2.070 pts | Mariana Novo | 00 | ACPV | P. Varzim (1741026) | Por 9 Abr 17 |
| 100Bar/Ps3/Cp/800m | | 16"91 - 8,07m - 4,46m - 2'34"21 | | | | |



RECORDES DE PISTA AO AR LIVRE

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

INICIADOS MASCULINOS

| PROVA | MARCA | ATLETA | A.N. | CLUBE | LOCAL | DATA |
|---------------------------------|-----------|---|------|--------|-----------------------|----------------|
| 80 m (1,5v) | 9"17 | Carlos Nascimento | 94 | ESCMOV | Maia (0941020) | Por 02 Mai 09 |
| 250 m | 30"03 | Diogo Guerra | 99 | MAC | Maia (1441032) | Por 05 Jul 14 |
| 800 m | 1'57"34 | Bruno Moreira | 87 | ARLVG | Seixal | Por 19 Mai 02 |
| 1.500 m | 4'04"91 | Fábio Gomes | 97 | UDV | Abrantes (1203036) | Por 30 Jun 12 |
| 1.500 m obst (0,76) | 4'21"57 | André Regufe | 02 | ACPV | Maia (1741035) | Por 28 Mai 17 |
| 100 m barr (0,84) | 13"63 | Diogo Guerra | 99 | MAC | Maia (1341020) | Por 28 Abr 13 |
| 250 m barr (0,76) | 33"47 | Rodrigo Caetano | 3 | ESCMOV | Maia (1841041) | Por 17 Jun 18 |
| Altura | 1,83 m | Daniel Reis | 95 | CSGAIA | V.Castelo (1049037) | Por 12 Jun 10 |
| <i>HUN - Atleta Estrangeiro</i> | 1,87 m | Gábor Biedermann | 79 | CIPA | Lisboa E. Univ. | Por 08 Mai 94 |
| Vara | 3,42 m | Diogo Costa | 93 | ESCMOV | Abrantes (0803034) | Por 28 Jun 08 |
| <i>HUN - Atleta Estrangeiro</i> | 3,55 m | Gábor Biedermann | 79 | CIPA | Maia | Por 03 Jul 94 |
| Comprimento | 6,57 m | Filipe Pereira | 73 | CIPA | Louvain-LN | Bel 18 Jul 88 |
| Triplo | 13,27 m | Filipe Pereira | 73 | CIPA | Maia | Por 19 Jun 88 |
| Quadruplo Salto | 16,90 m | Diogo Saldanha | 01 | CFOD | Póvoa Varzim (41034) | Por 29 Maio 16 |
| Peso (4kg) | 19,52 m m | António Vital e Silva | 88 | FCP | V. do Castelo | Por 12 Jul 03 |
| Disco (1kg) | 65,82 m m | António Vital e Silva | 88 | FCP | Aveiro | Por 26 Jul 03 |
| Martelo (4kg) | 72,51 m m | António Vital e Silva | 88 | FCP | V. do Castelo | Por 20 Jun 03 |
| Dardo (0,6kg) | 43,98 | Afonso Dinis | 02 | MAC | Lagoa (1741051) | Por 30 Jun 17 |
| 3.000 m Marcha | 14'10"30 | Sergio Marques | 75 | CIPA | | Por 23 Jun 90 |
| 4.000 m Marcha | 19'36"8 | Bruno Barbosa | 83 | ACA | Maia | Por 02 Mai 98 |
| Heptatlo | 4.302 pts | Diogo Guerra | 99 | MAC | Póvoa Varzim (144100) | Por 19 Jan 14 |
| (80/Cp/Dd6) | | (9"44 - 5,87m - 30,50m + 13"78 - 12,18m - 1,64m - 2'55"13) | | | | |
| (100b084/Ps4/Alt/1000) | | | | | | |
| Triatlo | 2.121 pts | Diogo Guerra | 99 | MAC | Maia (1441006) | Por 19 Jan 14 |
| (60b084/Cp/Ps4) | | (8"35 - 5,89m - 12,91m) | | | | |
| 4 x 80 m | 36'79 | Seleção Regional | | AAP | Leiria (1303025) | Por 04 Jun 11 |
| | | (Joaquim Ramos/96 + Pedro Silva/96 + Pedro VilaCova/96 + Pedro Ferreira/96) | | | | |
| (clubes) | 37"48 | C.D. C+S Lavra | | LAVRA | Maia (1141026) | Por 28 Maio 11 |
| | | (Pedro Vila Cova/96 + Pedro Ferreira/96 + Miguel Costa/96 + João Costa/96) | | | | |

Outras Provas:

| | | | | | | |
|-------------------------------|-----------|----------------------------------|----|--------|-----------------------|---------------|
| 300 m | 36,41 | Vasco Santos | 71 | CIPA | Caceres | Por 25 Mai 86 |
| 300 m barr (0,84) | 40,13 | Diogo Guerra | 99 | MAC | Abrantes (1403030) | Por 28 Jun 14 |
| Martelo (5kg) | 61,29 | António Vital e Silva | 88 | FCP | V. Castelo | Por 11 Jul 03 |
| Peso (5Kg) | 14,62 | António Vital e Silva | 88 | FCP | | Por 08 Jun 03 |
| | 14,62 | Fernando Alves | 67 | FCP | | Por 11 Jun 82 |
| Disco (1,5kg) | 49,37 | António Vital e Silva | 88 | FCP | | Por 07 Jun 03 |
| Dardo (700g) | 42,29 | Vitor Costa | 89 | CSGAIA | | Por 07 Fev 04 |
| Tetratlo Iniciados (1) | 2.438 pts | Rodrigo Caetano | 03 | ESCMOV | P. Varzim (1841029) | Por 14 Abr 18 |
| 100bar/Alt/Ps4/1000m | | 15"17 - 1,76m - 10,63m - 3'02"69 | | | | |
| Tetratlo Iniciados (2) | 2.122 pts | Diogo Andrade | 02 | CFOD | Torres Vedras(170304) | Por 1 Jul 17 |
| 80/Cp/Ps4/1000m | | 9"63 - 5,41m - 9,25m - 3'17"14 | | | | |



RECORDES DE PISTA AO AR LIVRE

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

INICIADOS FEMININOS

| PROVA | MARCA | ATLETA | A.N. | CLUBE | LOCAL | DATA |
|--|------------------|---|------|--------|-------------------------|----------------|
| 80 m | 9"97 | Ana Costa | 02 | CAT-P | Braga (1703033) | Por 03 Jun 17 |
| 250 m | 32"59 | Ana Costa | 2 | CAT-P | Maia (1741035) | Por 27 Mai 17 |
| 800 m | 2'13"7 | Marina Amoroso | 74 | UDV | Maia | Por 22 Mai 88 |
| 1.000 m | 2'52"11 | Beatriz Pereira | 04 | MAC | Porto (1841048) | Por 18 Jul 18 |
| 1.500 m | 4'22"22 m | Fernanda Ribeiro | 69 | FCP | Vigo | Esp 06 Jul 83 |
| 1.500 m obst (0,76) | 5'07"06 | Sara Sousa | 95 | ARLVG | Leiria (1003020) | Por 05 Jun 10 |
| 80 m barr (0,76) | 12"01 | Maria Santos | 02 | LAVRA | Maia (1741035) | Por 27 Mai 17 |
| 250 m barr (0,76) | 36"43 | Ana Costa | 2 | CAT-P | Maia (1741035) | Por 28 Mai 17 |
| Altura | 1,66 m | Ana Silva | 96 | CAPV | Pombal (1103029) | Por 18 Jun 11 |
| Vara | 2,90 m | Rosana Teixeira | 82 | FCP | Braga | Por 16 Jun 96 |
| Comprimento | 5,57 m | Sónia Machado | 76 | CIPA | Lisboa E. Alv. | Por 16 Jun 91 |
| Triplo | 11,11 m | Luisa Santos | 79 | BFC | Maia | Por 28 Mai 94 |
| Quadruplo Salto | 13,65 m | Nádia Silva | 02 | CFOD | Maia (1641034) | Por 29 Mai 16 |
| Peso (3kg) | 12,58 m | Helena Fernandes | 73 | CIPA | Lisboa E. Nac. | Por 28 Mai 88 |
| Disco (1kg) | 36,38 m | Natália Ferreira | 69 | FCP | Porto E. Univ. | Por 23 Jun 84 |
| Disco (0,750kg) | 34,76 m | Ana Júlia Ferreira | 03 | CAP | Lousada (1841044) | Por 30 Jun 18 |
| Martelo (3kg) | 44,34 m | Rafaela Moutinho | 97 | MAC | Porto - Inatel(1241028) | Por 23 Jun 12 |
| Dardo (0,6kg) | 35,40 m | Ana Pires | 87 | FCP | Maia | Por 08 Jun 02 |
| Dardo (0,5kg) | 38,30 m | Bárbara Bica | 01 | CSGAIA | Abrantes (1603036) | Por 12 Jun 16 |
| 4.000 m Marcha | 21'30"30 | Mariana Lopes | 02 | INDP | Maia (1741035) | Por 28 Mai 17 |
| Heptatlo (80b076/Dd5/Alt) (80/Cp/Ps3/800) | 4.149 pts | Catarina Queirós (12"50 - 27,76m - 1,64m + 11"38 - 5,03m - 7,77m - 2'41"09) | 98 | LAVRA | Guarda (1303043) | Por 21 Jul 13 |
| Triatlo (Cp/60b076/Ps3) | 1.820 pts | Carolina Coutinho (4,95m - 9"98 - 10,44m) | 03 | LAVRA | P.Varzim ((1841016) | Por 10 Fev 18 |
| 4 x 80 m | 40"18 | Maia A.C. (Inês Dias/97 + Inês Pacheco/97 + Diana Oliveira/97 + Ana Alves/97) | | MAC | Maia (1241022) | Por 12 Maio 12 |

Outras provas:

| | | | | | | |
|---|------------------|--|----|-------|-----------------------|---------------|
| 60 m | 7"76 | Ana Costa | 02 | CAT-P | Vagos (1738008) | Por 14 Jan 17 |
| 200 m | 25"30 | Alexandra Pina | 72 | FCM | | Por 14 Ago 87 |
| 300 m | 40"35 | Ana Costa | 02 | CAT-P | Maia (1741039) | Por 10 Jun 17 |
| 400 m | 57"18 | Ana Costa | 02 | CAT-P | FOJE Gyor (Hun) | Por 08 Jul 17 |
| 300 m barr (0,76) | 44"46 | Ana Costa | 02 | CAT-P | Maia (1741039) | Por 11 Jun 17 |
| 3.000 m Marcha | 17'06"2 | Raquel Pimentel | 01 | CDGD | Maia (1541003) | Por 05 Dez 15 |
| 5.000 m Marcha | 26'53"79 | Mariana Lopes | 02 | IND-P | Abrantes (1703039) | Por 24 Jun 17 |
| Dardo 600g | 35,40 | Ana Pires | 87 | FCP | | Por 08 Jun 02 |
| Disco (1Kg) | 36,38 | Natália Ferreira | 69 | FCP | | Por 23 Jun 84 |
| Tetratlo Iniciados (1) 80bar/Alt/Ps3/800m | 2.188 pts | Carolina Coutinho 13"16 - 1,34m - 10,23m - 2'48"91 | 03 | LAVRA | P. Varzim (1841029) | Por 14 Abr 18 |
| Tetratlo Iniciados (2) 80/Cp/Ps3/800m | 2.544 pts | Ana Costa 9"93 - 4,92m - 9,28m - 2'37"82 | 02 | CAT-P | Torres Vedras(170304) | Por 1 Jul 17 |



RECORDES DE PISTA AO AR LIVRE

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

INFANTIS MASCULINOS

| PROVA | MARCA | ATLETA | A.N. | CLUBE | LOCAL | DATA |
|---------------------------------|------------------|--|------|--------|--------------------|----------------|
| 60 m | 7"76 | Miguel Costa | 05 | BFC | Porto (1741034) | Por 01 Mai 18 |
| 150 m | 18"55 | Miguel Costa | 5 | BFC | Lousada (1841044) | Por 01 Jul 18 |
| 600 m | 1'34"94 | Luis Moura | 96 | ADAM | P.Varzim (0941026) | Por 30 Mai 09 |
| 1.000 m | 2'47"1 | Bruno Moreira | 87 | ARLVG | Maia | Por 08 Jul 00 |
| 60 m barr (0,76) (-1,4v) | 9"21 | Diogo Guerra | 99 | MAC | Maia (1241029) | Por 07 Jul 12 |
| Altura | 1,60 m | Pedro Ferreira | 96 | LAVRA | Maia (0941024) | Por 23 Mai 09 |
| <i>HUN - Atleta Estrangeiro</i> | 1,62 m | Gábor Biedermann | 79 | CIPA | Budapeste | Hun 29 Ago 92 |
| Comprimento (1,6v) | 5,40 m | Diogo Guerra | 99 | MAC | Maia (1241029) | Por 24 Mai 09 |
| Vara | 2,40 m | Diogo Costa | 93 | ESCMOV | Maia | Por 24 Jun 06 |
| Quadruplo Salto | 14,14 m | Nuno Espinhosa | 01 | MAC | P.Varzim (1541004) | Por 7 Fev 15 |
| Peso (3kg) | 15,57 m m | António Vital e Silva | 88 | FCP | V. do Castelo | Por 27 Mai 01 |
| Dardo (0,5kg) | 34,42 m | Daniel Reis | 95 | CSGAIA | Maia (0841027) | Por 19 Jul 08 |
| Disco (0,750 kg) | 50,69 m | António Vital e Silva | 88 | FCP | V. do Castelo | Por 12 Jul 01 |
| Martelo (3kg) | 51,69 m | António Vital e Silva | 88 | FCP | Viana Castelo | Por 12 Jul 01 |
| 3.000 m Marcha | 16'01"6 | Bruno Oliveira | 79 | CDCD | Coimbra | Por 17 Mai 97 |
| Pentatlo | 2.763 pts | Diogo Guerra | 99 | MAC | Maia (1241021) | Por 06 Maia 12 |
| <i>(60/Cp+60b076/Ps3/1000)</i> | | <i>(7"81 - 5,15m + 9"21 - 10,87m - 3'18"07)</i> | | | | |
| Triatlo | 1.516 pts | Diogo Guerra | 99 | MAC | Maia (1241004) | Por 17 Dez 11 |
| <i>(60b076/Ps3/Cp)</i> | | <i>(9"78 - 10,50m - 5,18m)</i> | | | | |
| 4 x 60 m | 31"57 | Seleção Regional | | AAP | Lisboa E. Nac. | Por 07 Mai 89 |
| | | <i>(Pedro Sousa/76 + Nelson Moreira/76 + Pedro Costa/76 + Paulo Ferreira/76)</i> | | | | |
| (clubes) | 32"5 | C. I. P. Atletismo | | CIPA | Lisboa E. Nac. | Por 10 Mai 87 |
| | | <i>(João Carmo/75 + Manuel Sousa/74 + João Pereira/75 + Mauricio Russo/74)</i> | | | | |

Outras provas:

| | | | | | | |
|----------------------------|------------------|--|----|--------|--------------------|---------------|
| 80 m | 9,74 | Miguel Costa | 05 | BFC | Maia (1841041) | Por 17 Jun 18 |
| 500 m | 1'25"9 | Fernando Pinto | 59 | FCP | | Por 15 Abr 72 |
| Peso (4Kg) | 13,38 | António Vital e Silva | 88 | FCP | | Por 13 Mai 01 |
| Dardo (600g) | 32,77 | Nuno Espinhosa | 01 | MAC | P. Varim (1541009) | Por 18 Abr 15 |
| Disco (1Kg) | 32,18 | Marco Paredes | 02 | CSGAIA | P. Varim (1541022) | Por 17 Jun 15 |
| Tetratlo - Infantis | 2.009 pts | António Vital e Silva | 88 | FCP | Viana do Castelo | Por 22 Abr 01 |
| <i>(60/Ps3/Cp/1000)</i> | | <i>8"19 - 15,26m - 4,86m - 3'31"01</i> | | | | |



RECORDES DE PISTA AO AR LIVRE

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

INFANTIS FEMININOS

| PROVA | MARCA | ATLETA | A.N. | CLUBE | LOCAL | DATA |
|----------------------------|------------------|--|------|--------|----------------------|----------------|
| 60 m | 8"17 | Ana Costa | 02 | CAT-P | Marinha Grande (241) | Por 1 Jun 16 |
| 150 m | 20"05 | Ana Costa | 02 | CAT-P | Marinha Grande (241) | Por 1 Jun 16 |
| 600 m | 1'37"54 | Beatriz Pereira | 04 | MAC | Guimarães (184700) | Por 19 Nov 17 |
| 1.000 m | 2'58"12 | Beatriz Pereira | 04 | ARLVG | Aveiro (1738030) | Por 28 Mai 17 |
| 60 m barr (0,76) | 9"69 | Sónia Machado | 76 | CIPA | Lisboa E. Nac. | Por 06 Mai 89 |
| Altura | 1,47 m | Teresa Ramos | 97 | LAVRA | P.Varzim (1041024) | Por 23 Mai 10 |
| Comprimento (-1,8v) | 4,94 m | Rafaela Moutinho | 97 | FCP | P.Varzim (1041026) | Por 29 Mai 10 |
| Vara | 2,10 m | Rosana Teixeira | 82 | FCP | | Por 30 Dez 95 |
| | 2,10 m | Joana Rocha | 04 | CSGaia | Maia (1741035) | Por 28 Mai 17 |
| Triplo Salto | 9,69 m | Catarina Queirós | 98 | LAVRA | Maia (1341026) | Por 29 Maio 13 |
| Quadruplo Salto | 12,59 m | Marta Marques | 04 | ACPV | Maia (1741043) | Por 24 Jun 17 |
| Peso (2kg) | 11,97 m | Carolina Coutinho | 03 | LAVRA | P.Varzim (DE) | Por 14 Mai 16 |
| Martelo (2Kg) | 45,40 m | Catarina Flor | 05 | CAP | Lovelhe (1849034) | Por 12 Jul 18 |
| Disco (600g) | 32,54 m | Catarina Flor | 05 | CAP | Porto (1841048) | Por 18 Jul 18 |
| Dardo (0,4kg) | 26,68 m | Bárbara Bica | 01 | CSGaia | Braga (1447008) | Por 26 Abr 14 |
| 3.000 m Marcha | 16'47"02 | Mariana Lopes | 02 | CDMAR | Matosinhos (154102) | Por 21 Jun 15 |
| Pentatlo | 2.784 pts | Ana Costa | 02 | MAC | Maia (1241018) | Por 22 Abr 12 |
| (60/Ps2+60b076/Cp/1000) | | (8"23 - 7,60m + 11"11 - 4,24m - 3'18"67) | | | | |
| Triatlo | 1.531 | Susana Sousa | 99 | MAC | Maia (1241004) | Por 17 Dez 11 |
| (Ps2/60b076/Cp) | | (9,03m - 10"54 - 4,59m) | | | | |
| 4 x 60 m | 32"48 | Seleção Regional | | AAP | Lisboa E. Nac. | Por 07 Mai 89 |
| | | (Noémia Teixeira/76 + Raquel Moreira/77 + Carla Pereira/77 + Susana Castro/78) | | | | |
| (clubes) | 32"90 | Maia A.C. | | MAC | Póvoa Varzim | Por 18 Jun 11 |
| | | (Joana Areosa/98 + Inês Ribeiro/98 + Mariana Barbosa/98 + Carolina Suzano/98) | | | | |

Outras provas:

| | | | | | | |
|---------------------------|------------------|---------------------------------|----|--------|------------------|---------------|
| 80 m | 10"60 | Branca Pinto | 73 | CAP | | Por 20 Abr 86 |
| 80 m barr (0,76) | 14"16 | Catarina Queirós | 98 | LAVRA | Leiria (1124031) | Por 23 Jul 11 |
| 500 m | 1'26"70 | Andreia Macedo | 80 | VZSC | | Por 02 Jul 86 |
| 800 m | 2'14"80 | Mónica Susana Silva | 74 | CCFC | | Por 05 Jul 87 |
| 1500 m | 4'35"30 | Mónica Susana Silva | 74 | CCFC | | Por 04 Jul 87 |
| Peso (3Kg) | 9,99 | Natália Ferreira | 69 | FCP | | Por 12 Jun 82 |
| Disco (750g) | 28,98 | Catarina Flor | 02 | CAP | Inatel (1841041) | Por 16 Jun 18 |
| Martelo (3Kg) | 35,17 | Catarina Flor | 02 | CAP | Inatel (1841041) | Por 16 Jun 18 |
| Dardo (500g) | 28,05 | Bárbara Bica | 01 | CSGAIA | Maia (1441032) | Por 05 Jul 14 |
| Tetratlo- Infantis | 2.307 pts | Carla Almeida | 85 | FCP | Braga | Por 05 Abr 98 |
| (60/Ps2/Cp/1000) | | 8"31 - 11,20m - 4,64m - 3'28"92 | | | | |