



# RECORDES DE PISTA AO AR LIVRE

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO  
**PORTO**

## ABSOLUTOS MASCULINOS

PROVA	MARCA	ATLETA	A.N.	CLUBE	LOCAL	DATA
<b>100 m</b>	<b>10"33</b>	<b>Carlos Nascimento</b>	94	ESCMOV	Lisboa (1603037)	Por 19 Jun 16
<b>200 m</b>	<b>21"32</b>	<b>Carlos Nascimento</b>	94	ESCMOV	Luso (1203035)	Por 24 Jun 12
<b>400 m</b>	<b>46"96</b>	<b>José Mendes</b>	72	CDUP	Casablanca Viseu	Mar 31 Mai 92 Por 03 Jul 92
<b>800 m</b>	<b>1'47"14</b>	<b>Tiago Rodrigues</b>	85	FCP	Madrid	Esp 17 Jul 06
<b>1.500 m</b>	<b>3'39"46</b>	<b>António Travassos</b>	71	MAC	Madrid	Esp 19 Jul 03
<b>5.000 m</b>	<b>13'15"62</b>	<b>José Regalo</b>	63	FCP	Bruxelas	Bel 19 Ago 88
<b>10.000 m</b>	<b>28'01"00</b>	<b>António Pinto</b>	66	FCP	Lille	Fra 27 Jun 88
<b>3.000 m obst (0,91)</b>	<b>8'20"70</b>	<b>José Regalo</b>	63	FCP	Roma	Ita 03 Set 87
<b>110 m barr (1,067)</b>	<b>13"62</b>	<b>Luis Sá</b>	81	FCP	Coimbra	Por 24 Jul 04
<b>400 m barr (0,91)</b>	<b>49"60</b>	<b>Pedro Rodrigues</b>	71	FCP	MunIQUE	Ale 08 Ago 02
<b>Altura</b>	<b>2,18 m</b>	<b>Rafael Gonçalves</b>	77	FCP	Huelva	Esp 07 Ago 04
<b>Vara</b>	<b>5,66 m</b>	<b>Nuno Fernandes</b>	69	FCP	Maia	Por 13 Jul 96
<b>Comprimento</b>	<b>7,99 m</b>	<b>Carlos Calado</b>	75	FCP	Lisboa E. Univ.	Por 31 Jul 04
<b>Triplo</b>	<b>16,66 m</b>	<b>José Leitão</b>	65	CIPA	Maia	Por 26 Jul 87
<b>Peso (7.260kg)</b>	<b>17,83 m</b>	<b>António Vital e Silva</b>	88	Individual	V.N Cerveira (49031)	Por 29 Jun 11
<i>UCR - Atleta Estrangeiro</i>	<b>20,05 m</b>	<b>Roman Virastyuk</b>	68	FCP	Lisboa E. Univ.	Por 25 Mai 02
<b>Disco (2kg)</b>	<b>58,14 m</b>	<b>Filipe Vital e Silva</b>	83	Individual	Car Jamor (1203054)	Por 28 Jun 12
<b>Martelo (7.260kg)</b>	<b>66,39 m</b>	<b>André Vital e Silva</b>	80	FCP	Maia	Por 15 Jun 02
<b>Dardo (0,8kg)</b>	<b>72,73 m m</b>	<b>Elias Leal</b>	77	FCP	Castelo de Vide	Por 29 Jun 08
<b>Maratona (42.195km)</b>	<b>2:09'41"</b>	<b>Luis Novo</b>	70	MAC	Berlin	Ale 26 Set 04
<b>10.000 m Marcha</b>	<b>41'26"8 tp</b>	<b>Augusto Cardoso</b>	70	FCP	Maia	Por 11 Jul 99
<b>20.000 m Marcha</b>	<b>1:22'40"00</b>	<b>Augusto Cardoso</b>	70	FCP	Catania	Por 29 Maio 99
<b>Decatlo</b> (100/Cp/Ps7/Alt/400) (110b106/Dc2/Vr/Dd8/1500)	<b>7.381 pts</b>	<b>Nuno Fernandes</b> (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
<b>4 x 100 m</b>	<b>41"07</b>	<b>Futebol Clube do Porto</b> (Leandro Lobato/78 + Mário Barbosa/77 + Paulo Figueiredo/72 + Bruno Miguel/75)		FCP	Viseu	Por 13 Jun 98
<b>4 x 400 m</b>	<b>3'12"95</b>	<b>C. D. Universitário Porto</b> (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
<b>100 m</b> (2,0v)	<b>11"65</b>	<b>Carla Tavares</b>	82	FCP	Salamanca	Esp 15 Jun 08
(0,2v)					Sófia	Bul 30 Jun 08
LTU-Atleta Estrangeira (1,9v)	<b>11"43</b>	<b>Lina Grincikaite</b>	87	FCP	Lisboa (U) (1003027)	Por 12 Jun 10
<b>200 m</b> (1,7v)	<b>23"87</b>	<b>Carla Tavares</b>	82	FCP	Sófia	Bul 30 Jun 08
(0,4v)					Barcelona	Esp 19 Jul 08
LTU-Atleta Estrangeira (1,2v)	<b>23"38</b>	<b>Lina Grincikaite</b>	87	FCP	Lisboa (U) (1003027)	Por 13 Jun 10
<b>400 m</b>	<b>53"32</b>	<b>Marta Moreira</b>	66	CAP	Maia	Por 08 Jul 92
<b>800 m</b>	<b>1'58"94</b> m	<b>Carla Sacramento</b>	71	MCM	Zurique	Sui 13 Ago 97
<b>1.500 m</b>	<b>3'57"71</b> m	<b>Carla Sacramento</b>	71	MCM	Monte Carlo	Món 08 Ago 98
<b>3.000 m</b>	<b>8'30"22</b> m	<b>Carla Sacramento</b>	71	MCM	Monte Carlo	Món 04 Ago 99
<b>5.000 m</b>	<b>14'36"45</b> m	<b>Fernanda Ribeiro</b>	69	FCP	Hechtel	Ale 22 Jul 95
<b>10.000 m</b>	<b>30'22"88</b> m	<b>Fernanda Ribeiro</b>	69	FCP	Sidney	Aus 30 Set 00
<b>3.000 m obst</b> (0,76)	<b>9'25"25</b>	<b>Jessica Augusto</b>	81	Individual	Berlim	Ale 17 Ago 09
<b>100 m barr</b> (0,84)	<b>13"51</b>	<b>Sónia Machado</b>	76	BFC	Maia	Por 15 Jul 00
<b>400 m barr</b> (0,76)	<b>57"11</b>	<b>Marta Moreira</b>	66	CAP	Viseu	Por 01 Mai 92
<b>Altura</b>	<b>1,80 m</b>	<b>Isabel Branco</b>	71	CIPA	Maia	Por 21 Jul 91
		<b>Sónia Machado</b>	76	BFC	Lisboa E. Univ.	Por 05 Ago 00
		<b>Marisa Anselmo</b>	87	FCP	Seixal	Por 19 Jun 05
<b>Vara</b>	<b>4,35 m</b>	<b>Sandra Tavares</b>	82	FCP	Leiria	Por 21 Jun 08
<b>Comprimento</b>	<b>6,25 m</b>	<b>Cristina Morujão</b>	73	BFC	Braga	Por 20 Mai 95
(0,8v)		<b>Marta Godinho</b>	80	FCP	Seixal (0803037)	Por 20 Jul 08
LAT-Atleta Estrangeira (0,7v)	<b>6,92 m</b>	<b>Ineta Radevica</b>	81	FCP	Barcelona	Esp 28 Jul 10
<b>Triplo</b>	<b>14,17 m</b>	<b>Susana Costa</b>	84	ACFR	Berlim (Camp. Euroç	Por 10 Ago 18
<b>Peso</b> (4kg)	<b>15,32 m</b>	<b>Sónia Grácio</b>	74	BFC	Vendas Novas	Por 18 Dez 99
LTU - Atleta Estrangeira	<b>17,05 m</b>	<b>Austra Skujyte</b>	79	FCP	Lisboa (U) (1003027)	Por 13 Jun 10
<b>Disco</b> (1kg)	<b>53,30 m</b>	<b>Teresa Machado</b>	69	FCP	Leiria (0800014)	Por 01 Mar 08
<b>Martelo</b> (4kg)	<b>56,88 m</b>	<b>Irina Sustelo</b>	83	FCP	Bergen	Nor 20 Jun 09
<b>Dardo</b> (0,6kg)	<b>48,25 m</b>	<b>Ana Pires</b>	87	FCP	Póv. de Varzim	Por 10 Jul 05
<b>Maratona</b> (42.195km)	<b>2:23'29"</b> m	<b>Rosa Mota</b>	58	CAP	Chicago	EUA 20 Out 85
<b>10.000 m Marcha</b>	<b>49'19"37</b>	<b>Cláudia Conceição</b>	89	CSGAIA	Viseu	Por 07 Jul 07
<b>20.000 m Marcha</b>	<b>1:41'12"00</b>	<b>Sandra Leitão</b>	75	FCP		Por 21 Abr 04
<b>Heptatlo</b>	<b>5.330 pts</b>	<b>Sónia Machado</b>	76	BFC	Lisboa E. Univ.	Por 11 Mai 97
(100b084/Alt/Ps4/200)		(13"99 - 1,73m - 10,47m - 26"06 + 5,90m - 31,14m - 2'22"52)				
(Cp/Dd6/800)						
<b>4 x 100 m</b>	<b>46"32</b>	<b>Futebol Clube do Porto</b>		FCP	Lisboa (U) (1003027)	Por 12 Jun 10
e) LTU - Atleta Estrangeira		(Carla Ratão/82 + Rafaela Almeida/83 + Tânia Duarte/90 + Lina Gricikaite(e)/87)				
<b>4 x 400 m</b>	<b>3'41"24</b>	<b>Seleção Regional / Nacional</b>			Maia	Por 12 Ago 90
		(Marta Moreira/66 + Albina Gavina/73 + Cristina Regalo/69 + Elsa Amaral/66)				
<b>(clubes)</b>	<b>3'50"9</b>	<b>Futebol Clube do Porto</b>		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
<b>100 m</b>	<b>10"41</b>	<b>Carlos Nascimento</b>	94	ESCMOV	Lisboa (1203037)	Por 07 Jul 12
<b>200 m</b>	<b>21"32</b>	<b>Carlos Nascimento</b>	94	ESCMOV	Lisboa (1203035)	Por 24 Jun 12
<b>400 m</b>	<b>47"20</b>	<b>José Mendes</b>	72	CDUP	Salónica	Gre 09 Ago 91
<b>800 m</b>	<b>1'48"94</b>	<b>José Azevedo</b>	75	NAM	Maia	Por 16 Jul 94
<b>1.500 m</b>	<b>3'44"3</b>	<b>Guilherme Alves</b>	61	FCP	Lisboa E. Nac.	Por 14 Jun 80
" (el.)	<b>3'47"03</b>	<b>Ricardo Barbosa</b>	86	FCP	Maia	Por 22 Jun 05
<b>3.000 m</b>	<b>8'08"2 m</b>	<b>Carlos Monteiro</b>	65	ICA	Lisboa E. Nac.	Por 30 Jun 84
<b>5.000 m</b>	<b>13'54"54 m</b>	<b>Carlos Monteiro</b>	65	ICA	Vigo	Esp 18 Jul 84
<b>10.000 m</b>	<b>29'38"44</b>	<b>Nuno Costa</b>	86	ADAM	Maia	Por 22 Jun 05
<b>3.000 m obst (0,91)</b>	<b>8'44"6 m</b>	<b>Guilherme Alves</b>	61	FCP	Lisboa E. Nac.	Por 29 Jun 80
<b>110 m barr (1,00)</b>	<b>14"30</b>	<b>Diogo Guerra</b>	99	MAC	Viseu (1603044)	Por 10 Jul 16
<b>400 m barr (0,91)</b>	<b>52"64</b>	<b>António Leite</b>	71	CDUP	Lisboa E. Nac.	Por 30 Jul 89
<b>Altura</b>	<b>2,05 m</b>	<b>João Almeida</b>	64	FCP	Lisboa E. Nac.	Por 13 Ago 83
<b>Vara</b>	<b>4,80 m</b>	<b>Nuno Fernandes</b>	69	CIPA	Maia	Por 16 Jul 88
<b>Comprimento</b>	<b>7,83 m m</b>	<b>Nelson Évora</b>	84	FCP	Tampere	Fil 25 Jul 03
<b>Triplo</b>	<b>16,43 m m</b>	<b>Nelson Évora</b>	84	FCP	Tampere	Fil 27 Jul 03
<b>Peso (6kg)</b>	<b>16,76 m</b>	<b>Adriano Lopes</b>	91	FCP	Setubal (1003032)	Por 03 Jul 10
<b>Disco (1,750 kg)</b>	<b>56,08 m</b>	<b>Filipe Vital e Silva</b>	83	FCP	Almada	Por 12 Jun 02
<b>Martelo (6 kg)</b>	<b>67,39 m</b>	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP	Porto E. Inatel	Por 12 Mar 05
<b>Dardo (0,8kg)</b>	<b>61, 87 m</b>	<b>João Ramalho</b>	85	FCP	Maia	Por 01 Mar 03
Dardo planador	<b>73,64 m</b>	<b>Paulo Santos</b>	65	FCP		Por 08 Set 84
<b>10.000 m Marcha</b>	<b>42'53"15</b>	<b>Augusto Cardoso</b>	70	ACA	Varazdin	Jug 26 Ago 89
<b>Decatlo</b>	<b>6.066 pts</b>	<b>Paulo Sérgio Carvalho</b>	75	FCM	Viseu	Por 08 Mai 94
		<b>(100m - Cp - Ps7 - Alt - 400m + 110b106 - Dc2 - Vara - Dd8 - 1500m)</b>				
		<b>(11"87 - 6,12m - 9,72m - 1,82m - 50"70 + 16"14 - 26,98m - 3,50m - 39,92m - 4'16"62)</b>				
<b>Decatlo</b>	<b>6.107 pts</b>	<b>Pedro Ferreira</b>	96	LAVRA	Luso (1403032)	Por 5 Jul 14
		<b>(100m - Cp - Ps6 - Alt - 400m + 110b100 - Dc17 - Vara - Dd8 - 1500m)</b>				
		<b>(11"68 - 6,80m - 9,45m - 1,94m - 53"27 + 16"44 - 22,30m - 3,00m - 33,92m - 4'56"64)</b>				
<b>4 x 100 m</b>	<b>42"42</b>	<b>Futebol Clube do Porto</b>		FCP	Guimarães (0941033)	Por 20 Jun 09
e) Ang - Atleta Estrangeiro		<b>(Célio Inácio(e)/91 + Emanuel Neves/90 + Diogo Santos/91 + Miguel Pereira/91)</b>				
<b>4 x 400 m</b>	<b>3'22"58</b>	<b>Futebol Clube do Porto</b>		FCP	Viseu (0903032)	Por 05 Jul 09
		<b>(Carlos Figueiredo/90 + Emanuel Neves/90 + Luis Phalempim/90 + Diogo Santos/91)</b>				

### Outras provas:

<b>110 m barr (1,06)</b>	<b>14"43</b>	<b>Luís Sá</b>	81	FCP		Por 15 Jul 00
<b>Martelo (7,26Kg)</b>	<b>59,05</b>	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP	Pontevedra	Por 31 Jul 05
<b>Peso (7,26Kg)</b>	<b>15,20</b>	<b>Adriano Lopes</b>	91	FCP	Leiria (1003034)	Por 17 Jul 10
<b>Disco (2Kg)</b>	<b>51,47</b>	<b>Filipe Vital e Silva</b>	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
<b>100 m</b> (1,8v)	<b>11"95</b>	<b>Tânia Duarte</b>	90	FCP	Lx. E. Univ.(0903033)	Por 11 Jul 09
<b>200 m</b>	<b>24"55</b>	<b>Cristina Cardoso</b>	69	FCP	Lisboa E. Nac.	Por 14 Ago 88
<b>400 m</b>	<b>55"20</b>	<b>Albina Gavina</b>	73	VZSC	Pontevedra	Esp 11 Jun 92
<b>800 m</b>	<b>2'07"8</b>	<b>Fernanda Ribeiro</b>	69	FCP	Maia	Por 03 Jul 92
<b>1.500 m</b>	<b>4'14"9</b> m	<b>Fernanda Ribeiro</b>	69	FCP	Maia	Por 01 Ago 88
<b>3.000 m</b>	<b>8'56"33</b> m	<b>Fernanda Ribeiro</b>	69	FCP	Birmingham	Gbr 09 Ago 87
<b>10.000 m</b>	<b>33'25"3</b>	<b>Mónica Gama</b>	70	FCP	Lisboa E. Nac.	Por 23 Abr 88
<b>3.000 m obst</b> (0,76)	<b>10'42"10</b>	<b>Mara Resende</b>	00	MAC	Lisboa (1912037)	Por 10 Jun 19
<b>100 m barr</b> (0,84)	<b>14"10</b>	<b>Sónia Machado</b>	76	Individual	Lisboa E. Univ.	Por 17 Jun 95
<b>400 m barr</b> (0,76)	<b>61"16</b>	<b>Alexandra Pina</b>	72	BFC	Maia	Por 23 Jul 89
<b>Altura</b>	<b>1,80 m</b>	<b>Marisa Anselmo</b>	87	FCP	Seixal	Por 19 Jun 05
<b>Vara</b>	<b>3,41 m</b>	<b>Isabel Vieira</b>	93	FCP	Guimarães (1003030)	Por 20 Jun 10
<b>Comprimento</b>	<b>6,07 m</b>	<b>Sónia Machado</b>	76	Individual	Viseu	Por 16 Jul 95
<b>Triplo</b>	<b>12,42 m</b>	<b>Inês Moura</b>	85	FCP	Lisboa E. Univ.	Por 23 Jun 04
<b>Peso</b> (4kg)	<b>14,70 m</b>	<b>Carla Almeida</b>	85	FCP	Corunha	Esp 24 Ago 02
<b>Disco</b> (1kg)	<b>44,26 m</b>	<b>Natália Ferreira</b>	69	FCP	Lisboa E. Alv.	Por 30 Mai 87
<b>Martelo</b> (4kg)	<b>51,96 m</b>	<b>Sónia Martins</b>	78	NAM	Porto E. Inatel	Por 09 Jul 97
<b>Dardo</b> (0,6kg)	<b>48,25 m</b>	<b>Ana Pires</b>	87	FCP	Póv. de Varzim	Por 10 Jul 05
<b>10.000 m Marcha</b>	<b>49'19"37</b>	<b>Cláudia Conceição</b>	89	CSGAIA	Viseu (0700033)	Por 07 Jul 07
<b>Heptatlo</b> (100b084/Alt/Ps4/200) (Cp/Dd6/800)	<b>5.112 pts</b>	<b>Sónia Machado</b> (14"39 - 1,66m - 10,20m - 25"75 + 5,68m - 28,60m - 2'20"5)	76	Individual	Lisboa E. Univ.	Por 06 Ago 95
<b>4 x 100 m</b>	<b>49"09</b>	<b>C. I. P. Atletismo</b> (Anabela Osório/72 + Andreia Ferreira/75 + Márcia Nery/74 + Isabel Rodrigues/73)		CIPA	Maia	Por 27 Jul 91
<b>4 x 400 m</b>	<b>3'58"93</b>	<b>Futebol Clube do Porto</b>		FCP	Maia	Por 02 Jun 01

### Outras provas:

<b>60 m</b>	<b>7"5</b>	<b>Cristina Cardoso</b>	69	FCP	Maia	Por 06 Fev 88
<b>60 m barr</b> (0,84)	<b>9"12</b>	<b>Sara Moreira</b>	01	LAVRA	Maia (1841012)	Por 07 Jan 18
<b>300 m</b>	<b>39"79</b>	<b>Ana Costa</b>	02	BFC	Vagos (1803028)	Por 23 Jun 18
<b>1.000 m</b>	<b>2'48"68</b>	<b>Teresa Marinho</b>	77	TGD	Maia	Por 02 Abr 95
<b>Milha</b>	<b>4'47"22</b>	<b>Fernanda Marques</b>	66	ANA	S. Compostela	Por 13 Set 85
<b>5.000 m Marcha</b>	<b>25'00"00</b>	<b>Cláudia Conceição</b>	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
<b>100 m</b>	<b>10"58</b>	<b>Carlos Nascimento</b>	94	ESCMOV Roma	Ita	26 Maio 11
<b>200 m</b>	<b>21"90</b>	<b>Carlos Nascimento</b>	94	ESCMOV Leiria (1003034)	Por	18 Jul 10
<b>300 m</b>	<b>35"20</b>	<b>José Mendes</b>	72	CDUP Maia	Por	30 Dez 89
<b>800 m</b>	<b>1'52"23</b>	<b>José Azevedo</b>	75	CIPA Maia	Por	28 Jun 92
<b>1.500 m</b>	<b>3'49"14</b>	<b>Rui Pinto</b>	92	UDV Leiria	Por	05 Jun 09
<b>3.000 m</b>	<b>8'20"2</b>	<b>Pedro Cunha</b>	70	CDCD Maia	Por	02 Ago 87
<b>2.000 m obst (0,76)</b>	<b>6'00"0</b>	<b>André Pereira</b>	94	CBPAR Maia (1241029)	Por	08 Jul 12
<b>110 m barr (0,91)</b>	<b>13"77</b>	<b>Diogo Guerra</b>	99	MAC Tbilisi - Georgia	Por	15 Jul 16
<b>300 m barr (0,84)</b>	<b>38"36</b>	<b>Diogo Santos</b>	91	FCP Abrantes (0803034)	Por	29 Jun 08
<b>Altura</b>	<b>1,99 m</b>	<b>João Almeida</b>	64	FCP Lisboa E. Nac.	Por	26 Jul 81
		<b>Rui Fernando Brás</b>	76	FCM Salamanca	Esp	24 Jul 93
<b>Vara</b>	<b>4,40 m</b>	<b>Pedro Pimenta</b>	75	CIPA Maia	Por	28 Jun 92
<b>Comprimento</b>	<b>7,09 m</b>	<b>Filipe Pereira</b>	73	CIPA Lisboa E. Alv.	Por	02 Jun 90
<b>Triplo</b>	<b>14,28 m</b>	<b>José Leitão</b>	65	FCP Lisboa E. Nac.	Por	25 Jul 82
<b>Peso (5kg)</b>	<b>18,77 m</b>	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP Lagos	Por	15 Mai 05
<b>Disco (1,5kg)</b>	<b>59,57 m m</b>	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP Marraquexe	Mar	15 Jul 05
<b>Martelo (5kg)</b>	<b>76,07 m m</b>	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP Porto E. Inatel	Por	12 Mar 05
<b>Dardo (0,7kg)</b>	<b>54,32 m</b>	<b>João Ramalho</b>	85	FCP Corunha	Esp	24 Ago 02
<b>3.000 m Marcha</b>	<b>14'21"96</b>	<b>Vítor Cabral</b>	98	CFOD Aveiro (1538001)	Por	19 Dez 15
<b>5.000 m Marcha</b>	<b>21'16"88 m</b>	<b>Joaquim Pentieiro</b>	74	CIPA Lisboa E. Nac.	Por	06 Jul 91
<b>Octatlo (Atl.Comp.) (100/Cp/Ps5/300) (110b091/Alt/Dd7/1000)</b>	<b>5,518 pts</b>	<b>Daniel Reis</b>	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)				
<b>Octatlo (Nac.P.Comb., (110b091/Cp/Ps5/Alt) (Dc15/Vr/Dd7/1000)</b>	<b>4.618 pts</b>	<b>Miguel Pereira</b>	91	FCP Luso	Por	01 Jun 08
		(15"41 - 6,28m - 12,15m - 1,74m + 29,74m - 3,40m - 41,99m - 3'07"90)				
<b>Decatlo (Juvenis) (100/Cp/Ps5/400) (110Bar/Dc15/Vr/Dd7/1500)</b>	<b>6 472</b>	<b>Guilherme Almeida</b>	02	ESCMOV Lousada (1941037)	Por	5 Mai 19
		(11"54 - 6,68m - 11,78m - 1,80m - 51"35 - 15"08 - 32"64 - 3,30m - 47,81m - 4'41"25)				
<b>Triatlo (60b091/Ps5/Alt)</b>	<b>2087 pts</b>	<b>Pedro Ferreira</b>	96	LAVRA Maia (1341003)	Por	15 dez 12
		(8"54 - 12,60m - 1,76m)				
<b>4 x 100 m  (clubes)</b>	<b>43"56  43"98</b>	<b>Seleção ESMAIA - FISEC</b> <i>(Ricardo Reis/98 + Carlos Castro/97 + Diogo Guerra/99 + Miguel Pereira/98)</i>		ESMAIA Austria	Por	13 Jul 14
		<b>Escola do Movimento</b> <i>(André Silva/94 + André Ferrão/94 + Hugo Mariz/95 + Carlos Nascimento/94)</i>		ESCMOV Braga (1147036)	Por	11 Jun 11
<b>4 x 300 m</b>	<b>2'30"07</b>	<b>Futebol Clube do Porto</b>		FCP Abrantes (0700031)	Por	24 Jun 07
		<i>(Luis Phalempim/90 + Miguel Pereira/91 + Isaac Lopes/90 + Emanuel Neves/90)</i>				
<b>Outras Provas:</b>						
<b>60 m</b>	<b>7,02</b>	<b>Carlos Nascimento</b>	94	ESCMOV Maia (1141001)	Por	27 Nov 10
<b>400 m</b>	<b>48,63</b>	<b>José Mendes</b>	72	CDUP Lisboa	Por	12 Ago 89
<b>110 m barr (1,00)</b>	<b>14,30</b>	<b>Diogo Guerra</b>	99	MAC Viseu (1603044)	Por	10 Jul 16
<b>1.000 m</b>	<b>2'26"7</b>	<b>José Azevedo</b>	76	CIPA Vigo	Por	27 Jul 92
<b>3.000 m Marcha</b>	<b>14'21"96</b>	<b>Vítor Cabral</b>	98	CFOD Aveiro (1538001)	Por	19 Dez 15
<b>10.000 m Marcha</b>	<b>46'56"89</b>	<b>Rubén Santos</b>	00	CFOD M <sup>a</sup> Grande (170304)	Por	08 Jul 17
<b>Peso (6Kg)</b>	<b>16,57</b>	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP Covilhã	Por	26 Jun 04
<b>Martelo (6Kg)</b>	<b>67,39</b>	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP Inatel	Por	22 Mar 05
<b>Disco (1,75Kg)</b>	<b>50,51</b>	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP	Por	10 Jul 05
<b>Heptatlo 60Bar/Atl/Ps5/Cp/Vr/60m/1000m</b>	<b>3.858 pts</b>	<b>Guilherme Almeida</b>	02	ESCMOV Lousada (1841007)	Por	10 Dez 17
<b>Tetratlo Juvenis 110Bar/Ps5/Cp/1000m</b>	<b>2.769 pts</b>	<b>Tomás Dinis</b>	00	MAC Torres Vedras(170304)	Por	1 Jul 17
		15"30 - 9,83m - 6,80m - 2'55"11				





# RECORDES DE PISTA AO AR LIVRE

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO  
**PORTO**

## JUVENIS FEMININOS

PROVA	MARCA	ATLETA	A.N.	CLUBE	LOCAL	DATA
<b>100 m</b>	12"01	<b>Daniela França</b>	95	MAC	Luso (1203035)	Por 23 Jun 12
<b>200 m</b>	24"81	<b>Alexandra Pina</b>	72	BFC	Lisboa E. Alv.	Por 13 Jun 89
	24"81	<b>Daniela França</b>	95	MAC	Luso (1203035)	Por 23 Jun 12
<b>300 m</b>	39"79	<b>Ana Costa</b>	02	BFC	Vagos (1803028)	Por 23 Jun 18
<b>800 m</b>	2'11"8	<b>Fernanda Ribeiro</b>	69	FCP	Lisboa E. Nac.	Por 02 Jun 85
<b>1.500 m</b>	4'21"03 rn	<b>Fernanda Ribeiro</b>	69	FCP	Lisboa E. Nac.	Por 26 Jul 86
<b>3.000 m</b>	9'09"39 rn	<b>Fernanda Ribeiro</b>	69	FCP	Atenas	Gre 19 Jul 86
<b>2.000 m obst (0,76)</b>	6'54"08	<b>Andreia Rodrigues</b>	96	GT	Donetsk - UCR	Por 17 Jul 13
<b>100 m barr (0,76)</b>	14"23	<b>Sara Moreira</b>	01	LAVRA	Braga (1803026)	Por 10 Jun 18
<b>300 m barr (0,76)</b>	43"70	<b>Sónia Machado</b>	76	CIPA	Lisboa E. Alv.	Por 21 Jul 93
<b>Altura</b>	1,70 m	<b>Catarina Queirós</b>	98	LAVRA	Lisboa (DE)	Por 18 Mai 14
<b>Vara</b>	3,41 m	<b>Isabel Vieira</b>	93	FCP	Guimarães (1003030)	Por 20 Jun 10
<b>Comprimento</b>	5,98 m	<b>Sónia Machado</b>	76	CIPA	Salamanca	Esp 24 Jul 93
<b>Triplo</b>	12,25 m	<b>Mariana Novo</b>	00	ACPV	Maia (1741048)	Por 15 Jul 17
<b>Peso (3kg)</b>	15,72 m	<b>Carla Almeida</b>	85	FCP	Melgaço	Por 13 Abr 02
<b>Disco (1kg)</b>	39,32 m	<b>Natália Ferreira</b>	69	FCP	Porto E. Univ.	Por 16 Ago 86
<b>Martelo (3kg)</b>	51,60 m	<b>Rafaela Moutinho</b>	97	ACFR	Cerveira (1749005)	Por 13 Dez 14
<b>Dardo (0,5kg)</b>	46,54 m	<b>Bárbara Bica</b>	01	CSGAIA	Vagos (1803028)	Por 23 Jun 18
<b>5.000 m Marcha</b>	24'39"10	<b>Bruna Marques</b>	02	CFOD	Fátima (1903035)	Por 13 Jul 19
<b>Heptatlo</b>	4.817 pts	<b>Sónia Machado</b>	76	CIPA	Lisboa E. Nac.	Por 01 Ago 93
(100b084/Alt/Ps4/200) (Cp/Dd6/800)		(14"73 - 1,64m - 8,53m - 26"30 + 5,70m - 26,64m - 2'23"34)				
<b>Heptatlo (Nc/A.Comp)</b>	4.244 pts	<b>Isabel Vieira</b>	93	FCP	Braga (0947030)	Por 19 Abr 09
(100b076/Alt/Ps3/200) (Cp/Dd6/800)		(15"70 - 1,57m - 10,42m - 27"83 + 5,01m - 27,13m - 2'37"07)				
<b>Triatlo</b>	2.036 pts	<b>Ana Leite</b>	1	LAVRA	P. Varzim (1841017)	Por 11 Fev 18
(Alt/60b076/Ps3)		(1,41m - 10"25 - 13,75m)				
<b>4 x 100 m</b>	49"47	<b>Seleção Regional</b>		AAP	Lisboa E. Alv.	Por 29 Jun 91
		(Fernanda Angélica/75 + Andreia Ferreira/75 + Márcia Nery/74 + Céu Teixeira/74)				
<b>(clubes)</b>	50"22	<b>Maia A. C.</b>		MAC	Abrantes (1203036)	Por 30 Jun 12
		(Inês Pacheco/97 + Diana Oliveira/97 + Ana Alves/97 + Daniela França/95)				
<b>4 x 300 m</b>	2'55"85	<b>CF. Oliveira do Douro</b>		CFOD	Porto (1941068)	Por 17 Jul 19
		(Carolina Coutinho/03 + Catarina Azevedo/03 + Maria Santos/02 + Mariana truta/02)				

### Outras Provas:

<b>60 m</b>	7"76	<b>Ana Costa</b>	02	CAT-P	Vagos (1738008)	Por 14 Jan 17
<b>60 m barr (0,76)</b>	9"14	<b>Maria Santos</b>	02	LAVRA	P. Varzim (1841017)	Por 11 Fev 18
<b>400 m</b>	55"66	<b>Ana Costa</b>	02	BFC	EC U18 Győr (HUN)	Por 06 Jun 18
<b>Martelo (4Kg)</b>	45,33	<b>Joana Silva</b>	84	CDP	Coimbra	Por 12 Jul 00
<b>Peso (4Kg)</b>	13,79	<b>Carla Almeida</b>	85	FCP	Lisboa	Por 14 Jul 02
<b>Dardo (0,6kg)</b>	46,32 m rn	<b>Ana Pires</b>	87	FCP	Braga	Por 23 Mai 04
<b>1.000 m</b>	2'52"11	<b>Beatriz Pereira</b>	04	MAC	Porto (1841048)	Por 18 Jul 18
<b>3.000 m Marcha</b>	14'24"4	<b>Susana Carvalho</b>	77	ACA	Lisboa	Por 23 Mai 93
<b>Pentatlo</b>						
60Bar/Alt/Ps3/Cp/800m						
<b>Tetratlo Juvenis</b>	2.070 pts	<b>Mariana Novo</b>	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
<b>80 m</b> (1,5v)	9"17	<b>Carlos Nascimento</b>	94	ESCMOV	Maia (0941020)	Por 02 Mai 09
<b>250 m</b>	30"03	<b>Diogo Guerra</b>	99	MAC	Maia (1441032)	Por 05 Jul 14
<b>800 m</b>	1'57"34	<b>Bruno Moreira</b>	87	ARLVG	Seixal	Por 19 Mai 02
<b>1.500 m</b>	4'04"91	<b>Fábio Gomes</b>	97	UDV	Abrantes (1203036)	Por 30 Jun 12
<b>1.500 m obst</b> (0,76)	4'21"57	<b>André Regufe</b>	02	ACPV	Maia (1741035)	Por 28 Mai 17
<b>100 m barr</b> (0,84)	13"63	<b>Diogo Guerra</b>	99	MAC	Maia (1341020)	Por 28 Abr 13
<b>250 m barr</b> (0,76)	33"47	<b>Rodrigo Caetano</b>	3	ESCMOV	Maia (1841041)	Por 17 Jun 18
<b>Altura</b>	1,83 m	<b>Daniel Reis</b>	95	CSGAIA	V.Castelo (1049037)	Por 12 Jun 10
<i>HUN - Atleta Estrangeiro</i>	1,87 m	<b>Gábor Biedermann</b>	79	CIPA	Lisboa E. Univ.	Por 08 Mai 94
<b>Vara</b>	3,42 m	<b>Diogo Costa</b>	93	ESCMOV	Abrantes (0803034)	Por 28 Jun 08
<i>HUN - Atleta Estrangeiro</i>	3,55 m	<b>Gábor Biedermann</b>	79	CIPA	Maia	Por 03 Jul 94
<b>Comprimento</b>	6,57 m	<b>Filipe Pereira</b>	73	CIPA	Louvain-LN	Bel 18 Jul 88
<b>Triplo</b>	13,27 m	<b>Filipe Pereira</b>	73	CIPA	Maia	Por 19 Jun 88
<b>Quadruplo Salto</b>	16,90 m	<b>Diogo Saldanha</b>	01	CFOD	Póvoa Varzim (41034)	Por 29 Maio 16
<b>Peso</b> (4kg)	19,52 m m	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP	V. do Castelo	Por 12 Jul 03
<b>Disco</b> (1kg)	65,82 m m	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP	Aveiro	Por 26 Jul 03
<b>Martelo</b> (4kg)	72,51 m m	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP	V. do Castelo	Por 20 Jun 03
<b>Dardo</b> (0,6kg)	43,98	<b>Afonso Dinis</b>	02	MAC	Lagoa (1741051)	Por 30 Jun 17
<b>3.000 m Marcha</b>	14'10"30	<b>Sergio Marques</b>	75	CIPA		Por 23 Jun 90
<b>4.000 m Marcha</b>	19'36"8	<b>Bruno Barbosa</b>	83	ACA	Maia	Por 02 Mai 98
<b>Heptatlo</b>	4.302 pts	<b>Diogo Guerra</b>	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)						
<b>Triatlo</b>	2.121 pts	<b>Diogo Guerra</b>	99	MAC	Maia (1441006)	Por 19 Jan 14
(60b084/Cp/Ps4)		(8"35 - 5,89m - 12,91m)				
<b>4 x 80 m</b>	36'79	<b>Seleção Regional</b>		AAP	Leiria (1303025)	Por 04 Jun 11
(clubes)	37"48	<b>C.D. C+S Lavra</b>		LAVRA	Maia (1141026)	Por 28 Maio 11
		(Pedro Vila Cova/96 + Pedro Ferreira/96 + Miguel Costa/96 + João Costa/96)				

### Outras Provas:

<b>300 m</b>	36,41	<b>Vasco Santos</b>	71	CIPA	Caceres	Por 25 Mai 86
<b>60 m barr</b> (0,84)(-0,5)	8,98	<b>Pedro Vila Cova</b>	96	LAVRA	Maia	Por 11 Dez 10
<b>300 m barr</b> (0,84)	40,13	<b>Diogo Guerra</b>	99	MAC	Abrantes (1403030)	Por 28 Jun 14
<b>Martelo</b> (5kg)	61,29	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP	V. Castelo	Por 11 Jul 03
<b>Peso</b> (5Kg)	14,62	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP		Por 08 Jun 03
	14,62	<b>Fernando Alves</b>	67	FCP		Por 11 Jun 82
<b>Disco</b> (1,5kg)	49,37	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP		Por 07 Jun 03
<b>Dardo</b> (700g)	42,29	<b>Vitor Costa</b>	89	CSGAIA		Por 07 Fev 04
<b>Tetratlo Iniciados</b> (1)	2.438 pts	<b>Rodrigo Caetano</b>	03	ESCMOV	P. Varzim (1841029)	Por 14 Abr 18
100bar/Alt/Ps4/1000m		15"17 - 1,76m - 10,63m - 3'02"69				
<b>Tetratlo Iniciados</b> (2)	2.122 pts	<b>Diogo Andrade</b>	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
<b>80 m</b>	<b>9"97</b>	<b>Ana Costa</b>	02	CAT-P	Braga (1703033)	Por 03 Jun 17
<b>250 m</b>	<b>32"59</b>	<b>Ana Costa</b>	2	CAT-P	Maia (1741035)	Por 27 Mai 17
<b>800 m</b>	<b>2'13"7</b>	<b>Marina Amoroso</b>	74	UDV	Maia	Por 22 Mai 88
<b>1.000 m</b>	<b>2'52"11</b>	<b>Beatriz Pereira</b>	04	MAC	Porto (1841048)	Por 18 Jul 18
<b>1.500 m</b>	<b>4'22"22 m</b>	<b>Fernanda Ribeiro</b>	69	FCP	Vigo	Esp 06 Jul 83
<b>1.500 m obst (0,76)</b>	<b>5'07"06</b>	<b>Sara Sousa</b>	95	ARLVG	Leiria (1003020)	Por 05 Jun 10
<b>80 m barr (0,76)</b>	<b>12"01</b>	<b>Maria Santos</b>	02	LAVRA	Maia (1741035)	Por 27 Mai 17
<b>250 m barr (0,76)</b>	<b>36"43</b>	<b>Ana Costa</b>	2	CAT-P	Maia (1741035)	Por 28 Mai 17
<b>Altura</b>	<b>1,66 m</b>	<b>Ana Silva</b>	96	CAPV	Pombal (1103029)	Por 18 Jun 11
<b>Vara</b>	<b>2,95 m</b>	<b>Joana Rocha</b>	04	CSGAIA	Fátima (1903035)	Por 14 Jul 19
<b>Comprimento</b>	<b>5,57 m</b>	<b>Sónia Machado</b>	76	CIPA	Lisboa E. Alv.	Por 16 Jun 91
<b>Triplo</b>	<b>11,11 m</b>	<b>Luisa Santos</b>	79	BFC	Maia	Por 28 Mai 94
<b>Quadruplo Salto</b>	<b>13,72 m</b>	<b>Joana Pimenta</b>	04	CAP	Póvoa Varzim (41042)	Por 29 Mai 19
<b>Peso (3kg)</b>	<b>12,58 m</b>	<b>Helena Fernandes</b>	73	CIPA	Lisboa E. Nac.	Por 28 Mai 88
<b>Disco (1kg)</b>	<b>36,38 m</b>	<b>Natália Ferreira</b>	69	FCP	Porto E. Univ.	Por 23 Jun 84
<b>Disco (0,750kg)</b>	<b>34,83 m</b>	<b>Ana Júlia Ferreira</b>	03	CAP	Porto (1941006)	Por 01 Dez 18
<b>Martelo (3kg)</b>	<b>48,98 m</b>	<b>Catarina Flor</b>	02	CAP	Porto (1941047)	Por 12 Jun 19
<b>Dardo (0,6kg)</b>	<b>35,40 m</b>	<b>Ana Pires</b>	87	FCP	Maia	Por 08 Jun 02
<b>Dardo (0,5kg)</b>	<b>38,30 m</b>	<b>Bárbara Bica</b>	01	CSGAIA	Abrantes (1603036)	Por 12 Jun 16
<b>4.000 m Marcha</b>	<b>21'30"30</b>	<b>Mariana Lopes</b>	02	INDP	Maia (1741035)	Por 28 Mai 17
<b>Heptatlo</b> (80b076/Dd5/Alt) (80/Cp/Ps3/800)	<b>4.149 pts</b>	<b>Catarina Queirós</b>  (12"50 - 27,76m - 1,64m + 11"38 - 5,03m - 7,77m - 2'41"09)	98	LAVRA	Guarda (1303043)	Por 21 Jul 13
<b>Triatlo</b> (Cp/60b076/Ps3)	<b>1.820 pts</b>	<b>Carolina Coutinho</b>  (4,95m - 9"98 - 10,44m)	03	LAVRA	P.Varzim ((1841016)	Por 10 Fev 18
<b>4 x 80 m</b>	<b>40"18</b>	<b>Maia A.C.</b>  (Inês Dias/97 + Inês Pacheco/97 + Diana Oliveira/97 + Ana Alves/97)		MAC	Maia (1241022)	Por 12 Maio 12

### Outras provas:

<b>60 m</b>	<b>7"76</b>	<b>Ana Costa</b>	02	CAT-P	Vagos (1738008)	Por 14 Jan 17
<b>200 m</b>	<b>25"30</b>	<b>Alexandra Pina</b>	72	FCM		Por 14 Ago 87
<b>300 m</b>	<b>40"35</b>	<b>Ana Costa</b>	02	CAT-P	Maia (1741039)	Por 10 Jun 17
<b>400 m</b>	<b>57"18</b>	<b>Ana Costa</b>	02	CAT-P	FOJE Gyor (Hun)	Por 08 Jul 17
<b>60 m barr (0,76)</b>	<b>9"23</b>	<b>Sónia Machado</b>	76	CIPA	Lisboa	Por 05 Mai 91
<b>300 m barr (0,76)</b>	<b>44"46</b>	<b>Ana Costa</b>	02	CAT-P	Maia (1741039)	Por 11 Jun 17
<b>3.000 m Marcha</b>	<b>16'49"64</b>	<b>Samanta Zueva</b>	05	NPCAD	Lousada (1941018)	Por 27 Jan 19
<b>5.000 m Marcha</b>	<b>26'40"70</b>	<b>Samanta Zueva</b>	05	NPCAD	Fátima (1903035)	Por 13 Jul 19
<b>Dardo 600g</b>	<b>35,40</b>	<b>Ana Pires</b>	87	FCP		Por 08 Jun 02
<b>Disco (1Kg)</b>	<b>36,38</b>	<b>Natália Ferreira</b>	69	FCP		Por 23 Jun 84
<b>Tetratlo Iniciados (1)</b> 80bar/Alt/Ps3/800m	<b>2.188 pts</b>	<b>Carolina Coutinho</b>  13"16 - 1,34m - 10,23m - 2'48"91	03	LAVRA	P. Varzim (1841029)	Por 14 Abr 18
<b>Tetratlo Iniciados (2)</b> 80/Cp/Ps3/800m	<b>2.544 pts</b>	<b>Ana Costa</b>  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
<b>60 m</b>	<b>7"66</b>	<b>Miguel Costa</b>	05	BFC	Cantanhede (1830043)	Por 31 Mai 18
<b>150 m</b>	<b>18"02</b>	<b>Miguel Costa</b>	5	BFC	Lousada (1941010)	Por 22 Dez 18
<b>600 m</b>	<b>1'34"94</b>	<b>Luis Moura</b>	96	ADAM	P.Varzim (0941026)	Por 30 Mai 09
<b>1.000 m</b>	<b>2'47"1</b>	<b>Bruno Moreira</b>	87	ARLVG	Maia	Por 08 Jul 00
<b>60 m barr</b> (0,76) (-1,4v)	<b>9"21</b>	<b>Diogo Guerra</b>	99	MAC	Maia (1241029)	Por 07 Jul 12
<b>Altura</b>	<b>1,60 m</b>	<b>Pedro Ferreira</b>	96	LAVRA	Maia (0941024)	Por 23 Mai 09
<i>HUN - Atleta Estrangeiro</i>	<b>1,62 m</b>	<b>Gábor Biedermann</b>	79	CIPA	Budapeste	Hun 29 Ago 92
<b>Comprimento</b> (1,6v)	<b>5,40 m</b>	<b>Diogo Guerra</b>	99	MAC	Maia (1241029)	Por 24 Mai 09
<b>Vara</b>	<b>2,40 m</b>	<b>Diogo Costa</b>	93	ESCMOV	Maia	Por 24 Jun 06
<b>Quadruplo Salto</b>	<b>14,14 m</b>	<b>Nuno Espinhosa</b>	01	MAC	P.Varzim (1541004)	Por 7 Fev 15
<b>Peso</b> (3kg)	<b>15,57 m m</b>	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP	V. do Castelo	Por 27 Mai 01
<b>Dardo</b> (0,5kg)	<b>34,42 m</b>	<b>Daniel Reis</b>	95	CSGAIA	Maia (0841027)	Por 19 Jul 08
<b>Disco</b> (0,750 kg)	<b>50,69 m</b>	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP	V. do Castelo	Por 12 Jul 01
<b>Martelo</b> (3kg)	<b>51,69 m</b>	<b>António Vital e Silva</b>	88	FCP	Viana Castelo	Por 12 Jul 01
<b>3.000 m Marcha</b>	<b>16'01"6</b>	<b>Bruno Oliveira</b>	79	CDCD	Coimbra	Por 17 Mai 97
<b>Pentatlo</b>	<b>2.763 pts</b>	<b>Diogo Guerra</b>	99	MAC	Maia (1241021)	Por 06 Maia 12
(60/Cp+60b076/Ps3/1000)		(7"81 - 5,15m + 9"21 - 10,87m - 3'18"07)				
<b>Triatlo</b>	<b>1.516 pts</b>	<b>Diogo Guerra</b>	99	MAC	Maia (1241004)	Por 17 Dez 11
(60b076/Ps3/Cp)		(9"78 - 10,50m - 5,18m)				
<b>4 x 60 m</b>	<b>31"57</b>	<b>Seleção Regional</b>		AAP	Lisboa E. Nac.	Por 07 Mai 89
		(Pedro Sousa/76 + Nélon Moreira/76 + Pedro Costa/76 + Paulo Ferreira/76)				
<b>(clubes)</b>	<b>32"5</b>	<b>C. I. P. Atletismo</b>		CIPA	Lisboa E. Nac.	Por 10 Mai 87
		(João Carmo/75 + Manuel Sousa/74 + João Pereira/75 + Mauricio Russo/74)				

### Outras provas:

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



# RECORDES DE PISTA AO AR LIVRE

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO  
**PORTO**

## INFANTIS FEMININOS

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

### Outras provas:

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