



# RECORDES DE PISTA COBERTA

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO  
**PORTO**

## ABSOLUTOS FEMININOS

PROVA	MARCA	ATLETA	A.N.	CLUBE	LOCAL	DATA
<b>60 m</b>	<b>7"48</b>	<b>Carla Tavares</b>	82	FCP	Pombal (0800012)	Por 23 Fev 08
<i>LTU - Atleta Estrangeira</i>	<b>7"34</b>	<b>Lina Grincikaite</b>	87	FCP	Pombal (1003009)	Por 13 Fev 10
<b>200 m</b>	<b>24"42</b>	<b>Cristina Regalo</b>	69	USCP	Sevilha	Esp 27 Fev 94
<i>LTU - Atleta Estrangeira</i>	<b>23"74</b>	<b>Lina Grincikaite</b>	87	FCP	Pombal (1003009)	Por 13 Fev 10
<b>400 m</b>	<b>54"87</b>	<b>Elsa Amaral</b>	66	FCP	Braga	Por 17 Fev 90
<i>LTU - Atleta Estrangeira</i>	<b>53"47</b>	<b>Egle Balciunaite</b>	88	FCP	Pombal (1003009)	Por 13 Fev 10
<b>800 m</b>	<b>2'00"81</b>	<b>Carla Sacramento</b>	71	MCM	Sevilha	Esp 17 Fev 95
<b>1.500 m</b>	<b>4'04"11 m</b>	<b>Carla Sacramento</b>	71	MCM	Liévin	Fra 25 Fev 01
<b>3.000 m</b>	<b>8'39"49</b>	<b>Fernanda Ribeiro</b>	69	FCP	Estocolmo	Sué 09 Mar 96
<b>60 m barr (0,84)</b>	<b>8"55</b>	<b>Sónia Machado</b>	76	BFC	Espinho	Por 06 Fev 00
<b>Altura</b>	<b>1,79 m</b>	<b>Marisa Anselmo</b>	87	FCP	Espinho	Por 13 Fev 05
<i>LAT - Atleta Estrangeira</i>	<b>1,82 m</b>	<b>Natalja Cakova</b>	80	FCP	Pombal (0903009)	Por 15 Fev 09
<b>Vara</b>	<b>4,31 m</b>	<b>Sandra Tavares</b>	82	FCP	Epinal	Fra 09 Fev 08
<b>Comprimento</b>	<b>6,11 m</b>	<b>Cristina Morujão</b>	73	BFC	Braga	Por 18 Fev 95
<i>LAT - Atleta Estrangeira</i>	<b>6,41 m</b>	<b>Ineta Radevica</b>	81	FCP	Pombal (1003009)	Por 13 Fev 10
<b>Triplo</b>	<b>14,43 m</b>	<b>Susana Costa</b>	84	ACFR	Glasgow (1941053)	Por 03 Mar 19
<b>Peso (4kg)</b>	<b>15,24 m</b>	<b>Sónia Grácio</b>	74	BFC	Espinho	Por 06 Fev 00
<b>3.000 m Marcha</b>	<b>13'38"54</b>	<b>Sandra Leitão</b>	75	FCP	Espinho	Por 14 Fev 04
<i>LTU - Atleta Estrangeira</i>	<b>12'58"70</b>	<b>kristina Saltanovic</b>	75	FCP	Pombal (0903009)	Por 15 Fev 09
<b>Pentatlo</b> (60b084/Alt/Ps4/Cp/800)	<b>4.008 pts</b>	<b>Sónia Machado</b> (8"72 - 1,74m - 10,33m - 5,90m - 2'24"33)	76	BFC	Braga	Por 03 Fev 96
<b>4 x 400 m</b>	<b>3'51"21</b>	<b>Futebol Clube do Porto</b> (Cátia Nunes/90 + Lidia Sousa/88 + Lilian Silva/82 + Carla Ratão/82)		FCP	Pombal (0903009)	Por 15 Fev 09

### Outras provas :

<b>300 m</b>	<b>39"2</b>	<b>Elsa Amaral</b>	66	FCP	Braga	Por 07 Fev 93
" (el.)	<b>39"54</b>	<b>Alexandra Pina</b>	72	BFC	Espinho	Por 25 Abr 97
<b>1.000 m</b>	<b>2'35"88 m</b>	<b>Carla Sacramento</b>	71	MCM	Birmingham	Gbr 10 Fev 96
<b>Milha</b>	<b>4'23"00 m</b>	<b>Carla Sacramento</b>	71	MCM	Liévin	Fra 24 Fev 01
<b>2.000 m</b>	<b>5'37"34 m</b>	<b>Fernanda Ribeiro</b>	69	FCP	Valência	Esp 28 Fev 96
<b>5.000 m</b>	<b>15'06"52 m</b>	<b>Fernanda Ribeiro</b>	69	FCP	Moscovo	Rus 07 Fev 96
<b>Pentatlo técnico</b> (60b084/Alt/60/Ps4/Cp)	<b>3.490 pts</b>	<b>Sónia Machado</b> (9"1 - 1,61m - 8"0 - 9,22m - 5,57m)	76	CIPA	Aveiro	Por 08 Jan 94
<b>4 x 200 m</b>	<b>1'43"54</b>	<b>Futebol Clube do Porto</b> (Inês Allen/78 + Susana Silva/78 + Albina Gavina/73 + Ilda Bartolomeu/74)		FCP	Espinho	Por 21 Fev 98



# RECORDES DE PISTA COBERTA

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO  
**PORTO**

## JUNIORES FEMININOS

PROVA	MARCA	ATLETA	A.N.	CLUBE	LOCAL	DATA
<b>60 m</b>	<b>7"69</b>	<b>Rita Barbosa</b>	07	ESCMOV	Braga	Por 12 Fev 22
		<b>Tânia Duarte</b>	90	FCP	Pombal (0903009)	Por 14 Fev 09
<b>200 m</b>	<b>25,04</b>	<b>Daniela França</b>	95	MAC	Pombal	Por 17 Fev 13
<b>400 m</b>	<b>56"23</b>	<b>Ana Costa</b>	2	BFC	Braga (2047010)	Por 19 Jan 20
<b>800 m</b>	<b>2'08"56</b>	<b>Marina Bastos</b>	71	CBP	Braga	Por 11 Fev 90
<b>1.500 m</b>	<b>4'24"4 m</b>	<b>Fernanda Ribeiro</b>	69	FCP	Braga	Por 19 Mar 88
<b>3.000 m</b>	<b>9'30"52</b>	<b>Sónia Fernandes</b>	83	FCP	Braga	Por 13 Jan 01
<b>60 m barr (0,84)</b>	<b>8"67</b>	<b>Maria Santos</b>	02	CFOD	Pombal	Por 27 Mar 21
<b>Altura</b>	<b>1,79 m</b>	<b>Marisa Anselmo</b>	87	FCP	Espinho	Por 13 Fev 05
<b>Vara</b>	<b>3,24 m</b>	<b>Rosana Teixeira</b>	82	FCP	Espinho	Por 12 Fev 00
<b>Comprimento</b>	<b>5,92 m</b>	<b>Sónia Machado</b>	76	Individual	Braga	Por 18 Fev 95
<b>Triplo</b>	<b>12,42 m</b>	<b>Sónia Machado</b>	76	Individual	Braga	Por 12 Fev 95
<b>Peso (4kg)</b>	<b>13,59 m</b>	<b>Carla Almeida</b>	85	FCP	Espinho	Por 15 Fev 03
<b>3.000 m Marcha</b>	<b>14'07"07</b>	<b>Raquel Pimentel</b>	1	CFOD	Pombal (2003011)	Por 15 Fev 20
<b>Pentatlo</b>	<b>3.895 pts</b>	<b>Sónia Machado</b>	76	Individual	Braga	Por 21 Jan 95
(60b084/Alt/Ps4/Cp/800)		(8"91 - 1,70m - 10,63m - 5,84m - 2'26"34)				
<b>4 x 400 m</b>	<b>4'03"52</b>	<b>Futebol Clube do Porto</b>		FCP	Espinho	Por 20 Fev 02
		(Rafaela Almeida/83 + Ana Ferreira/83 + Andreia Pinto/83 + Marta Ferreira/82)				

### Outras provas :

<b>300 m</b>	<b>39"94</b>	<b>Ana Costa</b>	02	BFC	Pombal (1803004)	Por 13 Jan 18
<b>1.000 m</b>	<b>2'51"60</b>	<b>Teresa Marinho</b>	77	TGD	Braga	Por 06 Jan 96
<b>2.000 m</b>	<b>6'16"52</b>	<b>Lia Lemos</b>	01	MAC	Braga	Por 30 Dez 20
<b>50 m barr (0,84)</b>	<b>7"6 m</b>	<b>Sónia Machado</b>	76	Individual	Alpiarça	Por 28 Jan 95
<b>Pentatlo técnico</b>	<b>3.490 pts</b>	<b>Sónia Machado</b>	76	CIPA	Aveiro	Por 08 Jan 94
(60b084/Alt/60/Ps4/Cp)		(9"1 - 1,61m - 8"0 - 9,22m - 5,57 m)				
<b>4 x 200 m</b>	<b>1'49"42</b>	<b>Maia Atlético Clube</b>		MAC	Pombal (1203006)	Por 22 Jan 12
		(Beatriz Marques/94 + Marta Inverneiro/94 + Helena Carvalho/96 + Daniela França/95)				



# RECORDES DE PISTA COBERTA

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO  
**PORTO**

## JUVENIS FEMININOS

PROVA	MARCA	ATLETA	A.N.	CLUBE	LOCAL	DATA
<b>60 m</b>	<b>7"69</b>	<b>Rita Barbosa</b>	05	ESCMOV	Braga	Por 12 Fev 22
<b>200 m</b>	<b>25"23</b>	<b>Daniela França</b>	95	MAC	Espinho (1203012)	Por 19 Fev 12
<b>300 m</b>	<b>39"94</b>	<b>Ana Costa</b>	02	BFC	Pombal (1803004)	Por 13 Jan 18
<b>800 m</b>	<b>2'11"70</b>	<b>Diana Soares</b>	92	ARBV	Pombal (0800012)	Por 24 Fev 08
<b>1.500 m</b>	<b>4'30"5 m</b>	<b>Marina Bastos</b>	71	FCP	Braga	Por 19 Mar 88
<b>3.000 m</b>	<b>9'42"91 (4ª) m</b>	<b>Diana Soares</b>	92	ARBV	Pombal (0903014)	Por 01 Mar 09
<b>60 m barr (0,76)</b>	<b>8"66</b>	<b>Thais Beranger</b>	05	CFOD	Braga	FRA 06 Fev 22
<b>Altura</b>	<b>1,72 m</b>	<b>Thais Beranger</b>	05	CFOD	Pombal	FRA 27 Mar 21
<b>Vara</b>	<b>3,12 m</b>	<b>Isabel Vieira</b>	93	FCP	Espinho (1303012)	Por 28 Fev 12
<b>Comprimento</b>	<b>5,88 m</b>	<b>Sónia Machado</b>	76	CIPA	Braga	Por 07 Mar 93
<b>Triplo</b>	<b>11,47 m</b>	<b>Mariana Novo</b>	00	ACPV	Pombal (1703010)	Por 05 Fev 17
<b>Peso (3kg)</b>	<b>14,02 m</b>	<b>Helena Fernandes</b>	73	CIPA	Braga	Por 24 Fev 90
<b>3.000 m Marcha</b>	<b>15'08"68</b>	<b>Bruna Marques</b>	2	CFOD	Pombal (1803006)	Por 20 Jan 18
<b>Triatlo</b> (Alt/60b076/Ps3)	<b>2059</b>	<b>Ana Leite</b> (1,58m - 9"55 - 10,30m)	01	LAVRA	Alpiarça (1803018)	Por 03 Mar 18
<b>Pentatlo</b> (60b076/Alt/Ps3/Cp/800)	<b>3.525 pts m</b>	<b>Sónia Machado</b> (8"96 - 1,62m - 8,34m - 5,85m - 2'35"72)	76	CIPA	Braga	Por 13 Fev 93
<b>4 x 300 m</b>	<b>3,07,53</b>	<b>CF Oliveira do Douro</b> (Ana Ferreira/04 + Gabriel Almeida/04 + Fabiana Lucart/04 + Catarina Azevedo/03)		CFOD	Braga (2003009)	Por 12 Jan 20

Obs: a) 0,84

### Outras provas :

<b>60 m barr (0,84)</b>	<b>8"80</b>	<b>Thais Beranger</b>	05	CFOD	Braga	Por 13 Mar 22
<b>400 m</b>	<b>56"87</b>	<b>Ana Costa</b>	02	BFC	Pombal (1824010)	Por 03 Fev 18
<b>1.000 m</b>	<b>2'53"33 (1ª)</b>	<b>Diana Soares</b>	92	ARBV	Braga (0947010)	Por 03 Jan 09
<b>2.000 m</b>	<b>6'41"31</b>	<b>Maria Avelino</b>	05	MAC	Braga	Por 30 Dez 20
<b>Peso (4kg)</b>	<b>12,12 m</b>	<b>Helena Fernandes</b>	73	CIPA	Braga	Por 23 Dez 90
<b>Hexatlo</b> (60/Alt/Ps3+60b076/Cp/800)	<b>2.876 pts</b>	<b>Susana Pimenta</b> (8"7 - 1,40m - 6,32m + 10"0 - 4,40m - 2'50"6)	74	CDUP	Braga	Por 04 Mar 90
<b>4 x 200 m</b>	<b>1,51,61</b>	<b>Maia Atlético Clube</b> (Jéssica Neto/99 + MªJoão Silva/98 + Mafalda Amaral/98 + Ana Santos/98)		MAC	Braga (1503004)	Por 18 Jan 15
<b>Triatlo 2</b> (60/Cp/Ps3)	<b>1.976 pts</b>	<b>Sara Moreira</b> (7"90 - 5,12m - 9,63m)	01	LAVRA	Alpiarça (1803018)	Por 03 Mar 18



# RECORDES DE PISTA COBERTA

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO  
**PORTO**

## INICIADOS FEMININOS

PROVA	MARCA	ATLETA	A.N.	CLUBE	LOCAL	DATA
<b>60 m</b>	<b>7"8</b>	<b>Alexandra Pina</b>	72	BFC	Aveiro	Por 14 Fev 87
" (el.)	7,89	Ana Costa	02	BFC	Pombal (1824010)	Por 03 Fev 18
<b>250 m</b>	<b>34"32</b>	<b>Ana Costa</b>	02	CAT-P	Braga (1747002)	Por 04 Dez 16
<b>800 m</b>	<b>2'15"47</b>	<b>Beatriz Pereira</b>	04	MAC	Braga (1947009)	Por 09 Fev 19
<b>1.500 m</b>	<b>4'47"40 (1ª)</b>	<b>Diana Soares</b>	92	ARBV	Espinho (0738009)	Por 31 Dez 06
<b>60 m barr (0,76)</b>	<b>9"15</b>	<b>Melissa Sereno</b>	05	CAP	Braga (2047008)	Por 19 Jan 20
<b>Altura</b>	<b>1,63 m</b>	<b>Thais Beranger</b>	05	CAP	CAR (1903025)	Por 19 Mai 19
<b>Vara</b>	<b>2,95 m</b>	<b>Rosana Teixeira</b>	82	FCP	Alpiarça	Por 01 Mar 97
<b>Comprimento</b>	<b>5,17 m</b>	<b>Bárbara Silva</b>	99	LAVRA	Braga (1547003)	Por 28 Dez 14
<b>Triplo</b>	<b>10,00 m</b>	<b>Ana Rita Queirós</b>	96	LAVRA	Espinho (1038008)	Por 03 jan 10
<b>Peso (3kg)</b>	<b>11,71 m</b>	<b>Bárbara Bica</b>	01	CSGAIA	Braga (1747004)	Por 10 Dez 16
<b>2.000 m Marcha</b>	<b>10'56"44 (1ª)</b>	<b>Soraia Vasconcelos</b>	95	CAA	Braga (0947013)	Por 17 Jan 09
<b>Triatlo</b> (Cp/60b076/Ps3)	<b>1.975 pts</b>	<b>Melissa Sereno</b> (5,02m - 9"26 - 10,38m)	04	CAP	Alpiarça (2003005)	Por 29 Fev 20
<b>Quadruplo Salto</b>	<b>13,05 m</b>	<b>Nádia Silva</b>	02	CFOD	Braga (1747005)	Por 18 Dez 16

### Outras provas :

<b>300 m</b>	<b>41'35</b>	<b>Ana Costa</b>	02	CAT-P	Braga (1747004)	Por 10 Dez 16
<b>1.000 m</b>	<b>2'55"11</b>	<b>Beatriz Pereira</b>	4	MAC	Braga (1903090)	Por 02 Mar 19
<b>Pentatlo</b> (60/Cp/Ps3+Alt/1000)	<b>2.738 pts</b>	<b>Sónia Machado</b> (8"4 - 5,03m - 8,10m - 1,42m - 3'26"6)	76	CIPA	Braga	Por 03 Mar 91



# RECORDES DE PISTA COBERTA

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO  
**PORTO**

## INFANTIS FEMININOS

PROVA	MARCA	ATLETA	A.N.	CLUBE	LOCAL		DATA
<b>60 m</b>	8"16	<b>Ana Costa</b>	02	CAT-P	Braga (1647003)	Por	20 Dez 15
<b>150 m</b>	20,10	<b>Ana Costa</b>	02	CAT-P	Braga (1647003)	Por	20 Dez 15
<b>600 m</b>	1'40"51	<b>Catarina Brito</b>	07	MAC	Braga (2047008)	Por	19 Jan 20
<b>1.000 m</b>	3'07"96	<b>Ana Nunes</b>	99	CDCC	Braga (1247006)	Por	21 Dez 11
<b>60 m barr (0,76)</b>	10"0	<b>Sónia Machado</b>	76	CIPA	Aveiro	Por	11 Fev 89
<b>Altura</b>	1,50 m	<b>Ana Silva</b>	96	UDCA	Braga (1047005)	Por	19 Dez 09
<b>Comprimento</b>	4,84	<b>Carolina Coutinho</b>	03	LAVRA	Braga (1747002)	Por	04 Dez 16
<b>Peso (2kg)</b>	11,93 m	<b>Bárbara Bica</b>	01	CSGAIA	Braga 1547002)	Por	21 Dez 14
<b>2.000 m Marcha</b>	12'12"25	<b>Vanessa Barbosa</b>	91	CSGAIA	Braga	Por	05 Jan 03
<b>Triatlo</b> (Ps2/60b076/Cp)	1,563 pts	<b>Susana Sousa</b> (10,08m - 10"67 - 4,53m)	99	MAC	Braga (1247012)	Por	21 Jan 12
<b>Quadruplo Salto</b>	12,06 m	<b>Carina Mendes</b>	03	ESCMOV	Braga (1747005)	Por	18 Dez 16

### Outras provas :

<b>Vara</b>	2,20 m m	<b>Rosana Teixeira</b>	82	FCP	Braga	Por	30 Dez 95
<b>1000 m Marcha</b>	5,06,53	<b>Ana Zueva</b>	07	ACPV	Braga (2047016)	Por	12 Fev 20
<b>Tetratlo</b> (60/Cp+Ps2/1000)	1.774 pts	<b>Sandra Miranda</b> (8"8 - 4,47m + 10,83m - 4'08"2)	79	FCM	Braga	Por	01 Mar 92
<b>Triatlo 2</b> (Ps2/60/Cp)	1.214 pts	<b>Teresa Ribeiro</b> (8,85m - 9"21 - 4,09m)	88	REAL	Braga	Por	27 Jan 01