

**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO**

RECORDES REGIONAIS

AR LIVRE

FEMININOS

31-10-2022

SENIORES										
PROVA	MARCA	OBS	ATLETA	DTNASC	ESC	CLUBE	CLASS	LOCAL	DATA	COMPETIÇÃO
100 m	11,56	1,6	Sónia Tavares	21-03-1986	SEN	SCBM	8	Lisboa (Est Univ)	17-07-2012	Provas de Observação
200 m	23,84	0,0	Sónia Tavares	21-03-1986	SEN	SCBM	8	Luso	21-07-2013	C Distr Abs Aveiro/Coimbra
400 m	55,85		Cátia Nunes	06-04-1990	JUN	GRECAS	2	Luso	14-06-2008	Camp Nacional Juniores
800 m	2:07.17		Neide Dias	11-08-1997	SEN	CDFE	2	Marselha FRA	15-06-2022	
1.500 m	4:21.46		Clárisse Cruz	09-07-1978	S23	CAO		Funchal	29-07-2000	Meeting Funchal ???
3.000 m	9:05.52		Clárisse Cruz	09-07-1978	SEN	CAO		Lisboa (Est Univ)	16-06-2001	
5.000 m	15:49.16		Clárisse Cruz	09-07-1978	SEN	CAO		Maia	14-07-2001	
10.000 m	33:38.93		Carla Martinho	04-11-1976	F35	RDAG	10s	Maia	09-04-2012	Troféu Ibérico / C Portugal
Maratona	02:33:21		Solange Jesus	07-01-1987	SEN	CDFE	8	Porto	07-11-2021	Maratona Porto
100 m barr 0,84	14,80	-0,4	Rosário Gestosa	01-07-1976	JUN	NAC	5	Viseu (Fontelo)	16-07-1995	Campeonato Portugal
400 m barr 0,76	61,24		Clarinda Faria	11-03-1962	SEN	CCSIM		Lisboa (Est Nacional)	10-08-1986	
3.000 m obst	10:02.95		Clárisse Cruz	09-07-1978	SEN	CAO	5	Milão ITA	05-06-2002	
Altura	1,70		Anabela Neto	25-03-1991	JUV	ACRDE	1	Luso	22-06-2008	Camp Distrital Sub23
Vara	3,55		Tânia António	29-12-1987	S23	GRECAS	2	Luso	23-07-2007	Encontro de Selecções
Comprimento	6,07		Cristina Morujão	16-02-1973	JUV	CDE	1	Maia	20-07-1990	Meeting Intern Maia
Triplo salto	12,81	1,4	Sandra Cruz	07-02-1980	S23	GRECAS	1	Lisboa (Est Univ)	21-07-2001	Campeonato Portugal
Peso 4 Kg	16,74		Teresa Machado	22-07-1969	SEN	JFSJ		Aveiro (S. Jacinto)	17-04-1994	
Disco 1 Kg	62,00		Teresa Machado	22-07-1969	SEN	JFSJ		Aveiro (S. Jacinto)	17-04-1994	
Dardo 600 g	41,39		Flávia Costa	15-06-1994	JUN	ADREP	1	Leiria (CNL)	03-03-2012	Camp Nac Lançam Longos
Martelo 4 Kg	47,87		Eva Gonçalves	17-04-2002	JUN	NAC	2	Vagos (Est Munic)	27-02-2021	Camp Nac Lançam Longos
10.000 m marcha	47:42.92		Nádia Cancela	14-04-1993	SEN	GRECAS	1	Vagos (Est Munic)	28-04-2018	Camp Distrital Absoluto
20 Km marcha	01:41:04		Nádia Cancela	24-04-1993	SEN	GRECAS	15	A Coruña	02-06-2018	XXXII Gran Premio A Coruña
4x100 m	48,40		Greca - Vagos	1988		GRECAS	8	Lisboa (Est Univ)	09-06-2012	Camp Nac Clubes I Div
			<i>Sthephany Simões (1994-JUN) Cláudia Oliveira (1995-JUV) Catarina Silva (1990-S23) Lisandra Lopes (1988-SEN)</i>							
4x400 m	03:58.58		Greca - Vagos	1998		SEN GRECAS	2	Leiria	26-06-2022	Campeonato Portugal
			<i>Joana Silva (1997-SEN) Vera Lima (1989-SEN) Luísa Pereira (1997-SEN) Rita Santos (1999-SEN)</i>							
Heptatlo	4.513		Jennifer Gomes	21-03-1995	SEN	GRECAS	1	Vagos (Est Munic)	28-04-2018	Camp Distrital Prov Comb
			<i>100barr084 - 15,96(+1,4); altura - 1,65; peso4 - 9,61; 200m - 26,99(0,0); comprim - 5,31(2,1); dardo6 - 36,28; 800m - 2.42,86</i>							
OUTRAS PROVAS										
300 m	41,06		Catarina Amorim	03-05-1992	JUV	JAM	4	Luso	27-06-2009	Camp Nacional Juvenis
1.000 m	2:51.5		Ma Fátima Cabral	14-01-1972	S23	CCSIM		Maia	16-04-1994	
Milha	5:31.19		Beatriz Valente	17-01-2003	JUV	CSJSC	1	Vagos (Est Munic)	13-04-2019	Torneio Bruno Saramago
4x800 m	10:41.52		J A Mozelense	1966		SEN JAM	2	Aveiro (Univ)	03-05-2008	Camp Regional Estafetas
			<i>Ana Rosa Santos (1991-JUV) Ma Matilde Batista (1966-F40) Nadine Leite (1990-JUN) Nadia Santos (1991-JUV)</i>							
3.000 m marcha	13:35.02		Nádia Cancela	24-04-1993	SEN	GRECAS	1	Abrantes	16-06-2018	Camp Nac Clubes Ap
5.000 m marcha	24:04.90		Sandra Vieira Leitão	01-11-1975	SEN	ADREP	1	Aveiro (Univ)	01-06-2002	Camp Distrital Absoluto
5 Km marcha										
10 Km marcha										
15 Km marcha	01:16:23		Nádia Cancela	24-04-1993	SEN	GRECAS	tp	A Coruña	02-06-2018	XXXII Gran Premio A Coruña

**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO**

RECORDES REGIONAIS

AR LIVRE

FEMININOS

31-10-2022

ESPERANÇAS - SUB23										
PROVA	MARCA	OBS	ATLETA	DTNASC	ESC	CLUBE	CLASS	LOCAL	DATA	COMPETIÇÃO
100 m	12,07	1,0	Flávia Ribeiro	06-11-1994	JUN	ESJD	1	Luso	23-06-2012	Camp Nacional Juniores
200 m	25,30	+1,8	Cristina Morujão	16-02-1973	JUV	CDE	el	Lisboa (Est Nacion)	29-07-1990	Camp Portugal
400 m	55,85		Cátia Nunes	06-04-1990	JUN	GRECAS	2	Luso	14-06-2008	Camp Nacional Juniores
800 m	2:08.93		Beatriz Rodrigues	22-04-1999	JUN	RDAG	3	Pombal (Est Munic)	02-07-2017	Camp Nacional Esper.
1.500 m	4:21.46		Clarisse Cruz	09-07-1978	S23	CAO		Funchal	29-07-2000	Meeting Funchal ???
3.000 m										
5.000 m										
10.000 m	35:25.33		Rute Simões	14-02-1995	S23	GRECAS	16	Bydgoszcz POL	14-07-2017	Camp Europa Sub23
Maratona										
100 m barr 0,84	14,80	-0,4	Rosário Gestosa	01-07-1976	JUN	NAC	5	Viseu (Fontelo)	16-07-1995	Campeonato Portugal
400 m barr 0,76										
3.000 m obst	10:14.01		Solange Jesus	07-01-1987	S23	ADERCUS	2	Seixal	25-07-2009	Campeonato Portugal
Altura	1,70		Anabela Neto	25-03-1991	JUV	ACRDE	1	Luso	22-06-2008	Camp Distrital Sub23
Vara	3,55		Tânia António	29-12-1987	S23	GRECAS	2	Luso	23-07-2007	Encontro de Selecções
Comprimento	6,07		Cristina Morujão	16-02-1973	JUV	CDE	1	Maia	20-07-1990	Meeting Intern Maia
Triplo salto	12,81	1,4	Sandra Cruz	07-02-1980	S23	GRECAS	1	Lisboa (Est Univ)	21-07-2001	Campeonato Portugal
Peso 4 Kg	13,40		Teresa Machado	22-07-1969	JUN	CG		Lisboa (Est Nacional)	07-06-1986	Provas Preparação FPA
Disco 1 Kg	47,56		Diana Hernandez	28-04-1993	JUN	GRECAS	6	Aveiro (Univ)	16-07-2011	Camp Distrital Absoluto
Dardo 600 g	41,39		Flávia Costa	15-06-1994	JUN	ADREP	1	Leiria (CNL)	03-03-2012	Camp Nac Lançam Longos
Martelo 4 Kg	47,87		Eva Gonçalves	17-04-2002	JUN	NAC	2	Vagos (Est Munic)	27-02-2021	Camp Nac Lançam Longos
10.000 m marcha										
20 Km marcha										
4x100 m	49,85		Greca - Vagos	1979	S23	GRECAS		Lisboa	30-06-2001	
			<i>Patricia Leite (83) Celsa Gomes (81) Susana Silva (79) Sandra Cruz (80)</i>							
4x400 m	4:01.95		A D R E Palhaça	1994	JUN	ADREP	3		10-07-2011	Camp Nacional Juniores
			<i>Daniela Urbano (1995) Andreia Santos (1995) Jessica Pires (1993) Márcia Cardoso (1994)</i>							
Heptatlo	4.499		Rosa Domingues	19-01-1983	JUN	GRECAS		Aveiro (Univ)	20-05-2001	Camp Distrital Prov Comb
			<i>100bar - 15,9; altura - 1,61; peso - 11,71; 200 - 27,0; comprim - 5,40; dardo6 - 29,85; 800 - 2.39,7</i>							
OUTRAS PROVAS										
300 m	41,06		Catarina Amorim	03-05-1992	JUV	JAM	4	Luso	27-06-2009	Camp Nacional Juvenis
1.000 m	2:51.5		Ma Fátima Cabral	14-01-1972	S23	CCSJM		Maia	16-04-1994	
Milha	5:31.19		Beatriz Valente	17-01-2003	JUV	CSJSC	1	Vagos (Est Munic)	13-04-2019	Torneio Bruno Saramago

**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO**

RECORDES REGIONAIS

AR LIVRE

FEMININOS

31-10-2022

JUNIORES - SUB20										
PROVA	MARCA	OBS	ATLETA	DTNASC	ESC	CLUBE	CLASS	LOCAL	DATA	COMPETIÇÃO
100 m	12,07	+1,0	Flávia Ribeiro	06-11-1994	JUN	ESJD	1	Luso	23-06-2012	Camp Nacional Juniores
200 m	25,30	+1,8	Cristina Morujão	16-02-1973	JUV	CDE	el	Lisboa (Est Nacion)	29-07-1990	Camp Portugal
400 m	55,85		Cátia Nunes	06-04-1990	JUN	GRECAS	2	Luso	14-06-2008	Camp Nacional Juniores
800 m	2:08.93		Beatriz Rodrigues	22-04-1999	JUN	RDAG	3	Pombal (Est Munic)	02-07-2017	Camp Nacional Esper.
1.500 m	4:25.3		Regina Gonçalves	1963	JUN	SCBM		Lisboa (Luz)	11-07-1981	
3.000 m	9:41.45		Ma Fátima Cabral	1972	JUN	CENTRO	1	Maia	21-07-1991	Camp Nacional Juniores
5.000 m	17:26.48		Clarisse Cruz	09-07-1978	JUN	ADO	11	Coimbra (Est Munic)	20-07-1997	Camp Portugal
10.000 m	38:47.0		Ana Fernandes		JUV	CDC	1	S. João da Madeira	27-03-1988	Camp Regional 10.000 m
100 m barr 0,84	14,80	-0,4	Rosário Gestosa	01-07-1976	JUN	NAC	5	Viseu (Fontelo)	16-07-1995	Campeonato Portugal
400 m barr 0,76	61,97		Mafalda Oliveira	06-05-1982	JUN	CCSIM	3s	Braga	07-07-2001	Camp Nacional Juniores
3.000 m obst	10:44.24		Solange Jesus	07-01-1987	JUN	ADERCUS	10el	Pequim	15-08-2006	Camp Mundo Juniores
Altura	1,70		Anabela Neto	25-03-1991	JUV	ACRDE	1	Luso	22-06-2008	Camp Distrital Sub23
Vara	3,35		Tânia António	29-12-1987	JUN	GRECAS	1	Aveiro (Univ)	25-06-2006	Camp Distrital Absoluto
Comprimento	6,07		Cristina Morujão	16-02-1973	JUN	CDE	1	Maia	20-07-1990	Meeting Intern Maia
Triplo salto	12,05	+0,2	Carla Pinhão	21-04-1990	JUN	GRECAS	1	Luso	20-06-2008	Camp Distrital Sub23
Peso 4 Kg	13,40		Teresa Machado	22-07-1969	JUN	CG		Lisboa (Est Nacional)	07-06-1986	Provas Preparação FPA
Disco 1 Kg	47,56		Diana Hernandez	28-04-1993	JUN	GRECAS	6	Aveiro (Univ)	16-07-2011	Camp Distrital Absoluto
Dardo 600 g	41,39		Flávia Costa	15-06-1994	JUN	ADREP	1	Leiria (CNL)	03-03-2012	Camp Nac Lançam Longos
Martelo 4 Kg	47,87		Eva Gonçalves	17-04-2002	JUN	NAC	2	Vagos (Est Munic)	27-02-2021	Camp Nac Lançam Longos
3.000 m marcha	14:34.9		Rita Silva	1973	JUV	ARCO		Maia	19-06-1990	
5.000 m marcha	24:52.89		Fátima Rodrigues	15-05-1986		ADREP	1	Beja	07-05-2005	Taça FPA Marcha Pista
10.000 m marcha										
4x100 m	49,91		Aveiro	1996	JUV	AAA	1s	Fátima	02-06-2013	Olímpico Jovem Nacional
			<i>Cátia Oliveira (1997-JUV) Ana Rita Marques (1996-JUV) Carolina Sarabando (1997-JUV) Diana Reis (1997-JUV)</i>							
4x400 m	4:01.95		A D R E Palhaça	1994	JUN	ADREP	3		10-07-2011	Camp Nacional Juniores
			<i>Daniela Urbano (1995) Andreia Santos (1995) Jessica Pires (1993) Márcia Cardoso (1994)</i>							
Heptatlo	4.499		Rosa Domingues	19-01-1983	JUN	GRECAS		Aveiro (Univ)	20-05-2001	Camp Distrital Prov Comb
			<i>100bar - 15,9; altura - 1,61; peso - 11,71; 200 - 27,0; comprim - 5,40; dardo6 - 29,85; 800 - 2.39,7</i>							
OUTRAS PROVAS										
300 m	41,06		Catarina Amorim	03-05-1992	JUV	JAM	4	Luso	27-06-2009	Camp Nacional Juvenis
1.000 m	2:57.3		Ilda Estrela	06-01-1976	JUV	GRECAS	2	Viseu (Fontelo)	22-03-1992	Km Jovem Nacional
Milha	5:31.19		Beatriz Valente	17-01-2003	JUV	CSJSC	1	Vagos (Est Munic)	13-04-2019	Torneio Bruno Saramago
2.000 m obst	7:10.71		Solange Jesus	07-01-1987	JUV	ADERCUS	1	Aveiro (Univ)	29-05-2004	Camp Distrital Sub23
5 Km marcha	28:46		Andreia Coelho	25-10-1991	JUV	GDL	2	Rio Maior	05-04-2008	G P Rio Maior
Meia-hora marcha	5.967m		Fátima Rodrigues	15-05-1986	JUN	ADREP	1	Beja	07-05-2005	Taça FPA Marcha
10 Km marcha										
15 Km marcha	01:21:13		Fátima Rodrigues	15-05-1986	JUN	ADREP				
20 Km marcha										
4x200 m	01:53.55		A F I S	2002	JUV	AFIS	1	Vagos (Est Munic)	13-01-2019	Camp Distrital Sub20
			<i>Camila Costa (2003) Ana Catarina Costa (2002) Ana Oliveira (2002) Eva Pais (2003)</i>							

**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO**

RECORDES REGIONAIS

AR LIVRE

FEMININOS

31-10-2022

JUVENIS - SUB18										
PROVA	MARCA	OBS	ATLETA	DTNASC	ESC	CLUBE	CLASS	LOCAL	DATA	COMPETIÇÃO
100 m	12,25	+0,9	Cristina Morujão	16-02-1973	JUV	CDE	1	Maia	22-07-1989	Camp Nacional Juniores
200 m	25,30	+1,8	Cristina Morujão	16-02-1973	JUV	CDE	el	Lisboa (Est Nacion)	29-07-1990	Camp Portugal
300 m	41,06		Catarina Amorim	03-05-1992	JUV	JAM	4	Luso	27-06-2009	Camp Nacional Juvenis
400 m	57,60		Andreia Santos	14-09-1995	JUV	ADREP	5	Lisboa (Est Univ)	07-07-2012	Camp Portugal
800 m	2:11.6		Glória Marques	1961	JUV	CDE	3	Copenhaga	25-06-1977	Taça da Europa
1.500 m	4:31.5		Marina Bastos	07-07-1971	INI	JOBRA	3	Lisboa (Est Nacion)	05-07-1986	Camp Nacional Juniores
3.000 m	9:43.0		Regina Gonçalves	07-07-1963	JUV	SCBM		Lisboa (Est Nacion)	20-07-1980	
100 m barr 0,76	15,04	0,0	Sthephany Simões	08-10-1994	JUV	GRECAS	3	Leiria	04-06-2011	Olímpico Jovem Nacional
300 m barr 0,76	45,58		Rosário Gestosa	01-07-1976	JUV	NAC		Maia	20-06-1993	
400 m barr 0,76	65,54		Ma Isabel Areias	27-01-1985	JUV	ADREP		Coimbra	26-06-2001	
2.000 m obst	7:10.71		Solange Jesus	07-01-1987	JUV	ADERCUS	1	Aveiro (Univ)	29-05-2004	Camp Distrital Sub23
Altura	1,70		Anabela Neto	25-03-1991	JUV	ACRDE	1	Luso	22-06-2008	Camp Distrital Sub23
Vara	2,80		Carolina Pandeirada	21-10-1993	JUV	GRECAS	1	Aveiro (Univ)	03-06-2010	Camp Distrital Sub23
	2,80		Carolina Pandeirada	21-10-1993	JUV	GRECAS	3	Guimarães	20-06-2010	Camp Nacional Juvenis
Comprimento	6,07		Cristina Morujão	16-02-1973	JUV	CDE	1	Maia	20-07-1990	Meeting Intern Maia
Triplo salto	11,92	0,2	Ana Rita Silva	20-12-2000	JUV	JAM	2	Maia	14-06-2017	2ª Noite Quente
Peso 3 Kg	15,38		Soraia Ruas	07-01-1992	JUV	ADREP	1	Albufeira	17-05-2009	Olímpico Jovem Nacional
Disco 1 Kg	46,30		Teresa Machado	22-07-1969	JUV	CG		Lisboa (Est Nacion)	10-08-1986	
Dardo 500 g	35,59		Sofia Cordeiro	27-08-2001	INI	JAM	1	Febres	25-06-2016	Provas Extra (ADA Coimbra)
Martelo 3 Kg	55,77		Eva Gonçalves	17-04-2002	JUV	NAC	2	Madrid	29-06-2019	Copa Iberica Sub18
3.000 m marcha	14:34.9		Rita Silva	11-02-1973	JUV	ARCO	2	Maia	19-06-1990	Camp Nacional Juvenis
5.000 m marcha	24:52.89		Fátima Rodrigues	13-05-1986	JUV	ADREP	1	Beja	07-05-2005	Taça FPA Marcha Pista
4x100 m	49,91		Aveiro (Seleção)	1996	JUV	AAA	1s	Fátima	02-06-2013	Olímpico Jovem Nacional
			<i>Cátia Oliveira (1997-JUV) Ana Rita Marques (1996-JUV) Carolina Sarabando (1997-JUV) Diana Reis (1997-JUV)</i>							
Medley	2:28.96		A D R E P	1999	JUV	ADREP	1s	Lagoa	03-07-2016	Camp Nacional Juvenis
			<i>Juliana Vieira (2000) Mafalda Rodrigues (2000) Cátia Rodrigues (1999) Océane Conceição (1999)</i>							
Heptatlo	4.086		Cláudia Oliveira	24-04-1995	JUV	GRECAS	2	Rio Maior	27-05-2012	Camp Nac Juv Pr Comb
			<i>100barr - 15.67; altura - 1.54; peso3 - 8.68; 200 - 27.10; comprim - 4.91; dardo5 - 21.63; 800 - 2.32,30</i>							
OUTRAS PROVAS										
1.000 m	2:57.3		Ilda Estrela	06-01-1976	JUV	GRECAS	2	Viseu (Fontelo)	22-03-1992	Km Jovem Nacional
Milha	5:31.19		Beatriz Valente	17-01-2003	JUV	CSJSC	1	Vagos (Est Munic)	13-04-2019	Torneio Bruno Saramago
10.000 m	38:47.0		Ana Fernandes		JUV	CDC	1	S. João da Madeira	27-03-1988	Camp Regional 10.000 m
100 m barr 0,84	15,76	0,1	Sthephany Simões	08-10-1994	JUV	GRECAS	1	Luso	12-06-2011	Camp Distrital Juniores
3.000 m obst	11:25.91		Solange Jesus	07-01-1987	JUV	ADERCUS	1	Aveiro (Univ)	12-05-2004	Meeting Jovem da ATAA
Peso 4 Kg	13,40		Teresa Machado	22-07-1969	JUV	CG		Lisboa (Est Nac)	07-06-1986	Provas Preparação FPA
Dardo 600 g	38,10		Flávia Costa	15-06-1994	JUV	ADREP	1	Leiria (CNL)	06-03-2011	Taça FPA Lançam Juvenis
Martelo 4 Kg										
5 Km marcha	28:46		Andreia Coelho	25-10-1991	JUV	GDL		Rio Maior	05-04-2008	G P Rio Maior
4x200 m	01:53.55		A F I S	2002	JUV	AFIS	1	Vagos (Est Munic)	13-01-2019	Camp Distrital Sub20
			<i>Camila Costa (2003) Ana Catarina Costa (2002) Ana Oliveira (2002) Eva Pais (2003)</i>							
4x400 m										
Hexatlo	3.290		Cátia Silva			CFUL	3	Óbidos	24-04-2005	Atleta Completo Nacional
			<i>100bar - 16,93; altura - 1,47; peso3 - 10,11; comprim - 4,41; dardo6 - 29,40; 800 - 2 30,21</i>							

**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO**

RECORDES REGIONAIS

AR LIVRE

FEMININOS

31-10-2022

INICIADOS - SUB16											
PROVA	MARCA	OBS	ATLETA	DTNASC	ESC	CLUBE	CLASS	LOCAL	DATA	COMPETIÇÃO	
80 m	10,0	m	Susana Abreu	1977	INI	SCBM	1	Gafanha da Nazaré	13-04-1991	Olimpico Jovem Distrital	
	10,0	m	Rosário Gestosa	01-07-1976	INI	NAC	1	Gafanha da Nazaré	13-04-1991	Olimpico Jovem Distrital	
250 m	34,85		Eva Pais	16-10-2003	INI	AFIS	2	Braga (Est 1º Maio)	30-12-2017	Torneio de Ano Novo	
300 m	41,9		Sandra Cruz	07-02-1980	INI	ARCO	1	Oliveirinha	24-06-1995		
800 m	2:12.8		Glória Marques	1961	INI	CDE		Lisboa (Est Nac)	11-07-1976		
1.500 m	4:31.5		Marina Bastos	07-07-1971	INI	JOBRA	3	Lisboa (Est Nac)	05-07-1986	Camp Nacional Juniores	
80 m barr 0,76	12,49	+1,7	Débora Tavares	11-05-1993	INI	GDCS	2	Leiria	17-05-2008	Olimpico Jovem Nacional	
250 m barr 0,76	39,03		Sthephany Simões	08-10-1994	INI	ACDI	1	Viseu	25-04-2008	Olimpico Jovem Beiras	
300 m barr 0,76	46,51		Sandra Cruz	07-02-1980	INI	ARCO	1	Lisboa (Est Univ)	14-05-1995	Olimpico Jovem Nacional	
1.500 m obst	5:02.71		Tatiana Henriques	30-07-1997	INI	CRE	4	Fátima	02-06-2012	Olimpico Jovem Nacional	
Altura	1,59		Carolina Ferreira	12-01-2005	INI	SCE	1	Vagos (Est Munic)	04-05-2019	Camp Distrital Sub20 ext	
Vara	2,60		Carolina Pandeirada	21-10-1993	INI	GRECAS	2	Abrantes	29-06-2008	Camp Nacional Juvenis	
Comprimento	5,53		Cristina Morujão	16-02-1973	INI	CDE	2	Maia	10-07-1988	Camp Nacional Juniores	
Triplo salto	11,14	+1,6	Carla Pinhão	21-04-1990	INI	GRECAS	6	Seixal	25-06-2005	Camp Nacional Juvenis	
Peso 3 Kg	12,68		Diana Hernandez	28-04-1993	INI	GRECAS	1	V N Cerveira (Lovelhe)	12-07-2008	Torneio de Julho	
Disco 0,750 Kg	44,40		Eva Gonçalves	17-04-2002	INI	NAC	1	Luso	06-05-2017	Torneio 4 Maravilhas	
Dardo 500 g	35,59		Sofia Cordeiro	27-08-2001	INI	JAM	1	Febres	25-06-2016	Provas Extra (ADA Coimbra)	
Martelo 3 Kg	47,97		Eva Gonçalves	17-04-2002	INI	NAC	2	Leiria	26-02-2017	Camp Nac Lançam Long S18	
3.000 m marcha	15:24.61		Fátima Rodrigues	13-05-1986	INI	ADREP	4	Viseu	01-05-2001		
4.000 m marcha	23:24.98		Sara Leal	27-01-1996	INI	NAC	6	Leiria	05-06-2010	Olimpico Jovem Nacional	
4x80 m	41,32		Aveiro (Seleção)	1994	INI	AAA	4	Albufeira	16-05-2009	Olimpico Jovem Nacional	
			<i>Stephany Simões (1994) Inês Bola (1994) Filipa Silva (1994) Rita Santos (1994)</i>								
4x80 m (Clubes)											
Heptatlo	3.595		Fabiana Ferreira	29-03-1995	INI	DG	4	Luso	11-04-2010	Atleta Completo Beiras	
			<i>80bar - 13,27(+1,7), dardo5 - 31,19, altura - 1,35, 80 - 11,31(-0,9), comprim - 4,65(+0,8), peso3 - 9,21, 800m - 2.44,50</i>								
OUTRAS PROVAS											
1.000 m	2:59.48		Beatriz Rodrigues	22-04-1999	INI	ADERCUS	2	Lisboa	15-06-2014	Olimpico Jovem Nacional	
Milha	5:40.9		Sofia Almeida	08-01-2002	INI	RDAG	1	Aveiro (Univ)	23-12-2017	Torn "Aos seus lugares"	
100 m barr 0,76	15,57	+1,4	Débora Tavares	11-05-1993	INI	GDCS	2	Luso	26-04-2008	Camp Regional Juvenis	
Disco 1 Kg	37,20		Rosa Domingues	19-01-1983	INI	CC		Coimbra	21-06-1998		
Triatlo	1.521		Beatriz Monteiro	06-02-2001	INI	ACRDE	1	Aveiro (Univ)	16-01-2016	Triatlo Jovem Distrital	
			<i>60Barr - 10,57 (-1,4); peso3 - 9,49; comprim - 4,45 (-1,9)</i>								
Hexatlo	3.471		Sandra Cruz	07-02-1980	INI	ADREP	3	Lisboa (Univ)	02-04-1995	Atleta Completo Nacional	
			<i>80 - 10,70; Peso3 - 7,49; Altura - 1,42; 60B - 10,49; comprim - 5,09; 1000 - 3.19,04</i>								

**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO**

RECORDES REGIONAIS

AR LIVRE

FEMININOS

31-10-2022

INFANTIS - SUB14									
PROVA	MARCA	OBS	ATLETA	DTNASC	ESC	CLUBE	CLASS LOCAL	DATA	COMPETIÇÃO
60 M	8,0		Susana Abreu	1977	INF	SCBM	Oliveirinha	24-03-1990	
150 M	19,62	+1,7	Sofia Almeida	08-01-2002	INF	ADERCUS	1 Vagos (Est Munic)	29-07-2015	Torneio Encerramento
600 M	1:41.95		Sofia Almeida	08-01-2002	INF	ADERCUS	1 Febres	01-05-2014	Torneio Jovem Beiras
1000 M	3:02.62		Ilda Estrela	06-01-1976	INF	GRECAS	2 Lisboa (Est Nac)	07-05-1989	DN Jovem Nacional
60 m barr 0,76	9,69	+0,1	Solange Santos	1976	INF	SCBM	2 Lisboa (Est Nac)	06-05-1989	DN Jovem Nacional
Altura	1,47		Carolina Ferreira	12-01-2005	INF	SCE	3 Vagos (Est Munic)	14-07-2018	Camp Distr Iniciados
Vara	1,80		Carolina Sarabando	03-07-1997	INF	GRECAS	1x Aveiro (Univ)	03-06-2010	Camp Distr Sub23
			Carolina Sarabando	03-07-1997	INF	GRECAS	1 Aveiro (Univ)	04-07-2010	Camp Distr Iniciados
			Maria Vieira	19-01-2006	INF	CAOB-A	1 Vagos (Est Munic)	14-07-2019	Camp Distr Iniciados
Comprimento	4,69	+0,2	Beatriz Santos	27-12-2000	INF	ACRDE	3 Aveiro (Univ)	14-12-2013	Torn Abert Pista
Quadruplo salto									
Peso 2 Kg	12,82		Eva Gonçalves	17-04-2002	INF	NAC	1 Aveiro (Univ)	28-03-2015	Torn Helder Castanheira
Disco 0,600 Kg	43,12		Eva Gonçalves	17-04-2002	INF	NAC	1 Aveiro (Univ)	26-12-2015	Torneio Natal
Dardo 400 g	23,58		Fabiana Ferreira	29-03-1995	INF	DG	1 Aveiro (Univ)	07-06-2008	Camp Reg Infantis
Martelo 2 Kg	49,14		Eva Gonçalves	17-04-2002	INF	NAC	1 Aveiro (Univ)	19-12-2015	Torn "Aos seus lugares"
3.000 m marcha	18:14.55		Ana Júia Resende		INF	GDL	1 Aveiro (Univ)	30-06-2012	Camp Distrital Infantis
4x60 m	32,47		C A Oliv Bairro	2006	INF	CAOB-A	1 Luso	20-04-2019	Camp Distr Estafetas
			<i>Beatriz Branco (2006) Lara Pinto (2006) Matilde Simões (2006) Carolina Peres (2006)</i>						
Pentatlo	2.621		Diana Silva		INF	JAM	2 Luso	05-05-2013	Atleta Completo Beiras
			<i>60m - 8,71; peso2 - 8,69; 60barr - 10,86; comprim - 4,45; 1000m - 3.38,62</i>						
OUTRAS PROVAS									
Disco 0,750 Kg	34,28		Eva Gonçalves	17-04-2002	INF	NAC	1 Aveiro (Univ)	28-06-2014	Camp Distr Infantis
Arremesso Bola 163g	42,18		Sandra Cruz	07-02-1980	INF	ARCO	Oliveirinha	25-06-1993	
Triatlo	1.346		Beatriz Santos	27-12-2000	INF	ACRDE	1 Aveiro (Univ)	05-01-2013	Triatlo Jovem Distrital
			<i>peso2 - 9,90; 60barr - 11,35; comprim - 4,15</i>						
Tetratlo	1.901		Carla Pinhão	21-04-1990	INF	GRECAS	1 Aveiro (Univ)	06-04-2003	
			<i>60bar - 11,03; peso2 - 9,27; altura - 1,34; 1000m - 3.39,25</i>						
Tetratlo (antigo)	2.096		Susana Abreu	1977	INF	SCBM	Lisboa	01-07-1990	
			<i>60m - 8,43; peso2 - 10,72; comp - 4,44; 1000m - 3.40,36</i>						