



**Recordes**

**Regional AAA Ar Livre**

**Sub23 (Femininos)**

100 Metros planos	1 2,25	Cristina Morujão	1973 JUV	CDE	22-07-1989
200 Metros	2 5,30	Cristina Morujão	1973 JUV	CDE	29-07-1990 LisboaN
300 Metros Planos	4 1,06	Catarina Amorim	1992 JUV	JAM	27-06-2009 Luso 03031
400 Metros Planos	5 5,85	Cátia Nunes	1990 JUN	GRECAS	14-06-2008 Luso 03033
800 Metros	2 1 1,6	Glória Marques	1961 JUV	CDE	25-06-1977 Copenha
1.000 Metros	2 5 1,5	Ma Fátima Cabral	1972 S23	CCSJM	16-04-1994
1.500 Metros	4 2 1,46	Clarisse Cruz	1978 S23	CAO	29-07-2000 Funchal
100 M Barreiras-0.84	1 4,80 - 0,4	Rosário Gestosa	1976 JUN	NAC	16-07-1995 Viseu 03031
3.000 Met Obstáculos	1 0 1 4,01	Solange Jesus	1987 S23	ADERCU	25-07-2009 Seixal 03034
4 x 100 Metros	4 9,85	Greca	1979 S23	GRECAS	30-06-2001
		<i>Patricia Leite (83) Celsa Gomes (81) Susana Silva (79) Sandra Cruz (80)</i>			
4 x 400 Metros	4 0 1,95	<b>A D R E P</b>	1992 JUN	ADREP	10-07-2011 Lisboa 03035
		<i>Daniela Urbano (1995) / Andreia Santos (1995) / Jessica Pires (1993) / Márcia Cardoso (1994)</i>			
Meia Hora Marcha	5 9 6 7	Fátima Rodrigues	1986 JUN	ADREP	07-05-2005 Beja 03022
Salto em Altura	1,70	Anabela Neto	1991 JUV	ACRDE	22-06-2008 Luso 38042
Salto Com Vara	3,55	Tânia António	1987 S23	GRECAS	23-06-2007 Luso 38046
Salto em Comprimento	6,07	Cristina Morujão	1973 JUV	CDE	20-07-1990
Triplo Salto	12,81 + 1,4	Sandra Cruz	1980 S23	GRECAS	21-07-2001 Lisboa (U) 03036
Lançamento Peso-4Kg	13,40	Teresa Machado	1969 JUN	CG	07-06-1986 LisboaN
Disco 1 Kg	47,56	Diana Hernandez	1993 JUN	GRECAS	16-07-2011 Aveiro 38042
Lançam.Martelo-4Kg	46,20	Joana Esgueirão	1992 JUN	GRECAS	27-03-2010 Vila Nova de Cerveira 49022
Dardo 600 Gr	38,97	Flávia Costa	1994 JUV	ADREP	05-06-2011 Leiria 03025
Dardo 600 g mod.ant.	39,04	Luciana Silva	1968 SEN	CAIO	28-04-1990 Corunha
Heptalo - Seniores	4499	Rosa Domingues	1983 JUN	GRECAS	20-05-2001 Aveiro 38033
		<i>100bar - 15,9; altura - 1,61; peso - 11,71; 200 - 27,0; comprim - 5,40; dardo6 - 29,85; 800 - 2.39,7</i>			

