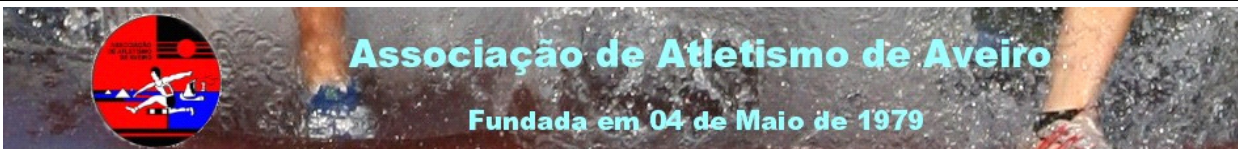




		<b>Recordes</b>		<b>Regional AAA Ar Livre</b>		<b>Juvenis (Masculinos)</b>
<b>100 Metros planos</b>	<b>1 0,87</b>	<b>Hélio Reis</b>	1972	JUV ADS	29-07-1989	
<b>200 Metros</b>	<b>2 1,83</b>	<b>Hélio Reis</b>	1972	JUV ADS	13-08-1989 LisboaN	
<b>300 Metros Planos</b>	<b>3 4,70</b>	<b>Paulo Gamelas</b>	1970	JUV SCBM	25-05-1986 Cáceres	
<b>400 Metros Planos</b>	<b>4 9,15</b>	<b>Paulo Gamelas</b>	1970	JUV SCBM	09-08-1986 LisboaN	
<b>800 Metros</b>	<b>1 5 4,10</b>	<b>Renato Silva</b>	1981	JUV GRECAS	01-07-1998	
<b>1.000 Metros</b>	<b>2 3 0,77</b>	<b>Filipe Pedro</b>	1980	JUV ADREP	25-04-1996	
<b>1.500 Metros</b>	<b>3 5 4,22</b>	<b>Filipe Pedro</b>	1980	JUV ADREP	17-05-1997	
<b>3.000 Metros</b>	<b>8 2 2,96</b>	<b>Filipe Pedro</b>	1980	JUV ADREP	23-07-1997 LisboaU	
<b>100 M Barreiras-0.91</b>	<b>1 3,66</b>	<b>Pedro Santos</b>	1975	JUV CCSJM	20-06-1992 LisboaA	
<b>110 M Barreiras-0.91</b>	<b>1 4,94 + 1,3</b>	<b>João Fontela</b>	1991	JUV ESL	17-05-2008 Leiria 03022	
<b>300 M Barreiras-0,84</b>	<b>3 9,69</b>	<b>John Martins</b>	1992	JUV ADREP	14-06-2008 Seia 63020	
<b>400 M Barreiras-0.84</b>	<b>5 6,4</b>	<b>Renato Silva</b>	1981	JUV GRECAS	14-06-1998	
<b>1.500 Met Obstáculos</b>	<b>4 2 3,07</b>	<b>Pedro Teixeira</b>	1979	JUV ACDI	15-06-1996	
<b>2.000 Met Obstáculos</b>	<b>5 5 2,67</b>	<b>João Pires</b>	1992	JUV GJPB	17-06-2009 Luso 38038	
<b>4 x 100 Metros</b>	<b>4 4,23</b>	<b>A A Aveiro</b>	1984	JUV AAA	19-05-2001	
		<i>André Silva (85) João Dias (84) Patrick Marques (84) Pedro Almeida (84)</i>				
<b>4 x 100 M Clubes</b>	<b>4 5,33</b>	<b>A R C Oliveirinha</b>	1972	JUV ARCO	22-07-1989	
		<i>Pedro Pereira ( ) Pedro Mamede ( ) Paulo Fernandes (1972) Luis Morais ( )</i>				
<b>4 x 300 metros</b>	<b>2 3 9,31</b>	<b>G Juv Pinh Bemposta</b>	1992	JUV GJPB	28-06-2009 Luso 03031	
		<i>Mário Marques (1993) José Viegas (1993) Fábio Fonseca (1992) Eliseu Ribeiro (1992)</i>				
<b>4 x 400 Metros</b>	<b>3 3 3,98</b>	<b>A A Aveiro</b>	1964	JUV AAA	12-07-1981 LisboaA	
		<i>P. Henriques ( ) Luis Pais ( ) H. Teixeira ( ) J. Teixeira ( )</i>				
<b>4 x 400 m clubes</b>	<b>3 3 4,64</b>	<b>J A Mozelense</b>	1988	JUV JAM	26-06-2005	
		<i>Flavio Pinto (1990) Nelson Tavares (1988) Paulo Nunes (1988) Marco Carvalho (1989)</i>				
<b>5.000 Metros Marcha</b>	<b>2 1 4 6,9</b>	<b>Helder Neves</b>	1975	JUV GDL	09-05-1992 Oliveir	





**Recordes**

**Regional AAA Ar Livre**

**Juvenis (Masculinos)**

Salto em Altura	2,01	Joel Costa	1979 JUV	ESJD	16-06-1996
Salto Com Vara	4,00	Luis Silva	1980 JUV	ADO	13-07-1997 Coimbra
Salto em Comprimento	6,93 + 0,4	Miguel Costa	1994 JUV	ADREP	20-06-2011 Bydgoszcz 05201
Salto em Comprimento	6,93 + 0,5	Patrick Marques	1984 JUV	GRECAS	23-06-2001 Maia 03033
Triplo Salto	13,73	Luis Simões	1977 JUV	CFM	19-06-1994
Lançamento Peso-5Kg	18,20	Juan Rosete	1979 JUV	CC	12-05-1996 LisboaU
Disco 1.5 Kg	56,58	Ricardo Freitas	1993 JUV	GRECAS	16-05-2009 Albufeira 03020
Lançam.Martelo-5Kg	54,03	Fábio Freitas	1987 JUV	GRECAS	16-05-2004
Dardo 700 Gr	59,29	Marco Ferreira	1988 JUV	ADREP	24-04-2005 Óbidos 03021
Octatlo Juvenis AC	5145	Marco Ferreira	1988 JUV	ADREP	26-06-2005
		<i>100 - 11,94; comp - 6,26; peso5 - 13,83; 400 - 57,75; 110bar - 16,12; altura - 1,88; dard7 - 59,29; 1000 - 3 19,66</i>			
Octatlo Juvenis NPC	4653	Marco Ferreira	1988 JUV	ADREP	08-05-2005 Luso 38031
		<i>110bar - 15,68; comp - 6,14; peso5 - 13,82; altura - 1,91; disc1,5 - 33,22; vara - 2,40; dard7 - 50,42; 1000 - 3 19,74</i>			

