



Recordes

Regional AAA P.Coberta

Seniores (Masculinos)

60 Metros Planos	6,88	Hélio Reis	1972 SEN	ADS	18-02-1995
60 Metros Planos	6,88	Hélio Reis	1972 S23	ADS	19-02-1994
200 Metros	2 1,98	Bruno Sá	1987 S23	CCSJM	20-01-2008 Espinho 38011
300 Metros Planos	3 6,64	Flávio Carvalho	1990 JUV	GRECAS	27-12-2006 Espinho 38006
400 Metros Planos	4 9,01	Vitor Ferreira	1978 SEN	GRECAS	02-02-2002 Espinho
400 Metros Planos	4 9,01	Vitor Ferreira	1978 SEN	GRECAS	26-05-2001
800 Metros	1 5 0,91	Jorge Batista	1991 S23	ADREP	20-02-2011 Pombal 24010
1.000 Metros	2 3 0,11	Licínio Pimentel	1977 SEN	GRECAS	02-12-2000
1.500 Metros	3 4 5,79	Mário Silva	1961 SEN	NAC	17-02-2001 Espinho
Milha	4 2 6,76	José Henriques	1972 SEN	ACDI	26-02-1995
3.000 Metros	8 1 0,75	António Salvador	1966 SEN	NAC	01-02-1998 Espinho
60 M Barreiras-1.06	8,20	João Fontela	1991 S23	CCSJM	27-02-2011 Pombal 03014
4 x 200 Metros	1 3 1,69	N A Cucujães	1977 SEN	NAC	19-02-2000 Espinho
		<i>Rui Tavares (1981) Pedro Oliveira (1978) Pedro Veloso (1977) Bruno Gancho (1979)</i>			
4 x 400 Metros	3 2 4,40	Greca - Vagos	1978 SEN	GRECAS	27-01-2002 Espinho
		<i>Pedro Almeida (1984) Renato Silva (1981) Alexandre Flórido (1982) Vitor Ferreira (1978)</i>			
5.000 Metros Marcha	2 1 1 4,67	Mário Contreiras	1967 VET	GRECAS	27-01-2008 Espinho 03005
Salto em Altura	2,10	Rafael Gonçalves	1977 SEN	CAO	03-03-2001 Lisboa (Pav. Atlântico) 03018
Salto em Altura	2,10	Rafael Gonçalves	1977 SEN	CAO	15-01-2000 Espinho
Salto Com Vara	4,60	Luís F. Silva	1980 SEN	GRECAS	27-02-2010 Espinho 03012
Salto em Comprimento	7,32	João Milheiro	1963 SEN	CCSJM	22-02-1992 Braga 03007
Tripló Salto	15,71	João Dias	1984 SEN	GRECAS	27-02-2010 Espinho 03012
Lançam. Peso-7.260Kg	16,76	Nuno Serra	1974 SEN	NAC	07-02-1998 Espinho
Lançam. Peso-7.260Kg	16,77	Nuno Serra	1974 SEN	NAC	14-06-1997
Heptalo - Seniores	5156	Luis Silva	1980 SEN	GRECAS	26-02-2006 Espinho
		<i>60 - 7,36; comprim - 7,13; peso7 - 11,60; altura - 1,99; 60barr - 8,96; vara - 4,40; 1000m - 2.58,55</i>			
Pentatlo Técnico Sen	3490	João Milheiro	1963 SEN	CCSJM	18-01-1992
		<i>60B106 - 9.2; comp - 7.00; peso7 - 10.30; 60 - 6.9; altura - 1.87</i>			

