



Recordes

Regional AAA P.Coberta

Sub23 (Femininos)

60 Metros Planos	7,80	Cristina Morujão	1973 JUV	CDE	04-02-1989
200 Metros	2 5,98	Juliana Coutinho	1986 JUN	ACRVC	16-01-2005 Espinho 38010
300 Metros Planos	4 2,83	Diana Teixeira	1987 INI	ACDI	19-01-2002 Espinho
400 Metros Planos	5 7,73	Márcia Cardoso	1994 JUN	ADREP	26-02-2012 Pombal 24011
800 Metros	2 1 5,70	Clarisse Cruz	1978 S23	CAO	30-01-2000 Espinho (Nave Desp.) 38017
1.000 Metros	2 5 8,24	Clarisse Cruz	1978 SEN	CAO	18-12-1999
1.500 Metros	4 3 0,48	Clarisse Cruz	1978 S23	CAO	12-02-2000 Espinho 03013
3.000 Metros	9 2 2,80	Clarisse Cruz	1978 S23	CAO	13-02-2000 Espinho 03013
60 M Barreiras-0.84	9,12	Sthephany Simões	1994 JUN	GRECAS	19-02-2012 Espinho 03012
60 M Barreiras-0.84	9,12	Rosário Gestosa	1976 JUN	NAC	11-02-1995 Aveiro (Pav. Feiras) 38020
4 x 200 Metros	1 5 0,08	Grecas - Vagos	1987 JUN	GRECAS	04-03-2006 Espinho 38021
		<i>Tania António (1987) Liliana Barbosa (1987)</i>			
		<i>Ana Abreu (1988) Lisandra Lopes (1988)</i>			
4 x 400 Metros	4 1 0,31	Adrep	1992 S23	ADREP	22-01-2012 Espinho 38009
		<i>Cátia Rodrigues (1992) / Daniela Urbano (1995)</i>			
		<i>/ Márcia Cardoso (1994) / Andreia Santos (1995)</i>			
3.000 Metros Marcha	1 4 3 5,80	Ma Salomé Rodrigues	1978 JUV	GDL	29-01-1994
Salto em Altura	1,66	Ana Rita Madeil	1983 JUV	GRECAS	16-01-1999 Braga (F) - Espinho (M) 03005
Salto Com Vara	3,40	Tânia António	1987 S23	GRECAS	19-01-2009 Espinho 38011
Salto Com Vara	3,40	Tânia António	1987 S23	GRECAS	19-01-2008 Espinho 38011
Salto em Comprimento	5,72	Sandra Cruz	1980 SEN	GRECAS	03-03-2001 Lisboa (Pav. Atlântico) 03018
Triplo Salto	12,17	Sandra Cruz	1980 SEN	GRECAS	04-03-2001 Lisboa (Pav. Atlântico) 03018
Pentatlo (Jun/Sen)	3317	Rosa Domingues	1983 S23	GRECAS	22-02-2003 Espinho 03012
		<i>60B084 - 9,90; altura- 1,59; peso4 - 11,07;</i>			
		<i>comprim - 5,40; 800 - 2.38,40</i>			

