

RECORDS – AR LIVRE

(SETEMBRO 2006)

Séniiores Masculinos

100m	11.25	Bruno Miguel/75	SBCB	16.04.94	Viseu
110m Bar	15.68	Daniel Casteleira/73	ESNA	25.07.92	Lx N
200m	22.48	Vitor Jorge/74	ADCPN	19.07.91	Bruxelas
400m	48.63	Vitor Jorge/74	ADCPN	22.07.91	Maia
400m Bar	55.44	Bruno Gamboa/78	ESNA	05.07.97	Viseu
800m	1.55.81	Daniel Ponte/80	ARCBV	16.05.98	Viseu
1.500m	4.02.11	Nuno Maia /75	JOANES	31.07.93	Lx N
3.000m	8.35.17	José Morgado/75	APA/VA	24.07.99	Viseu
3.000m Obst.	9.22.14	João Serralheiro/70	ESNA	08.04.95	Viseu
5.000m	14.40.64	João Serralheiro/70	ESNA	08.04.95	Viseu
5.000mm	24.20.00	Domingos Reis/80	ARCBV	29.05.99	Viseu
10.000m	31.06.20	Orlando Francisco/69	ESNA	16.05.96	Viseu
10.000mm	50.29.12	Domingos Reis/80	ARCBV	03.07.99	Guarda
Maratona	02.20.29	João Serralheiro/70	GDM	24.11.02	S. Sebastian
4x100m	44.54	B.Mig/R.Bea/D.Vaz/S.Lou	AACB	27.07.94	Viseu
4x400m	3.30.96	J.Marq./R.Bea/D.Pon/B. Gam	ESNA	10.06.94	Viseu
Altura	2.02	Bruno Miguel/75	SBCB	02.07.94	Maia
Comprimento	7.11	Rui Beato/76	ESNA	25.07.98	T. Monfortinho
Triplo	14.50	Rui Beato/76	ESNA	03.06.99	Coimbra
Vara	3.70	Cristóvão Afonso/88	ARCBV	04.06.05	T. Monfortinho
Peso	11.66	Mário Macedo/56	ESNA	21.06.97	Guarda
Disco	36.69	Dino Santos/77	ARCBV	11.07.99	C. Branco
Dardo	51.70	Daniel Casteleira/73	ESNA	09.06.91	Lx N
Martelo	39.92	David Santos/83	ARCBV	18.02.06	C. Branco
Decatlo	5.386p	Gilberto Enes/75	ESNA	10/11.04.99	Coimbra

Provas não olímpicas

20Km	1.04.36	Orlando Francisco/69	ESNA	21.01.96	Almeirim
Meia Maratona	1.05.22	Orlando Francisco/69	ESNA	17.12.95	Tondela

Júniiores Masculinos

100m	11.25	Bruno Miguel/75	SBCB	16.04.94	Viseu
110m Bar	15.68	Daniel Casteleira/73	ESNA	25.07.92	Lx N
200m	22.48	Vitor Jorge/74	ADCPN	19.07.91	Bruxelas
400m	48.63	Vitor Jorge/74	ADCPN	27.07.91	Maia
400m Bar	55.44	Bruno Gamboa/78	ESNA	05.07.97	Viseu
800m	1.55.81	Daniel Ponte/80	ARCBV	16.05.98	Viseu
1.500m	4.02.11	Nuno Maia /75	JOANES	31.07.03	Lx N
3.000m	8.49.76	Luís Leitão/81	MATA	09.05.99	Aveiro
3.000m Obst.	9.30.0	NunoCurto/79	MATA	12.07.98	Leiria
5.000m	15.12.09	Nuno Maia/75	JOANES	17.07.93	Viseu
5.000mm	24.20.00	Domingos Reis/80	ARCBV	29.05.99	Viseu
10.000m	50.29.12	Domingos Reis/80	ARCBV	03.07.99	Guarda
4x100m	44.54	B. Mig/R Bea/D Vaz/S. Lou	AACB	27.07.94	Viseu

4x400m	3.34.10	S. Lou /R Bea/D Vaz/B Gam	ESNA	03.07.94	Maia
Altura	2.02	Bruno Miguel/75	SBCB	07.03.94	Maia
Comprimento	6.90	Rui Beato/76	ESNA	10.06.94	Viseu
Triplo	14.09	Abel Enfica/79	ESAL	12.07.97	Guarda
Vara	3.70	Cristóvão Afonso/88	ARCBV	04.06.05	T. Monfortinho
Peso 6kg	13.73	David Santos/83	ARCBV	19.03.02	Guarda
Peso 7.260	10.65	Gabriel Colchete/76	SBCB	10.06.94	Viseu
Disco 1.750	29.69	David Santos/83	ARCBV	08.06.02	C. Branco
Disco 2kg	30.76	Telmo Ribeiro/81	ARCBV	27.02.99	C. Branco
Dardo	42.20	Helder Lourenço/85	ARCBV	09.03.03	C. Branco
Martelo 6kg	36.77	David Santos/83	ARCBV	30.06.02	Mafra
Martelo 7.260	33.12	David Santos/83	ARCBV	06.06.02	C. Branco
Octatlo	4.703p	Daniel Casteleira/73	ESNA	09.06.91	Lx N
Decatlo	4.828p	Daniel Casteleira/73	ESNA	21.06.92	Lx A

Juvenis Masculinos

100m	11.26	Luís Cardoso/84	IST	25.06.01	Maia
110m Bar	15.53	Flávio Ramos/89	GCAD	13.05.06	Covilhã
200m	22.48	Vitor Jorge/74	ADCPN	19.07.91	Bruxelas
400m	48.63	Vitor Jorge/74	ADCPN	27.09.91	Maia
400m Bar	57.2	Flávio Ramos/89	GCAD	28.05.05	C. Branco
800m	1.57.21	Vitor Jorge/74	ADPCN	27.07.91	Maia
1.000m	2.35.3	Daniel Ponte/80	ESNA	22.03.97	Leiria
1.500m	4.07.84	Daniel Ponte/80	ESNA	29.05.97	Leiria
2.000m Obst	6.14.85	Helio Barreto/86	GCAD	17.05.03	Guimarães
3.000m	8.53.28	Bruno Fortunato/79	ESF	16.06.96	Maia
5.000mm	26.06.5	Ricardo Alves/82	TEIXOSO	27.06.99	Aveiro
4x100m	45.71	T.Cruz/R Bea/D Vaz/S Louro	ESNA	06.07.93	Viseu
4x400m	3.38.69	N Dias/M Per/N Roque/P Cout	GCAD	13.06.98	Viseu
Altura	1.93	Abel Enfica/79	ESAL	29.06.96	Viseu
Comprimento	6.78	Rui Beato/76	ESNA	17.03.93	Viseu
Triplo	13.57	Rui Beato/76	ESNA	20.06.93	Maia
Vara	3.70	Cristóvão Afonso/88	ARCBV	04.06.05	T. Monfortinho
Peso	13.01	Marco Lourenço/79	CDVVR	27.04.96	VV Rodão
Disco	34.54	Telmo Ribeiro/81	CDVVR	25.05.97	VV Rodão
Dardo 700	45.56	Hélder Lourenço/85	ARCBV	18.05.02	Seixal
Dardo 600	53.18	Daniel Casteleira/73	ESNA	03.06.90	Lx N
Martelo 5kg	32.11	Nuno Pires/87	ARCBV	18.05.04	Elvas
Octatlo	4.481p	Tiago Rato/88	ARCBV	03.07.05	Elvas
Heptatlo	3.850p	Daniel Miguel/83	ESAL	13.03.00	C. Branco

Iniciados Masculinos

80m	9.54	Sérgio Soares/81	ESNA	13.04.96	Lx U
100m Bar	15.65	Paulo Ricardo/81	ESNA	15.05.96	Lx U
		Flávio Ramos/89	GCAD	15.05.04	Elvas
300m	39.2	Tiago Ramos/88	MATA	04.05.03	T. Monfortinho
300m Bar	44.40	José Henriques/80	ESNA	14.05.95	Lx U
800m	2.00.92	Vitor Jorge/74	ADCPN	06.05.89	Lx A
1.000m	2.38.5	Vitor Jorge/74	ADCPN	12.03.89	Lx N
1.500m	4.22.34	Nelson Correia/88	MATA	03.05.03	Covilhã

3.000mm	17.52.9	Luís Pousinho/75	ESNA	05.05.90	Lx n
4.000mm	26.03.95	Diogo Nunes/91	ABC	13.05.06	Covilhã
4x80m	38.07	S. Soa/P. Ric/D Pon/J. Hen	ESNA	13.05.95	Lx U
Altura	1.70	Luís Taborda/85	ESAL	03.06.00	C. Branco
Comprimento	6.54	Tiago Rato/88	MATA	22.03.03	C. Branco
Triplo	12.35	Tiago Rato/88	MATA	25.04.03	Covilhã
Vara	3.15	Cristóvão Afonso/88	ARCBV	15.06.03	Abrantes
Peso	15.03	Rui Osório/79	SBCB	07.05.94	Lx U
Disco	37.84	Helder Lourenço/85	ARCBV	13.05.00	C. Branco
Dardo	49.0	Helder Lourenço/85	ARCBV	06.05.00	T. Monfortinho
Martelo	29.61	Nuno Pires/87	ARCBV	12.02.02	C. Branco
Hexatlo	3.136p	Tiago Rato/88	MATA	26.04.03	Abrantes
Pentatlo	2.977p	Vitor Jorge/74	ADCPN	05.05.89	Funchal

Infantis Masculinos

60m	7.63	Tiago Rato/88	MATA	28.04.01	Óbidos
60m Bar	10.63	Ricardo Morgado/80	CDVVR	08.05.93	Lx N
1.000m	2.59.0	Vitor Jorge/74	ADCPN	1987	C. Branco
4x60m	31.88	P.Ric/J. Ver/D. Pon/J. Henr.	ESNA	08.05.93	C. Branco
Altura	1.52	Tiago Rato/88	MATA	07.04.01	C. Branco
Comprimento	6.04	Tiago Rato/88	MATA	16.06.01	C. Branco
Vara	1.95	Carlos Nunes/80	ESNA	03.04.93	C. Branco
Peso	12.03	Rui Osório/79	ESAL	11.04.92	C. Branco
Arr. Bola	60.04	Bruno Aparício/80	SBCB	01.05.93	C. Branco
Tetratlo	1.550p	Tiago Mação/91	GCAD	25.04.04	Melgaço

Séniiores Femininos

100m	11.57	Sónia Tavares/86	GCAD	05.07.06	Salamanca
100m Bar	15.31	Witiney Barata/88	ARCBV	22.07.06	Seia
200m	24.22	Sónia Tavares/86	GCAD	02.07.06	Leiria
400m	59.34	Manuela Bernardo/87	IND	26.06.04	Covilhã
400m Bar	71.98	Ana Gonçalves/80	ARCBV	25.07.99	Viseu
800m	2.21.25	Manuela Bernardo/87	GCAD	09.07.06	Guimarães
1.000m	3.08.04	Vânia Amoreira/87	GCAD	29.03.03	C. Branco
1.500m	5.02.02	Telma Silva/83	MATA	21.05.00	Maia
2.000m Obst.	8.28.52	Vânia Amoreira/87	GCAD	03.07.04	C. Rainha
3.000m	11.07.59	Mª Jesus Tavares/77	ARCBV	10.06.00	Viseu
5.000m	18.55.14	Mª Jesus Tavares/77	ARCBV	10.06.00	Viseu
5.000mm	26.24.56	Liliana Martins/90	GCAD	17.06.06	Luso
10.000mm	56.33.92	Liliana Martins/90	GCAD	08.07.06	Guimarães
4x100m	52.07	Wit Bar/M Tavares /Tânia Mar/Vânia Lou	ARCBV	01.07.06	Leiria
4x400m	4.16.60	Nat Lopes/M Tavares/Ang T/Cat Ram	ARCBV	28.05.00	Leiria
Altura	1.57	Witiney Barata/88	ARCBV	05.06.05	C. Branco
Comprimento	5.50	Witiney Barata/88	ARCBV	27.05.06	C. Branco
Triplo	11.69	Natercia Lopes/76	ARCBV	25.01.03	T. Monfortinho
Vara	2.30	Vânia Lourenço/89	ARCBV	18.06.06	Luso
Peso	9.76	Carina Chaves/80	ARCBV	18.04.99	C. Branco
Disco	31.73	Carina Chaves/80	ARCBV	10.06.00	Viseu
Dardo	32.81	Natercia Lopes/76	ARCBV	25.03.00	Leiria
Martelo	32.83	Tânia Lourenço/88	ARCBV	11.06.06	Guarda
Heptatlo	3.483p	Mª João Prospero/81	ESNA	11.04.99	Coimbra

Júniiores Femininos

100m	11.75	Sónia Tavares/86	GCAD	01.07.05	Leiria
100m Bar	15.31	Witiney Barata/88	ARCBV	22.07.06	Seia
200m	24.68	Sónia Tavares/86	GCAD	19.06.05	Leiria
400m	59.34	Manuela Bernardo/87	IND	26.06.04	Covilhã
400m Bar	71.98	Ana Gonçalves/80	ARCBV	25.07.99	Viseu
800m	2.21.25	Manuela Bernardo/87	GCAD	09.07.06	Guimarães
1.000m	3.08.04	Vânia Amoreira/87	GCAD	29.03.03	Óbidos
1.500m	5.02.02	Telma Silva/83	MATA	21.05.00	Maia
3.000m	11.33.75	Carina Moura/79	MATA	25.07.99	Viseu
3.000mm	16.11.52	Liliana Martins/90	GCAD	11.03.06	Alcanena
5.000m	22.02.0	Ana Rodrigues/79	GCAD	21.06.97	Guarda
5.000mm	26.24.56	Liliana Martins/90	GCAD	17.06.06	Luso
10.000mm	56.33.92	Liliana Martins/90	GCAD	08.07.06	Guimarães
4x100m	52.07	Wit Bar/M Tavares/Tânia Mar/Vânia Lou	ARCBV	01.07.06	Leiria
4x400m	4.30.56	Angelina Tavares/Maria Tavares/ Ana Gonçalves/Catarina Ramos	ARCBV	14.07.99	Guarda
Altura	1.57	Witiney Barata/88	ARCBV	05.06.05	C. Branco
Comprimento	5.50	Witiney Barata/88	ARCBV	27.05.06	C. Branco
Triplo	10.62	Mª João Prospero/81	ESNA	10.06.96	C. Branco
Vara	2.30	Vânia Lourenço/89	ARCBV	18.06.06	Luso
Peso	9.76	Carina Chaves/80	ARCBV	18.04.99	C. Branco
Disco	30.30	Carina Chaves/80	ARCBV	10.06.99	C. Branco
Dardo	31.20	Natercia Lopes/76	ESNA	03.06.95	Viseu
Martelo	32.83	Tânia Lourenço/88	ARCBV	11.06.06	Guarda
Heptatlo	3483p	Mª João Prospero/81	ESNA	13.03.94	Lx

Juvenis Femininos

100m	12.43	Sónia Tavares/86	IND	25.06.01	Maia
100m Bar	15.37	Witiney Barata/88	ARCBV	25.06.05	Seixal
200m	25.2	Sónia Tavares/86	REDGIM	05.05.02	C. Branco
400m	59.34	Manuela Bernardo/87	IND	26.06.04	Covilhã
400m Bar	77.11	Elsa Gregório/79	ESNA	03.06.95	Viseu
800m	2.21.60	Manuela Bernardo/87	IND	04.07.04	C. Rainha
1.000m	3.08.04	Vânia Amoreira/87	GCAD	29.03.03	Óbidos
1.500m	5.02.02	Telma Silva/83	MATA	21.05.00	Maia
2.000m Obst.	8.25.91	Tânia Sabino/89	GCAD	25.06.05	Seixal
3.000m	11.36.70	Vânia Amoreira/87	GCAD	18.05.03	Guimarães
3.000mm	16.11.52	Liliana Martins/90	GCAD	11.03.06	Alcanena
4.000mm	21.53.7	Liliana Martins/90	GCAD	19.03.06	C. Branco
5.000mm	26.24.56	Liliana Martins/90	GCAD	17.06.06	Luso
4x100m	52.7	Wit Bar/T Lou/Tânia Mar/Vânia Lou	ARCBV	05.06.05	C. Branco
4x400m	4.39.20		GCAD	21.06.98	Coimbra
Altura	1.57	Witiney Barata/88	ARCBV	05.06.05	C. Branco
Comprimento	5.33	Witiney Barata/88	ARCBV	08.07.05	Guarda
Triplo	10.41	Mª João Prospero/81	ESNA	07.07.96	Lx U
Vara	2.30	Vânia Lourenço/89	ARCBV	18.06.06	Luso
Peso	10.45	Susana Lopes/72	ESNA		C. Branco
Disco	24.13	Tânia Lourenço/88	ARCBV	30.04.05	Covilhã
Dardo	30.34	Natercia Lopes/76	ESNA	29.06.93	Guarda
Martelo	36.28	Tânia Lourenço/88	ARCBV	25.06.05	Seixal
Hexatlo	3.054p	Witiney Barata/88	ARCBV	31.05.05	Luso

Iniciados Femininos

80m	10.16	Sónia Tavares/86	ARCBV	28.04.01	Óbidos
80m Bar	14.0	Vânia Lourenço/89	ARCBV	20.06.04	C. Branco
300m	42.38	Sónia Tavares/86	ARCBV	20.05.00	Leiria
300m Bar	50.20	Sónia Tavares/86	ARCBV	21.05.00	Maia
800m	2.24.63	Manuela Bernardo/87	REDGIMN	16.05.02	Seixal
1.000m	3.09.77	Manuela Bernardo/87	REDGIMN	23.03.02	C. Branco
1.500m	5.13.87	Manuela Bernardo/87	REDGIMN	19.05.01	Leiria
2.000mm	13.20.38	Sílvia Marques/77	ESTEVAL	25.04.92	Viseu
3.000mm	19.16.69	Soraia Amoreira/92	GCAD	13.05.06	Covilhã
4x80m	44.20	Ana Azev/Sus.Azev./Pat. Silva/Cat. Jacinto	Sel. AACB	13.05.06	Covilhã
Altura	1.51	Mª João Prospero/81	ESNA	12.05.96	Lx U
Comprimento	5.13	Sónia Tavares/86	ARCBV	20.04.01	Guarda
Triplo	10.41	Mª João Prospero/81	ESNA	06.07.96	Lx U
Peso	9.05	Witiney Barata/88	ARCBV	27.04.03	Abrantes
Disco	22.56	Cristina Mateus/82	ESNA	20.09.97	C. Branco
Dardo	27.58	Susana Silva/81	GCAD	15.06.96	C. Branco
Martelo	24.93	Tânia Lourenço/88	ARCBV	14.06.03	C. Branco
Pentatlo	2.096p	Sandra Padrão/76	ESNA	14.07.91	Lx U
Hexatlo (Ant)	3.212p	Mª João Prospero/81	ESNA	14.04.96	Lx U
Hexatlo(Novo)	2.388p	Witiney Barata/88	ARCBV	26.04.03	Abrantes

Infantis Femininos

60m	8.64	Catarina Patrocinio/94	ARCBV	25.04.06	Coimbra
60mBar	11.1	Sónia Tavares/86	ARCBV	18.04.99	C. Branco
1.000m	3.16.50	Cátia Jacinto/92	GCAD	07.05.05	Lx N
1.000mm	7.12.2	Ana Jacinto/81	ADCPN	05.05.90	Lx N
4x60m	34.33	M. Car/A Sof./L.Cos/D. Pedrosa	ADCPN	05.05.90	
Altura	1.31	Mª João Prospero/81	ESNA	25.06.94	C. Branco
Comprimento	4.51	Sónia Tavares/86	ARCBV	11.07.99	C. Branco
Peso	8.98	Daniela Alves/84	ESNA	20.09.97	C. Branco
Arr. Bola	38.64	Liliana Gravito/87	PALMEIRAS	18.06.00	C. Branco
Tetratlo	1.752p	Sónia Tavares/86	ARCBV	10.04.99	Leiria