

## Recordes Pista Coberta 2024

**03/mar/24**

Infantis Femininos					
60 M	Lurdes Oliveira/04	UCE	8.18	Pombal	26.02.17
150 M	Lurdes Oliveira/04	UCE	<b>19.76*</b>	Pombal	05.03.17
60 M Bar. (0.76)	Ana Pereira/76	CCDCN	10.2	Braga	26.02.89
600 M	Stela Fernandes/06	GS	1.42.20	Pombal	16.03.19
1000 M	Susana Ribeiro/76	CFUC	3.15.1	Braga	26.02.89
ALTURA	Andreia Gomes/98	AAC	1.46	Febres	19.02.11
COMPRIMENTO	Patrícia Vaz/96	GS-RC	4.66	Pombal	05.12.09
QUADRUPLO SALTO	Margarida Oliveira/08	GRE	11.52	Pombal	15.12.19
PESO 2	Carolina Fernandes/01	SUOVAIS	<b>14.62*</b>	Pombal	20.12.14
TRIATLO	Patrícia Vaz/96	GS-RC	1.432 Pts	Pombal	24.01.09
	PESO – 8.40/60MB – 10.93/COMP.– 4.62				

\* Record Nacional

Iniciados Femininos					
60 M	Érica Grangeia/00	GS-RC	8.06	Pombal	01.03.15
250 M	Margarida Oliveira/08	GRE	<b>33.75*</b>	Pombal	08.12.21
300 M	Margarida Oliveira/08	GRE	41.54	Pombal	07.01.23
800 M	Margarida Oliveira/08	GRE	2.23.84	Pombal	19.01.22
1.000 M	Mafalda Silva/75	FCINGOTE	3.15.0	Braga	26.02.89
1500 M	Stela Fernandes/06	GS	5.00.12	Pombal	23.02.20
60 M Bar. (0.76)	Susan Maia/97	GS-RC	9.65	Pombal	26.02.12
3.000 M MX	Antónia Ladeira/95	ASCV	17.41.6	Pombal	05.12.09
ALTURA	Karina Carvalho/75	UDT	1.60	Aveiro	24.02.90
COMPRIMENTO	Lurdes Oliveira/04	UCE	5,43	Oeiras	18/19.05.19
TRIPLO SALTO	Ausenda Barata/88	SUOVAIS	10.17	Alpiarça	15.02.03
QUADRUPLO SALTO	Inês Arada/98	GS-RC	11.91	Pombal	24.02.13
PESO 3	Sónia Grácio/74	SCFIG	<b>12.42*</b>	Coimbra	11.03.89
4 x 200 M	Patrícia Fonseca/Alexandra Carvalho	ACM	1.57.1	Pombal	05.12.09
	Marta Morgado/Mª Manuel Silva				
PENTATLO	Catarina Mota/84	SUOVAIS	2.533 Pts	Espinho	20.12.98
	60 M=8.53 ALT.= 1.39 PESO = 8.69				
	COMP. = 4.24 60 MB =11.12				
TRIATLO	Margarida Oliveira/08	GRE	1.752 Pts	Pombal	18.03.23
	COMP. – 5.11/ 60MB – 9.85/PESO – 7,80				

\* RECORD NACIONAL

Juvenis Femininos					
50 M	Cláudia Gomes/66	ACM	7.0	Coimbra	31.01.82
60 M	Érica Granjeia	GS	7.91	Pombal	05.03.16
200 M	Érica Granjeia/00	GS	25.75	Pombal	22.01.17
300 M	Margarida Oliveira/08	GRE	41.54	Pombal	07.01.23
400 M	Cristiana Cunha/91	GS-RC	60.87	Pombal	02.02.08
800 M	Stela Fernandes/06	GS	2.14.58	Braga	13.02.22
1.500 M	Stela Fernandes/06	GS	4.37.14	Pombal	25.02.23
3.000 M	<b>Stela Fernandes/06</b>	<b>GS</b>	<b>10.02.00</b>	<b>Pombal</b>	<b>30.12.23</b>
60 M Bar.(0.76)	Lurdes Oliveira/04	GRE	9.06	Pombal	09.02.20
3.000 M MX	Antónia Ladeira/95	ASCV	17.41.6	Pombal	05.12.09
4 x 200 M	Joana Santos /Daniela Mota	GRE	1.52.06	Pombal	05.01.20
	Inês Brites/Lurdes Oliveira				
4 x 300 M	Maria Leonor Santos/Branca Fernandes	ACDRSQ	3.22,59	Braga	05.02.23
	Ana Luísa Silva/Rita Ferreira				
ALTURA	Karina Carvalho/75	UDT	1.60	Aveiro	24.02.90
	Érica Gomes/94	AAC	1.60	Pombal	08.12.10
COMPRIMENTO	Lurdes Oliveira/04	GRE	5.67	Pombal	15.02.20
TRIPLO SALTO	Leonor Saraiva	GRE	10.70	Pombal	14.01.23
VARA	Francisca Reis/01	GS	2.20	Pombal	22.01.17
PESO 3	Sónia Grácio/74	SUOVAIS	<b>15.50*</b>	Coimbra	30.12.91
TRIATLO OPCIONAL	Lurdes Oliveira/04 COMP.= 5.39/60M =7.96/PESO 3 =7,94	GRE	1.923 Pts	Alpiarça	29.02.20
TRIATLO	Rute Lopes/92	GS-RC	1.927 Pts	Pombal	24.01.09
	ALT.= 1.59/60MB =9.79/PESO 3 =8.79				
PENTATLO	Lurdes Oliveira/04	GRE	3.108 Pts	Madrid	25.01.20
	60MB= 9.13 ALT.= 1.44 PESO = 8.69				
	COMP. = 5.36 800M= 2.40.57				
<b>* RECORD NACIONAL</b>					

Juniors Femininos					
50 M	Cláudia Gomes/66	ACM	7.0	Coimbra	31.01.82
60 M	Sara Seabra/01	GRE	7.68	Pombal	15.02.20
60 M Bar. (0,84)	Elisabete Silva/98	UCE	9.01	Pombal	19.02.17
200 M	Sara Seabra/01	GRE	25.24	Pombal	25.01.20
300 M	Margarida Oliveira/08	GRE	41.54	Pombal	07.01.23
400 M	Joana Barreto Santos	GRE	58.29	Pombal	25.02.23
800 M	Stela Fernandes/06	GS	2.14.58	Braga	13.02.22
1.500 M	Stela Fernandes/06	GS	4.37.14	Pombal	25.02.23
3.000 M	<b>Stela Fernandes/06</b>	<b>GS</b>	<b>10.02.00</b>	<b>Pombal</b>	<b>30.12.23</b>
4 x 200 M	Marta Serra/Andreia Eliseu	GRE	1.46.71	Pombal	04.01.20
	Lurdes Oliveira /Sara Seabra				
4 x 400 M	Sílvia Soares/Daniela Lopes	GS-RC	4.08.72	Espinho	25.01.09
	Rute Lopes/Cristiana Cunha				
3.000 M MX	Antónia Ladeira/95	ASCV	17.41.6	Pombal	05.12.09
ALTURA	Karina Carvalho/75	UDT	1.60	Aveiro	24.02.90
	Érica Gomes/94	AAC	1.60	Pombal	08.12.10
COMPRIMENTO	Lurdes Oliveira/04	GRE	5.68	Braga	12.02.22
TRIPLO SALTO	Lurdes Oliveira/04	GRE	11.27	Pombal	20.02.22
VARA	Joana Santos/85	GSADF	2.25	Braga	17.01.04

PESO 4	Sónia Grácio/74	SUOVAIS	14.51	Coimbra	23.12.93
TRIATLO	Catarina Mota/84	SUOVAIS	1.461 Pts	Espinho	28.12.02
	60MB = 10.87/COMP.=4.66/PESO = 8.53				
TRIATLO 2	Érica Granjeia/00	GS	1.773 Pts	Alpiarça	04.03.17
	60M-7,99/PESO-7,46/COMP-4,99				
PENTATLO	Rute Lopes/92	GS-RC	3.003 Pts	Pombal	08.01.12
	60MB= 10.12/ ALT.= 1.52/ PESO= 9.32				
	COMP.= 4.97/800M= 2.34.91				

Seniores Femininos					
50 M	Helena Pires/ 50	AAC	6.8	Coimbra	1976
	Emília Pires/54	AAC	6.8	Coimbra	1976
60 M	Sara Seabra/01	GRE	7.68	Pombal	15.02.20
200 M	Sara Seabra/01	GRE	25.24	Pombal	25.01.20
300 M	Margarida Oliveira/08	GRE	41.54	Pombal	07.01.23
400 M	Francisca Cantante/99	GRE	57.54	Pombal	19.02.22
800 M	Francisca Cantante/99	GRE	2.07.48	Pombal	27.02.22
1500 M	Francisca Cantante/99	GRE	4.30.02	Pombal	07.02.21
3000 M	Stela Fernandes/06	GS	10.02.00	Pombal	30.12.23
50 M Bar. (0,84)	Helena Pires/ 50	AAC	8.4	Coimbra	1977
60 M Bar. (0,84)	Elisabete Silva/98	UCE	8.84	Pombal	18.02.18
3000 M MX	Margarida Sá/02	GRE	13.48.62	Pombal	11.02.23
4 x 200 M	Marta Serra/Andreia Eliseu	GRE	1.46.71	Pombal	04.01.20
	Lurdes Oliveira /Sara Seabra				
4 x 400 M	Angélica Pereira/Lurdes Oliveira	GRE	4.00.05	Pombal	27.02.22
	Andreia Eliseu/Francisca Cantante				
ALTURA	Cláudia Rodrigues/89	GS-RC	1.71	Pombal	27.02.11
COMPRIMENTO	Cláudia Rodrigues/89	GS-RC	5.74	Pombal	14.01.12
TRIPLO SALTO	Suzana Cruz/98	UCE	12.68	Pombal	03.03.19
VARA	Liliana Manhete/85	GRE	3.00	Braga	15.02.23
PESO 4	Sónia Grácio/74	SUOVAIS	15.17	Coimbra	12.03.94
TRIATLO	Catarina Mota/84	SUOVAIS	1.461 Pts	Espinho	28.12.02
	60MB = 10.87 COMP= 4.66 PESO= 8.53				
PENTATLO	Carolina Ribeiro/00	GRE	3.626 Pts	Pombal	03.03.24
	60MB-9.00-/ALT.-1.66/PESO-09.02				
	COMP.-5.61/800- 2.28.41				

Infantis Masculinos					
60 M	António Lavrenyuk	UCE	7.76	Pombal	09.12.17
150 M	Bruno Bornes/00	GS-RC	19.30	Pombal	22.12.12
60 M Bar. (0.76)	Bruno Bornes/00	GS-RC	9.91	Braga	06.01.13
600 M	André Dias/95	GS-RC	1.44.62	Pombal	27.01.08
1000 M	Santiago Fernandes/09	GS	2.53.87	Pombal	17.12.22
ALTURA	Sérgio Cruz/97	SUOVAIS	<b>1.80*</b>	Pombal	18.12.10
COMPRIMENTO	Pedro Mossâmedes/91	SUOVAIS	5.50	Braga	31.01.04
PESO 3	João Dias/97	SUOVAIS	<b>15.50*</b>	Pombal	18.12.10
TRIATLO	Pedro Mossâmedes/91	SUOVAIS	1.677 Pts*	Braga	31.01.04
	60MB-9.92/COMP.-5.50/PESO- 12.55				

**\*Recorde Nacional**

Iniciados Masculinos					
60 M	Xavier Rato/99	GS-RC	7.18	Braga	27.12.14
250 M	Rafael Martins/96	GS-RC	<b>30.18*</b>	Pombal	18.12.11
300 M	João Abrantes/91	GSADF	40.60	Espinho	15.01.06
800 M	Miguel Figueira /95	ACT	2.03.41	Pombal	08.12.10
1.000 M	Gonçalo Oliveira/99	GS/RC	2.48.12	Pombal	28.12.14
1.500 M	Alexandre Lucas/05	CPTSC	4.02.39*	Pombal	26.12.20
60 M Bar.(0,84)	Tiago Gonçalves/90	GSADF	8.54	Espinho	16.01.05
PESO 4	Leandro Ramos/00	GS	16.44	Braga	20.12.15
ALTURA	Pedro Ferreira/93	SUOVAIS	1.83	Pombal	07.12.08
COMPRIMENTO	Pedro Ferreira/93	SUOVAIS	6.45	Pombal	06.12.08
TRIPLO	Pedro Ferreira/93	SUOVAIS	12.89	Pombal	19.12.08
VARA	Pedro Palma/61	AAC	3.40	Coimbra	25.01.76
TRIATLO	Pedro Mossâmedes/91	SUOVAIS	1.981 Pts	Braga	11.02.06
	60MB- 9.36/COMP.-6.06/PESO- 13.75				
PENTATLO	Vítor Rodrigues/84	SUOVAIS	2.508 Pts	Espinho	20.12.98
	60M- 7.87/COMP.- 5.34/PESO- 9.92				
	60B- 10.46 ALT.-1.61				

**\*Recorde Nacional**

Juvénis Masculinos					
60 M	Xavier Rato	GS-RC	7.07	Braga	07.02.15
60 M Bar.(0,91)	Nuno Guerra/77	SNAC	8.1	Coimbra	12.03.94
	David Neves	CPTSC	8.47	Pombal	03.02.19
200 M	Xavier Rato	GS	22.74	Pombal	31.01.16
300 M	Mauro Pereira	GS	<b>35.72 *</b>	Pombal	06.12.15
400 M	Joel Oliveira/95	GS-RC	51.59	Pombal	22.01.12
800 M	Alexandre Lucas/05	CPTSC	1.54.25	Braga	13.02.22
1500 M	Alexandre Lucas/05	CPTSC	3.59.96	Braga	02.01.22
3.000 M	Alexandre Lucas/05	CPTSC	8.41.20	Pombal	12.12.21
4 x 200 M	Xavier Rato/99-Leonardo Soares/98	GS-RC	1.37.85	Pombal	01.02.15
	Gonçalo Oliveira/99-Mauro Pereira/98				
4X300	Fernando Vicente/04 - João Salgado/03	GRE	2.37.58	Pombal	08.02.20
	Rodrigo Fonseca/03- João Francisco/03				

4 x 400 M	Nuno Santos/Vítor Rodrigues	SUOVAIS	3.35.97	Espinho	25.02.01
	André Girão/Nicolau Ferreira				
MILHA	João Bernardo/93	GS-RC	4.45.03	Pombal	10.01.09
PESO 5	Nuno Serra/74	SUOVAIS	16.27	Coimbra	30.12.91
ALTURA	Pedro Mossâmedes/91	SUOVAIS	1.96	Alpiarça	02.02.08
COMPRIMENTO	Pedro Ferreira/93	SUOVAIS	6.95	Pombal	08.12.10
VARA	Rodrigo Silva/05	CPTSC	3.94	Pombal	19.02.22
TRIPLO SALTO	Kevin Wilson/90	ADRTS	13.80	Espinho	14.01.06
TRIATLO	Pedro Mossâmedes/91	SUOVAIS	2.237 Pts	Alpiarça	02.02.08
	60MB- 8.90/PESO- 13.57/ALT-1.96				
TRIATLO 2	Leandro Ramos/00	GS/RC	1.920 Pts	Alpiarça	04.03.17
	PESO-16,13/60M-7,91/COMP-5,47				
HEXATLO	Vítor Rodrigues/84	SUOVAIS	3.441 Pts	Espinho	04.02.01
	60M- 7.61/COMP- 5.66/ PESO- 11.42				
	60B- 9.56/ ALT- 1.78/ 1.000- 3.09.74				
HEPTATLO	Samuel Sousa/03	GRE	3.885 Pts	Pombal	15.12.19
	60 = 7.83 ALT.= 1.71 PESO = 10.95 COMP = 6.08				
	60B= 9.34 VARA = 2.70 1.000M = 3.04.92				

**\*RECORD NACIONAL**

Juniors Masculinos					
50 M	Carlos Pereira/78	SNAC	6.5	Alpiarça	25.01.97
60 M	Frederico Curvelo/97	AAC	7.03	Pombal	18.01.15
	Miguel Cabral/97	GS/RC	7.03	Pombal	18.02.15
	Xavier Rato	GS	7.03	Pombal	29.12.18
60 M (1,06)	Carlos Pereira/78	C+S MC	8.54	Braga	18.02.96
60 M (1.00)	David Neves/02	CPTSC	8.48	Pombal	16.02.20
200 M	Mauro Pereira	GS	22.19	Pombal	06.03.16
300 M	Mauro Pereira	GS	35.72	Pombal	06.12.15
400 M	Jão Fonseca/96	GS-RC	48.97	Pombal	21.02.15
800 M	João Fonseca/96	GS-RC	1.49.95	Pombal	22.02.15
1500 M	Rogério Amaral/01	CPTSC	3.51.93	Pombal	25.01.20
3.000 M	Rogério Amaral/01	CPTSC	8.22.34	Pombal	01.02.20
4 x 200 M	Joel Oliveira/Miguel Figueira	GS-RC	1.33.58	Pombal	09.02.14
	Miguel Cabral/Joel Jesus				
4 x 400 M	Fernando Almeida/Samuel Martinho	GSADF	3.27.55	Espinho	06.03.05
	Marco Costa/José Martins				
PESO 6	Hedson Trindade/89	GS-RC	14.75	Pombal	16.12.07
PESO 7	Nuno Serra/74	SUOVAIS	15.03	Coimbra	23.12.93
ALTURA	Rodolfo Brites/91	GS-RC	2.00	Pombal	12.12.09
COMPRIMENTO	Miguel Costa /94	GS-RC	7.11	Pombal	23.02.13
TRIPLO SALTO	Pedro Ferreira/93	SUOVAIS	14.26	Pombal	23.01.11
VARA	Rodrigo Silva/05	CPTSC	3.94	Pombal	19.02.22
5000 M MX	Helder Santos /96	GS-RC	22.29.23	Pombal	25.01.15
TRIATLO	Vítor Rodrigues/84	SUOVAIS	1.810 Pts	Aveiro	22.12.01
	60MB=9.32/COMP.= 6.05/ PESO 7= 10.83				
HEPTATLO	Vítor Rodrigues/84	SUOVAIS	4.466 Pts	Espinho	10.02.02
	60M=7.0/COMP.=6.30/PESO 7= 12.04				
	ALT.= 1.78/60MB= 9.50/VARA= 3.30				
	1.000M= 2.53.86				

Seniores Masculinos					
50 M	Pedro Iglésias/62	ACM	6.0	Coimbra	31.01.82
60 M	Wilson Pedro/98	CPTSC	6.81	Lisboa	16.01.22
60 M (1,06)	Luís Fernandes/82	GS-RC	8.14	Espinho	20.02.11
200 M	Mário Barbosa/77	GSADF	21.83	Espinho	26.02.06
300 M	Mauro Pereira/98	GS	35.72	Pombal	06.12.15
400 M	Mauro Pereira/98	CPTSC	47.48	Braga	13.02.21
800 M	João Fonseca/96	GS-RC	1.49.95	Pombal	22.02.15
1500 M	Rogério Amaral/01	CPTSC	3.49.02	Braga	13.02.21
3000 M	Rogério Amaral/01	CPTSC	8.02.55	USA **	21.01.23
4 x 200 M	Pedro Santos/Rodolfo Varela	AAC	1.33.15	Braga	01.02.03
	Hugo Simões/Bruno Tavares				
4 x 400 M	Henrique Marques /Miguel Figueira	GS-RC	3.22.47	Pombal	10.02.13
	João Fonseca/José Martins				
PESO 7	Nuno Serra/74	GSADF	15.82	Espinho	18.01.04
ALTURA	Hedson Trindade/89	GS-RC	2.01	Pombal	31.01.10
COMPRIMENTO	João Dias/84	GS-RC	7.25	Pombal	11.02.12
TRIPLO SALTO	João Dias/84	GS-RC	15.39	Pombal	27.02.11
VARA	Isaac Lopes/90	AAC	4.78	Espinho	18.02.12
5000 M MX	Virgílio Soares/59	SNAC	20.10.6	Braga	19.02.94
TRIATLO	Vítor Rodrigues/84	SUOVAIS	1.810 Pts	Aveiro	22.12.01
	60MB= 9.32/ COMP.= 6.05/ PESO7= 10.83				
PENTATLO	Vítor Rodrigues/84	SUOVAIS	3.743 Pts	Alpiarça	15.01.05
	60M= 7.20/ COMP.= 6.59/ PESO= 13.21				
	60MB= 8.68/ ALT.= 1.90				
HEPTATLO	Vítor Rodrigues/84	SUOVAIS	4.719 Pts	Espinho	13.02.05
	60M= 7.32/ COMP.= 6.71/ PESO7= 12.42				
	ALT.= 1.93/ 60MB= 8.81/ VARA= 3.30				
	1.000M= 3.05.62				

\*\* Carolina do Sul - USA