

Associação de Atletismo de Viana do Castelo
Recordes Regionais de Ar Livre

Femininos

Infantis (Sub 14)

60 metros	8,28	Fátima Coutinho	CAM	28/04/12	VCT
60 m Barr 76	10,40	Marta Lisboeta	CAOV	07/05/17	VCT
150m	20,81	Fátima Coutinho	CAM	28/01/12	VCT
600m	1.41.95	Catarina Ferreira	CAAV	29/05/11	VCT
1000 metros	3.06.48	Catarina Ferreira	CAAV	07/05/11	GUIM
4X60	32.91	CAOV	CAOV	19/07/17	VCT
<small>(Marta Lisboeta/Patricia Gigante/Sofia Queirós/ Joana Penela)</small>					
3000 m MX	24.42,83	Beatriz Baptista	GDEN	21/06/08	ARCOS
Altura	1.48	Claudia Carvalhido	GDEN	19/07/92	BRG
Comprimento	4,90	Scarlett Saleiro	CAM	28/05/11	VCT
Dardo 400	32,06	Célia Dantas	ADCL	16/06/23	VCT
Quadruplo	12.89	Sofia Queirós	CAOV	25/11/17	VCT
Peso 2	11,04	Cláudia Ferreira	CYCL	19/11/11	GUIM
Disco 0.600	26,50	Vera Martins	ADCL	07/06/14	VCT
Martelo2kg	45,64	Daniela Paço	ADCL	12/12/09	CERV
Triatlo AL	1129	Daniela Coutinho	CAM	21/12/08	ARCOS
Pentatlo	2494	Fátima Coutinho	CAM	06/05/12	MAIA

Iniciados (Sub16)

80 metros	10,19	Lara Rego	CAM	08/06/19	LAGOA
80 m Barr 76	12,64	Marta Lisboeta	CAOV	16/06/18	VCT
250m	34,08	Lara Rego	CAM	26/05/19	VCT
250m Barr 76	37,86	Marta Lisboeta	CAOV	15/06/19	VCT
800 metros	2.19,22 pc	Juliana Dias	CAAV	28/01/12	BRG
1000 metros	3.00,15	Juliana Dias	CAAV	24/03/12	LSB/IN
1500 metros	4.47.89	Analídia Torre	SCVi	04/05/91	LSB/N
1500m Obst.	5.22,72	Anita Fernandes	CAAV	05/06/10	LEIRIA
4X80	41,21	EBS Monte da Ola	OLA	11/05/19	LOUSD
<small>(Marta Lisboeta / Filipa Rego / Sofia Queirós / Lara Rego)</small>					
4000 m MX	22.16,6 m	Fiona Fernandes	ADA	26/05/07	VCT
Altura	1,61	Marta Lisboeta	CAOV	13/07/19	FATIMA
Comprimento	5,34	Sara Esteves	CAM	11/06/06	VCT
Vara	2,51	Benedita Amorim	ACDAV	22/06/19	VCT
Triplo	11,22	Sara Esteves	CAM	13/06/07	VCT
Quadruplo	14,29	Marta Lisboeta	CAOV	13/05/19	ARCOS
Peso 3	12,41	Inês Fernandes	SCV	21/06/03	ABRT
Dardo 500	40,38	Cláudia Ferreira	CYCL	23/06/13	GUIM
Disco 0.75	36,19	Ana Durão	ADCL	20/07/01	CERV
Martelo 3	53,64	Maria João Rodrigues	ADCL	27/07/11	VCT
Triatlo AL	1747	Marta Lisboeta	CAOV	16/02/19	VCT
Heptatlo	4240	Marta Lisboeta	CAOV	28/04/19	VCT

Juvenis (Sub18)

100 metros	12,13	Sara Esteves	CAM	17/05/09	ALBUF
200 metros	24,95	Diana Cerqueira	CAM	07/07/10	BRAGA
300 metros	42,71	Juliana Dias	CAAV	08/06/14	VCT
800 metros	2.13.68	Juliana Dias	CAAV	05/07/14	LUSO
1000 metros	3.00,15	Juliana Dias	CAAV	24/03/12	LSB/IN
1500 metros	4.39.12	Analídia Torre	SCVi	19/06/93	LSB/N
2000m Obst.	7.48.85	Leticia Rodrigues	ACDAV	18/06/22	VCT
3000 metros	10.10,04 pc	Lúcia Ribeiro	CAOV	20/01/08	BRG
100 m Barr 76	14,66	Marta Lisboeta	CAOV	10/07/21	VCT
300 m Barr 76	46,28	Marta Lisboeta	CAOV	11/07/21	VCT
4X100	49,77	CAM		27/06/09	LUSO
<small>(Alexandra Meira/Ana Almeida/Diana Cerqueira/Sara Esteves)</small>					
4X300	3.04,04	CAM		28/06/09	LUSO
<small>(Ana Almeida/Daniela Coutinho/Diana Cerqueira/Sara Esteves)</small>					
5000 m MX	28.29,24	Fiona Fernandes	ADA	02/06/07	VCT
Altura	1.69 pc	Marta Lisboeta	CAOV	28/12/21	BRAGA
Comprimento	5,86	Marta Lisboeta	CAOV	17/07/21	LOUSADA
Vara	2,81	Benedita Amorim	ACDAV	24/04/21	ARCOS
Triplo	11,97 pc	Sara Esteves	CAM	31/01/09	ESPINHO
Peso 3	13,99	Inês Fernandes	SCV	16/04/05	VCT
Dardo 500	50,20	Cláudia Ferreira	CS	08/08/15	LEIRIA
Disco 1	34,12	Inês Fernandes	SCV	28/07/04	CERV
Martelo 3	64,85	Ana Durão	ADCL	08/06/03	VCT
Triatlo AL	2054	Sara Esteves	CAM	21/12/08	ARCOS
Hepatio	4739	Marta Lisboeta	CAOV	30/05/21	VRSA

Juniiores (Sub20)

100 metros	11,98	Diana Cerqueira	CAM	09/07/11	LSB/U
200 metros	24,49	Diana Cerqueira	CAM	10/07/11	LSB/U
400 metros	57,60	Carla Moreira	ADCU	18/07/98	MAIA
800 metros	2.13,16	Juliana Dias	CAAV	05/07/15	BRG
1000 metros	3.00,15	Juliana Dias	CAAV	24/03/12	LSB/IN
1500 metros	4.30.43	Analídia Torre	CAOV	15/07/95	VIS
3000 metros	9.41.30 m	Analídia Torre	CAOV	13/07/95	BRG
100 m Barr 84	14,66	Marta Lisboeta	CAOV	02/07/22	BRG
400 m Barr 76	64,70	Carla Moreira	ADCU	10/05/98	V.R.SªA
4X100	49,58	CAM		10/07/10	GUIM
<small>(Sara Esteves/Alexandra Meira/Diana Cerqueira/Ana Almeida)</small>					
4X400	4.11.31	SCV		28/07/91	MAIA
<small>(Analídia Torre/Luisa Azevedo/Rosa Lima/Sandra Gonçalves)</small>					
3000m Obst.	11.35,46	Lúcia Ribeiro	CAOV	03/07/10	SETÚBAL
5000 m MX	25.26.00	Sandra Oliveira	SCV	04/07/92	VIS
10000 m MX	65 23,53	Mariana Patrão	CAM	02/07/11	GUIM
Altura	1,76	Marta Lisboeta	CAOV	04/06/23	BEJA
Comprimento	5,86	Marta Lisboeta	CAOV	17/07/21	LOUSADA
Vara	3,15	Benedita Amorim	ACDAV	31/07/22	VAGOS
Triplo	11,97 pc	Sara Esteves	CAM	31/01/09	ESPINHO
Peso 4	13,02	Maria Fernandes	SCV	08/04/01	LEI
Dardo 600	49,85	Cláudia Ferreira	CS	09/07/16	WISEU
Disco 1	42,78	Cristina Araújo	ADCL	09/07/97	CERV
Martelo 4	61,47	Ana Durão	ADCL	23/05/04	HALLE
Heptatlo	4873	Marta Lisboeta	CAOV	04/06/23	BEJA

Seniores

100 metros	11,98	Diana Cerqueira	CAM	09/07/11	LSB/U
200 metros	24,49	Diana Cerqueira	CAM	10/07/11	LSB/U
400 metros	57,60	Carla Moreira	ADCU	18/07/98	MAIA
800 metros	2.09,8 m	Dores Leal	SCVi	22/07/93	VIGO
1000 metros	2.59,23 pc	Conceição Lisboeta	CAC	11/01/97	BRG
1500 metros	4.15.61	Analídia Torre	CAOV	05/07/00	LSB
3000 metros	9.06.95	Analídia Torre	CAOV	16/06/01	LSB
5000 metros	15.35.31	Analídia Torre	CAOV	13/08/00	COIMBRA
10000 metros	33.50.17	Analídia Torre	CAOV	01/04/00	LSB
Maratona	2.35.13	Manuela Machado	CAC	26/12/00	LSB
100 m Barr 84	14,66	Marta Lisboeta	CAOV	02/07/22	BRG
400 m Barr 76	64,70	Carla Moreira	ADCU	10/05/98	V.R.SªA
4X100	49,58	CAM		10/07/10	GUIM
<small>(Sara Esteves/Alexandra Meira/Diana Cerqueira/Ana Almeida)</small>					
4X200	1.51.99 pc	CAM		08/01/11	POMBAL
<small>(Diana Cerqueira/Alexandra Meira/Daniela Carvalho/Ana Almeida)</small>					
4X400	4.11.31	SCV		28/07/91	MAIA
<small>(Analídia Torre/Luisa Azevedo/Rosa Lima/Sandra Gonçalves)</small>					
3000 m Obst	10.12.57	Analídia Torre	CAOV	14/06/00	VCT
5000 m MX	25.26.00	Sandra Oliveira	SCV	04/07/92	VIS
10000 m MX	53:39.52	Juliana Galvão	ACDAV	29/07/23	BRG
20km Marcha	01:49:15	Juliana Galvão	ACDAV	07/01/24	Porto de Mós
Altura	1,76	Marta Lisboeta	CAOV	04/06/23	BEJA
Comprimento	5,86	Marta Lisboeta	CAOV	17/07/21	LOUSADA
Vara	3,15	Benedita Amorim	ACDAV	31/07/22	VAGOS
Triplo	11,97 pc	Sara Esteves	CAM	31/01/09	ESPINHO
Peso 4	13,02	Maria Fernandes	SCV	08/04/01	LEI
Dardo 600	50,76	Magali Jimenez*	ADCL	12/07/23	VCT
Dardo 600	49,85	Cláudia Ferreira	CS	09/07/16	WISEU
Disco 1	43,52	Cristina Araújo	ADCL	14/06/98	MAIA
Martelo 4	68,61	Mayra Gaviria*	ADCL	03/07/23	El Salvador
Martelo 4	61,47	Ana Durão	ADCL	23/05/04	HALLE
Heptatlo	4873	Marta Lisboeta	CAOV	04/06/23	BEJA

(*) atleta estrangeiro(a)