



## Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

### Recordes Regionais

Em 02/07/17

Sexo: **Masculino**

Escalão: **Sub-23**

Tipo de Provas: **Programa Nacional**

Prova	Marca	Atleta	D.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
100 m	10,56	Dany Gonçalves	14/03/85	CSM	Lisboa (U)	28.jul.2007	
200 m	21,39	Ricardo Ribeiro	21/02/95	AJS	Pombal	28.jun.2015	
					Salamanca /ESP	4.jun.2016	
400 m	47,05	Wilson Ogbeide (NIG)	26/04/77	GDE	Maia	3.jul.1999	
800 m	1 47,46	Diogo Sousa	28/11/83	GDE	Barcelona	9.jul.2004	
1.500 m	3 43,20	Marco Rebelo	18/03/73	CSM	Lisboa (U)	17.jun.1995	
5.000 m	14 16,47	Alberto Paulo	03/10/85	CSM	Leiria	26.mai.2007	
110 m Barreiras	14,42	Paulo Neto	11/03/97	AJS	Pombal	2.jul.2017	
400 m Barreiras	51,89	Sérgio Duro	19/02/80	GDE	Cáceres	12.jun.2002	
3.000 m Obstáculos	8 36,98	Alberto Paulo	03/10/85	CSM	Debrecen	13.jul.2007	
Altura	2,15	Paulo J. Gonçalves	05/03/85	GDE	Covilhã	9.jun.2007	
Vara	5,10	Décio Faria	23/07/91	AJS	Ribeira Brava	12.jul.2013	
Comprimento	7,41	Diogo Espinha	08/10/87	CSM	Guarda	5.jul.2008	
Triplo	15,39	Diogo Espinha	08/10/87	CSM	Guarda	6.jul.2008	
Peso	16,04	Marçal Rodrigues	10/07/90	CSM	Funchal	1.jul.2010	
Disco	48,60	Miguel Pinto	13/06/84	GDE	Luso	15.jun.2006	
Dardo	68,41	Hélder Pestana	11/02/87	GDE	Covilhã	9.jun.2007	
Martelo	61,06	Décio Andrade	25/01/97	GDE	Pombal	2.jul.2017	
10.000 m Marcha	45 09,76	Xavier Sousa	20/10/96	AJS	Maia	25.jun.2016	
Decatlo	6 263 p	Alberto Miguel Fraga	29/02/80	GDE	Lisboa (I)	5.jun.2000	11"30 . 6,82 . 10,72 . 1,83 . 52"23 / 16"34 . 31,42 . 4,17 . 37,52 . 5'03"04
4 x 100 m	43,09	C. S. Marítimo	1984	CSM	Maia	28.jun.2003	Ivo Graça 1984 + Filipe Santos 1984 + Bruno Santos 1985 + José Moura 1986
4 x 400 m	3 16,00	C. S. Marítimo	1981	CSM	Lisboa(U)	8.jun.2003	Hermano Gouveia 81 + Nuno Mendes 81 + Ivo Graça 84 + Bruno Santos 85



## Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

### Recordes Regionais

Em 10/05/17

Sexo: **Masculino**

Escalão: **Sub-23**

Tipo de Provas: **Pista Coberta**

Prova	Marca	Atleta	D.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
60 m	6,95	Ricardo Ribeiro	21/02/95	AJS	Pombal	20.fev.2016	
200 m	21,89	Ricardo Ribeiro	21/02/95	AJS	Pombal	6.mar.2016	
400 m	48,83	Sérgio Duro	19/02/80	GDE	Espinho	12.jan.2002	
800 m	1 49,51	Diogo Sousa	28/11/83	GDE	Espinho	26.fev.2005	
1.500 m	3 51,85	Diogo Sousa	28/11/83	GDE	Espinho	8.mar.2005	
3.000 m	8 12,74	Eduardo M'bengani	08/01/85	CSM	Pombal	11.fev.2007	
60 m Barreiras	8,27	Paulo Neto	11/03/97	AJS	Pombal	6.mar.2016	
Altura	2,13	Paulo J. Gonçalves	05/03/85	GDE	Espinho	14.fev.2007	
Vara	4,78	Décio Faria	23/07/91	AJS	Espinho	18.fev.2012	
Comprimento	7,25	Diogo Espinha	08/10/87	CSM	Espinho	18.fev.2007	
Triplo	14,70	Diogo Espinha	08/10/87	CSM	Espinho	3.fev.2007	
Peso	15,21	Marçal Rodrigues	10/07/90	CSM	Espinho	7.fev.2010	
5.000 m Marcha	21 56,05	José Eduardo Garcia	11/05/76	CSM	Braga	15.fev.1997	
Heptatlo	4 878 p	Alberto Miguel Fraga	29/02/80	GDE	Espinho	20.fev.2000	7"05 . 6,68 . 11,92 . 1,84 / 8"98 . 4,20 . 3'00"03
4 x 200 m	1 32,55	C. S. Marítimo	1980	CSM	Espinho	10.fev.2001	Hermano Gouveia 1981 + Nuno Mendes 1981 + Bruno Aguiar 1981 + Alberto Miguel Fraga 1980
4 x 400 m	3 23,71	C. S. Marítimo	1980	CSM	Espinho	11.fev.2001	Hermano Gouveia 1981 + Alberto Miguel Fraga 1980 + Bruno Aguiar 1981 + Nuno Mendes 1981



## Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

### Recordes Regionais

Em 20/12/17

Sexo: **Masculino**

Escalão: **Sub-23**

Tipo de Provas: **Outras provas**

Prova	Marca	Atleta	D.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
50 m	6,09	Alberto Miguel Fraga	29/02/80	CSM	Funchal	15.Dec.2001	
300 m	34,96	Micael Franco	31/08/95	GDE	Ribeira Brava	16.Dec.2017	
500 m	1 04,59	Nuno Mendes	27/07/81	CSM	Lisboa (U)	6.Jan.2001	
1.000 m	2 26,52	Marco Rebelo	18/03/73	CDN	Funchal	16.Jul.1994	
2.000 m	5 33,5	Marco Rebelo	18/03/73	CDN	Funchal	1.Apr.1992	
3.000 m	8 13,80	Alberto Paulo	03/10/85	CSM	Espinho	18.Feb.2007	
10.000 m	29 45,8	José Frias	20/06/59	CSM	Lisboa (N)	2.May.1981	
Meia Maratona	1:10'17"	Paulo Macedo	09/03/93	ADRAP	Ovar	18.Oct.2015	
200 m Barr.	24,71	Sérgio Duro	19/02/80	GDE	Amadora	27.Oct.2001	
5.000 m Marcha	21 15,08	José Eduardo Garcia	11/05/76	CSM	Funchal	12.Mar.1997	
1 hora Marcha (pista)	12.556 m	Daniel Neves	20/10/82	GDE	Quarteira	17.Apr.2004	
15.000 m Marcha	1:13'45"0	Daniel Neves	20/10/82	CSM	Lisboa ( U)	13.Jul.2002	
20.000 m Marcha (pista)	1:39'48"5	José Eduardo Garcia	11/05/76	CSM	Maia	4.May.1996	
20 Km Marcha (Estrada)	1:33'23"	Rui Teixeira	27/07/77	CSM	Rio Maior	27.Mar.1999	
30 Km Marcha (Estrada)	2:32'04"	Rui Teixeira	27/07/77	CSM	Torres Vedras	10.Jan.1999	
35 Km Marcha (Estrada)	3:12'22"	Daniel Neves	20/10/82	CSM	Valongo	16.Feb.2002	
4 x 200 m	1 32,55	C. S. Marítimo	1980	CSM	Espinho - pc	10.Feb.2001	Hermano Gouveia 1981 + Nuno Mendes 1981 + Bruno Aguiar 1981 + Alberto Fraga 1980
Estafeta Olímpica	3 26,4	G. D. Estreito	1993	GDE	Machico	17.May.2015	Pedro A. Freitas 1996 + Renan Gregório 1996 + Paulo Ornelas 1993 + Pedro Oliveira 1994