

## Recordes Regionais

Em 02/02/18

Sexo: <b>Masculino</b>		Escalação: <b>Absolutos</b>		Tipo de Provas: <b>Programa Olímpico</b>			
Prova	Marca	Atleta	D.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
100 m	10,39	Dany Gonçalves	14/03/85	CSM	Ribeira Brava	17.Jun.2009	e Leiria 20.Jun.2009
200 m	21,12	Vitor Jorge	28/11/74	GDE	Lisboa (U)	18.Jul.1998	
400 m	46,77	Sérgio Duro	19/02/80	GDE	Lisboa (U)	5.Jun.2004	
800 m	1 47,46	Diogo Sousa	28/11/83	GDE	Barcelona	9.Jul.2004	
1.500 m	3 40,98	Marco Rebelo	18/03/73	CSM	Funchal	25.Jul.1998	
5.000 m	13 59,25	Alberto Paulo	03/10/85	CSM	Leiria	17.Jul.2010	
10.000 m	29 40,3	José Frias	20/06/59	GSS	Lisboa (N)	21.Apr.1984	
Maratona	2:19'31"	Tiago F. Silva	31/05/86	ADRAP	Berlim /GER	28.Sep.2014	
110 m Barreiras	14,42	Paulo Neto	11/03/97	AJS	Pombal	2.Jul.2017	
400 m Barreiras	50,04	Sérgio Duro	19/02/80	GDE	V.R.S.António	10.Jun.2003	
3.000 m Obstáculos	8 22,41	Alberto Paulo	03/10/85	CSM	Daegu /KOR	29.Aug.2011	
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	49,07	Miguel Pinto	13/06/84	GDE	Faro	8.Jun.2008	
Dardo	71,67	Hélder Pestana	11/02/87	GDE	Fátima	31.May.2014	
Martelo	67,17	André Vital e Silva	13/02/80	GDE	Lagos	9.Apr.2006	
20 Km Marcha (Estrada)	1:31'05"	Luís Gil	06/04/75	CSM	Montemor-o-velho	7.Jan.2012	
20.000 m Marcha (pista)	1:30'46"2	Luís Gil	06/04/75	CSM	Leiria	31.Mar.2012	
50 Km Marcha (Estrada)	4:07'46"	Luís Gil	06/04/75	CSM	Pontevedra /ESP	4.Mar.2012	
Decatlo	6 802 p	Alberto Miguel Fraga	29/02/80	CSM	Lisboa (U)	20.Jun.2004	10"94 . 6,86 . 12,72 . 1,88 . 51"66 / 15"42 . 33,93 . 4,05 . 45,62 . 4'59"11
4 x 100 m	42,01	G. D. Estreito	1971	GDE	Viseu	13.Jun.1998	Pedro Feliciano 1973 + Vitor Jorge 1974 + Eurico Teixeira 1980 + Daniel Pó 1971
4 x 400 m	3 16,00	C. S. Marítimo	1981	CSM	Lisboa(U)	8.Jun.2003	Hermano Gouveia 1981 + Nuno Mendes 1981 + Ivo Graça 1984 + Bruno Santos 1985

## Recordes Regionais

Em 02/02/18

Sexo: <b>Masculino</b>		Escalaõ: <b>Absolutos</b>			Tipo de Provas: <b>Pista Coberta</b>		
Prova	Marca	Atleta	D.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
60 m	6,81	Dany Gonçalves	14/03/85	CSM	Pombal	14.Feb.2009	
200 m	21,44	Vitor Jorge	28/11/74	GDE	Espinho	21.Feb.1998	
400 m	47,26	Sérgio Duro	19/02/80	GDE	Espinho	8.Mar.2003	
800 m	1 49,08	Duarte Ponte	11/11/73	GDE	Espinho	6.Feb.2000	
1.500 m	3 48,91	Marco Rebelo	18/03/73	GDE	Espinho	12.Feb.2000	
3.000 m	8 04,95	Licínio Pimentel	12/04/77	GDE	Espinho	15.Feb.2004	
60 m Barreiras	7,93	Amâncio Santos	31/01/77	GDE	Valência	24.Feb.2001	
Altura	2,13	Paulo J. Gonçalves	05/03/85	GDE	Espinho	14.Feb.2007	
Vara	4,85	Helder Fernandes	02/03/77	CSM	Espinho	13.Feb.2005	
Comprimento	7,25	Diogo Espinha	08/10/87	CSM	Espinho	18.Feb.2007	
Triplo	15,34	João Alexandre	01/01/90	GDE	Pombal	11.Feb.2017	
Peso	15,84	André Vital e Silva	13/02/80	GDE	Espinho	26.Feb.2006	
5.000 m Marcha	21 21,01	Luís Gil	06/04/75	CSM	Pombal	13.Feb.2010	
Heptatlo	5 252 p	Alberto Miguel Fraga	29/02/80	CSM	Espinho	15.Feb.2004	7"05 . 7,01 . 13,46 . 1,90 / 8"53 . 4,30 . 3'05"99
4 x 200 m	1 32,55	C. S. Marítimo	1980	CSM	Espinho	10.Feb.2001	Hermano Gouveia 1981 + Nuno Mendes 1981 + Bruno Aguiar 1981 + Alberto Miguel Fraga 1980
4 x 400 m	3 20,16	G. D. Estreito	1978	GDE	Espinho	8.Feb.2003	João Santos 1983 + Vitor Ferreira 1978 + Roberto Aguiar 1984 + Sérgio Duro 1980

## Recordes Regionais

Em 02/02/18

Sexo: **Masculino**

Escalão: **Absolutos**

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	
100 jardas	10,05	Pedro Antunes	22/07/77	GDE	Lisboa (U)	19.Feb.2000	
300 m	33,30	Sérgio Duro	19/02/80	GDE	Viseu	1.May.2003	
500 m	1 04,59	Nuno Mendes	27/07/81	CSM	Lisboa (U)	6.Jan.2001	
1.000 m	2 22,86	Armando Monteiro	20/04/74	GDE	Lisboa (A)	22.May.1997	
Milha	4 01,36	Marco Rebelo	18/03/73	CDN	Marinha Grande	27.Apr.1999	
2.000 m	5 24,2	Marco Rebelo	18/03/73	CSM	Funchal	10.Apr.1996	
3.000 m	8 04,48	Alberto Paulo	03/10/85	CSM	Lisboa (U)	26.Jun.2011	
15.000 m	49 18,0	José Frias	20/06/59	CDN	Funchal	16.Jul.1994	
Hora	18.550 m	José Frias	20/06/59	CDN	Funchal	16.Jul.1994	
20.000 m	1:04'27"0	José Frias	20/06/59	CDN	Funchal	16.Jul.1994	
Meia Maratona	1:03'59"	Alberto Paulo	03/10/85	CSM	Porto	10.Oct.2010	
25.000 m	1:20'07"8	José Frias	20/06/59	CDN	Funchal	16.Jul.1994	
30.000 m	1:41'56"6	José Frias	20/06/59	GDE	Funchal	25.Jul.1996	
200 m Barr.	23,60	Sérgio Duro	19/02/80	GDE	Viseu	1.May.2003	
5.000 m Marcha	21 14,65	Luís Gil	06/04/75	CSM	Maia	29.Jan.2011	
10.000 m Marcha	45 09,76	Xavier Sousa	20/10/96	AJS	Maia	25.Jun.2016	
1 hora Marcha (pista)	12.556 m	Daniel Neves	20/10/82	GDE	Quarteira	17.Apr.2004	
15.000 m Marcha	1:09'37"0	Luís Gil	06/04/75	CSM	Rio Maior	25.Apr.2007	
30 Km Marcha (Estrada)	2:23'52"	Luís Gil	06/04/75	CSM	Cucujães	4.Feb.2007	
35 Km Marcha (Estrada)	3:12'22"	Daniel Neves	20/10/82	CSM	Valongo	16.Feb.2002	
40 Km Marcha (Estrada)	3:21'55"	Luís Gil	06/04/75	CSM	Ferreira Alentejo	3.Mar.2007	
Pentatlo Técnico	3 826 p	Alberto Miguel Fraga	29/02/80	CSM	Alpiarça - pc	20.Dec.2003	7"14 . 6,67 . 13,65 . 8"92 . 1,91
4 x 200 m	1 32,55	C. S. Marítimo	1980	CSM	Espinho - pc	10.Feb.2001	Hermano Gouveia 81 + Nuno Mendes 81 + Bruno Aguiar 81 + Alberto Fraga 80
4 x 800 m	8 58,2	C. S. Marítimo	1938	CSM	Funchal	27.Apr.1969	Alvarino Mendonça 39 + Timóteo Azevedo 47 + Martinho Vieira 38 + Miguel Branco 47
4 x 1500 m	17 00,59	A.D.R. Água de Pena	1982	ADRAP	Ribeira Brava	29.Apr.2017	Bruno Moniz 91 + Edwin Nunes 89 + Paulo Macedo 93 + Silvestre Rodrigues 82
Estafeta Sueca	1 56,82	A.C.D. Jardim da Serra	1985	AJS	Ribeira Brava	13.Jul.2016	Rodrigo Ramos 98 + Dany Gonçalves 85 + Roberto Faria 91+ Ricardo Ribeiro 95
Estafeta Olímpica	3 24,05	A.C.D. Jardim da Serra	1985	AJS	Ribeira Brava	7.Jul.2016	Dany Gonçalves 85 + Ricardo Ribeiro 95 + Roberto Faria 91 + Bruno Silva 89