

Campeões Regionais de 10.000 metros HISTÓRICO

Ano	MASCULINOS			FEMININOS		
1998	-			-		
1999	-			-		
2000	-			-		
2001	Eugénio Pinto	Indiv.	31 53,0	-		
2002	-			-		
2003	-			-		
2004	-			-		
2005	Eugénio Pinto	CAFH	33 58,30	-		
2006	José Marques	GDE	33 00,1	-		
2007	José Marques	GDE	33 40,0	Julieta Gonçalves	CCDTHF	43 56,0
2008	José Marques	GDE	32 18,4	Olga Pinto	GDE	36 48,83
2009	Tiago F. Silva	ADRAP	33 14,17	Olga Pinto	GDE	37 01,50
2010	Edwin Nunes	CAFH	33 10,03	Olga Pinto	CSM	37 47,87
2011	Tiago F. Silva	ADRAP	31 02,30	Cristina Nascimento	CAFH	39 24,02
2012	Carlos E. Freitas	ADRAP	32 26,67	Cristina Nascimento	CAFH	42 31,42
2013	Tiago F. Silva	ADRAP	30 53,86	Daniela Sousa	ADRAP	38 49,43
2014	Tiago F. Silva	ADRAP	30 39,90	Daniela Sousa	ADRAP	38 53,09
2015	Bruno Moniz	ADRAP	31 48,96	Daniela Sousa	ADRAP	36 59,22
2016	Bruno Moniz	ADRAP	31 54,23	Joana Soares	AJS	37 13,41
2017	Roberto Prioste	GDE	30 49,82	Cátia Santos	GDE	35 38,36
2018	Bruno Moniz	ADRAP	30 30,24	Cátia Santos	GDE	35 49,92

Regionais de 10.000 metros

MASCULINOS

FEMININOS

Recordes Absolutos

Rec. Mundo	26 17,53	Kenenisa Bekele	13/06/82	ETH	26/08/05	29 17,45	Almaz Ayana	21/11/91	ETH	12/08/16
Rec. Europa	26 46,57	Mohamed Farah	23/03/83	GBR	03/06/11	30 01,09	Paula Radcliffe	17/12/73	GBR	06/08/02
Rec. Portugal	27 12,47	António Pinto	22/03/66	MCP	30/07/99	30 22,88	Fernanda Ribeiro	23/06/69	FCP	30/09/00
Rec. Regional	29 40,3	José Frias	20/06/59	GSS	21/04/84	33 36,08	Ana Mafalda Ferreira	22/04/88	GDE	24/03/12

Os melhores dos campeonatos regionais de 10.000 m

Rec. Campeonato	30 30,24	Bruno Moniz	08/10/91	ADRAP	10/03/18	35 38,36	Cátia Santos	09/10/92	GDE	18/03/17
2º melhor	30 39,90	Tiago F. Silva	31/05/86	ADRAP	08/02/14	35 56,90	Joana Soares	08/09/93	AJS	18/03/17
3º melhor	30 49,82	Roberto Prioste	15/07/83	GDE	18/03/17	36 48,83	Olga Pinto	31/05/75	GDE	14/06/08
melhor Junior	33 06,41	Manuel Fernandes	16/03/92	CSM	16/04/11	42 18,92	Rute Soares	04/06/99	AJS	18/03/17
melhor sub-23	31 56,17	J. Manuel Gomes	09/04/94	ADRAP	08/02/14	36 59,22	Daniela Sousa	14/09/93	ADRAP	21/03/15
melhor V 35	32 52,34	José Marques	09/11/74	GDE	16/04/11	38 01,99	Cristina Nascimento	23/10/79	AJS	18/03/17
melhor V 40	33 16,29	Carlos Nóbrega	21/04/70	CAFH	21/04/12	42 16,10	Helena Fagundes	01/01/68	CAMAD	06/06/09
melhor V 45	33 49,75	Eugénio Pinto	16/02/68	RCT	08/02/14	43 42,16	Cecília Andrade	02/09/65	CAFH	08/02/14
melhor V 50	36 28,24	Raúl Mendes	13/10/61	RCT	08/02/14	43 52,92				
melhor V 55	37 14,35	Raúl Mendes	13/10/61	RCT	18/03/17	43 52,92	Maria José Jardim	08/01/60	CCDTHF	18/03/17
melhor V 60	42 54,84	João Paulo Vieira	30/03/46	DRA	14/06/08	59 06,55	Maria Tavares	16/03/50	CPCL	08/02/14
melhor V 65	44 38,90	Juvenal Sousa	06/10/48	CMOF	08/02/14	61 54,09	Maria Tavares	16/03/50	ZAPCAR	21/03/15
melhor V 70	52 06,52	Maurício Branco	03/05/40	CPCL	16/04/11	65 30,35	Teresinha Henriques	23/05/40	CDG	28/04/10

MASCULINOS

FEMININOS

Os mais campeões

Tiago F. Silva	ADRAP	4 títulos	Daniela Sousa	ADRAP	3 títulos
Bruno Moniz	ADRAP	3 títulos	Olga Pinto	GDE / CSM	3 títulos
José Marques	GDE	3 títulos	Cátia Santos	GDE	2 títulos
			Cristina Nascimento	CAFH	2 títulos

Os clubes com maior número de títulos individuais

ADR Água de Pena	8	GD Estreito	4
GD Estreito	4	ADR Água de Pena	3
CI Atletismo Funchal	2	CI Atletismo Funchal	2

