

# Recordes Regionais batidos na época 2019/2020

## FEMININOS

Escalão	tipo (al/pc)	Prova	Características	Marca	vento	Class.	Atleta	Data Nasc	Escalão	Clube	Local	Data	Detalhes	Anterior	Atleta	Data
<b>2019</b>																
Sub23	al	5 km marcha	estrada	<b>25'32"</b>		2ª	Ana Monteiro	24/10/98	sub 23	GDE	Lisboa	14/dez/2019		26'07"	Adriana Viveiros	09/03/19
Juvenil	al	3 000m marcha	pista	<b>13 36,4</b>		1ª	Adriana Viveiros	12/03/02	Juvenil	ADRAP	Ribeira Brava	21/dez/2019	marca corrigida	13 54,4mc	Adriana Viveiros	15/06/19
Júnior	al	3 000m marcha	pista	<b>13 36,4</b>		1ª	Adriana Viveiros	12/03/02	Juvenil	ADRAP	Ribeira Brava	21/dez/2019	marca corrigida	13 54,4mc	Adriana Viveiros	15/06/19
Sub23	al	3 000m marcha	pista	<b>13 36,4</b>		1ª	Adriana Viveiros	12/03/02	Juvenil	ADRAP	Ribeira Brava	21/dez/2019	marca corrigida	13 54,4mc	Adriana Viveiros	15/06/19
Juvenil	al	500 m		<b>1 22,00</b>		1ª	Ana Cris. Ferreira	28/07/02	Juvenil	GDE	Ribeira Brava	21/dez/2019		1 23,19	Jessica Gouveia	23/03/02
<b>2020</b>																
Júnior	al	5 000m marcha	pista	<b>23 44,93</b>		1ª	Adriana Viveiros	12/03/02	Junior	ADRAP	Ribeira Brava	18/jan/2020		24 19,16	Adriana Viveiros	01/06/19
Sub23	al	5 000m marcha	pista	<b>23 44,93</b>		1ª	Adriana Viveiros	12/03/02	Junior	ADRAP	Ribeira Brava	18/jan/2020		24 19,16	Adriana Viveiros	01/06/19
Júnior	al	10 km marcha	estrada	<b>50'00</b>		1ª	Adriana Viveiros	12/03/02	Junior	ADRAP	Porto de Mós	26/jan/2020		54'20	Maria Bernardo	15/01/17
Sub23	al	10 km marcha	estrada	<b>50'00</b>		1ª	Adriana Viveiros	12/03/02	Junior	ADRAP	Porto de Mós	26/jan/2020		54'20	Maria Bernardo	15/01/17
Absoluto	pc	Comprimento		<b>6,24</b>	pc	2ª	Lucinda Gomes	16/04/95	Senior	GDE	Lisboa CAR	25/jan/2020		6,08	Sandra Turpin	07/02/98
Absoluto	al	Comprimento		<b>6,24</b>	pc	2ª	Lucinda Gomes	16/04/95	Senior	GDE	Lisboa CAR - pc	25/jan/2020		6,21	Sandra Turpin	18/07/98
Juvenil	pc	Comprimento		<b>5,38</b>	pc	8ª	Catarina Sá	29/05/03	Juvenil	GDE	Pombal	15/fev/2020		5,35	Catarina Queirós	27/12/15
Júnior	pc	3 000m marcha		<b>14 21,57</b>	pc	2ª	Adriana Viveiros	12/03/02	Junior	ADRAP	Pombal	15/fev/2020		15 16,91	Maria Bernardo	28/01/17
Sub23	pc	3 000m marcha		<b>14 21,57</b>	pc	2ª	Adriana Viveiros	12/03/02	Junior	ADRAP	Pombal	15/fev/2020		14 59,61	Mónica Pereira	12/02/00
Júnior	pc	4 x 400 m		<b>4 02,99</b>	pc	3ª	Catarina Sá Clara Azevedo Milena Lucena Ana Cris. Ferreira	29/05/03 12/08/02 03/09/02 28/07/02	Juvenil Junior Junior Junior	GDE GDE GDE GDE	Pombal	16/fev/2020		4 03,04	Sandra Camacho Marisa Vieira Neide Vieira Tânia Freitas	11/02/96
Absoluto	pc	3 000 m		<b>9 22,23</b>	pc	2ª	Joana Soares	08/09/93	Senior	AJS	Braga	23/fev/2020		9 23,64	Sara Moreira	18/02/07
Júnior	al	Martelo	4 kg	<b>61,07</b>		1ª	Mariana Pestana	18/04/01	Junior	GDE	Funchal	29/fev/2020		57,36	Mariana Pestana	02/07/19
Júnior	al	Martelo	4 kg	<b>61,07</b>		1ª	Mariana Pestana	18/04/01	Junior	GDE	Funchal	29/fev/2020		58,21	Sónia Martins	22/07/00
Júnior	al	Martelo	4 kg	<b>61,07</b>		1ª	Mariana Pestana	18/04/01	Junior	GDE	Funchal	29/fev/2020		58,21	Sónia Martins	22/07/00
Juvenil	pc	Triatlo B	60m + Peso (3kg) + Comprimento	<b>1 835p</b>	pc	4ª	Catarina Sá	29/05/03	Juvenil	GDE	Alpiarça	29/fev/2020	8,07 . 7,91 . 5,20	1 784p	Ema Camacho	04/03/17
Sub23	pc	3 000m marcha		<b>14 15,10</b>	pc	4ª	Ana Monteiro	24/10/98	sub 23	GDE	Pombal	29/fev/2020		14 21,57	Adriana Viveiros	15/02/20
Absoluto	pc	3 000 m		<b>9 16,76</b>	pc	1ª	Joana Soares	08/09/93	Senior	AJS	Pombal	1/mar/2020		9 22,23	Joana Soares	23/02/20
Júnior	pc	3 000m marcha		<b>13 50,74</b>	pc	4ª	Adriana Viveiros	12/03/02	Junior	ADRAP	Braga	7/mar/2020		14 21,57	Adriana Viveiros	15/02/20
Sub23	pc	3 000m marcha		<b>13 50,74</b>	pc	4ª	Adriana Viveiros	12/03/02	Junior	ADRAP	Braga	7/mar/2020		14 15,10	Ana Monteiro	29/02/20
Júnior	al	3 000m marcha		<b>13 10,32</b>		1ª	Adriana Viveiros	12/03/02	Junior	ADRAP	Ribeira Brava	25/jul/2020		13 36,4	Adriana Viveiros	21/12/19

## Recordes Regionais batidos na época 2019/2020

### FEMININOS

Escalão	tipo (al/oc)	Prova	Características	Marca	vento	Class.	Atleta	Data Nasc	Escalão	Clube	Local	Data	Detalhes	Anterior	Atleta	Data
Sub23	al	3 000m marcha		<b>13 10,32</b>		1ª	Adriana Viveiros	12/03/02	Junior	ADRAP	Ribeira Brava	25/jul/2020		13 36,4	Adriana Viveiros	21/12/19
Júnior	al	800 m		<b>2 12,35</b>		2ª série	Inês Borba	28/04/02	Junior	AJS	Lisboa U	25/jul/2020		2 13,3	Neide Vieira	06/07/97
Júnior	al	3 000 m		<b>9 53,62</b>		1ª	Inês Borba	28/04/02	Junior	AJS	Lisboa U	2/ago/2020		10 06,74	Mariana Vargem	04/06/17
Júnior	al	1 500 m		<b>4 30,99</b>		5ª série	Inês Borba	28/04/02	Junior	AJS	Lisboa U	8/ago/2020		4 37,47	sana Faria	21/07/84

Total: 29 recordes