

## Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 21/fevereiro

### 60 m

Recordes Regionais: Abs - 6,81 / pc - 6,81 Sub23 - 6,95 / pc - 6,95 Jun - 7,00 / pc - 7,00 Juv - 7,13 / pc - 7,23 Inic - 7,53 / pc - 7,75 Inf - 7,62 / pc - 8,14														
Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
7,08	pc	Rodrigo Rito		30/08/00	s23	GDE	T Prep pc	3º e	Braga	6/fev		rp /	7,09pc	
7,12	pc	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	C Portugal Comb pc	Hp	Pombal	20/fev		rp /	7,26pc	
7,22	pc	Miguel Tapadas		23/04/98	Sen	ADRAP	Prova Extra	4º s	Lisboa CAR	16/jan		7,07 pc/20	7,23pc	

### 400 m

Recordes Regionais: Abs - 46,77 / pc - 47,26 Sub23 - 47,95 / pc - 48,83 Jun - 49,01 / pc - 50,07 Juv - 50,16 / pc - 52,40													
Marca		Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
50,65	pc	Edgar Remédios		05/05/94	Sen	GDE	T Prep pc	1º s	Pombal	20/fev		49,42 /15	

### 800 m

Recordes Regionais: Abs - 1 47,46 / pc - 1 49,08 Sub23 - 1 47,46 / pc - 1 49,51 Jun - 1 50,0 / pc - 1 53,27 Juv - 1 56,33 / pc - 1 58,46 Inic - 2 02,26													
Marca		Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 53,82	pc	Miguel Mascarenhas		25/07/98	Sen	GDE	T Prep pc	3º s	Braga - pc	6/fev		1 52,60 pc/20	1 54,71pc / 1 57,60
1 56,20	pc	Pedro Martins		28/06/96	Sen	ADRAP	T Prep pc	5º s	Braga - pc	6/fev		1 53,87 /19	1 57,00pc / 1 58,08pc

### 1.500 m

Recordes Regionais: Abs - 3 40,98 / pc - 3 48,91 Sub23 - 3 43,20 / pc - 3 49,18 Jun - 3 47,28 / pc - 3 49,18 Juv - 3 59,33 / pc - 4 11,80 Inic - 4 12,45													
Marca		Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
3 48,95	pc	Miguel Mascarenhas		25/07/98	Sen	GDE	C Portugal pc	1º s	Braga	14/fev		3 48,44 pc/20	

## Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 21/fevereiro

### 3.000 m

Recordes Regionais: Abs - 8 04,48 / pc - 8 04,95 Sub23 - 8 13,80 / pc - 8 13,80 Jun - 8 30,6 / pc - 8 35,35 Juv - 8 50,29 / pc - 9 09,96

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
8 24,54	pc	Hugo Correia	17/11/91	Sen	GDE	T Prep pc	4º s	Pombal	20/fev		rp	
8 26,32	pc	Ricardo J. Pereira	12/08/90	Sen	AJS	T Prep pc	5º s	Pombal	20/fev		8 11,94	/15

### 60 m barreiras

5b / 1,067m - 13,72, 9,14m

Recordes Regionais: Abs - 7,93 / pc - 7,93 Sub23 - 8,17 / pc - 8,17 Jun - 8,27 / pc - 8,27 Juv - 9,46

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
7,96	pc	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	T Prep pc	1º	Alpiarça	6/fev		rp	8,04pc / 8,13pc	
8,04	pc	Paulo Neto		11/03/97	Sen	AJS	Meet Moniz Pereira	1º e	Lisboa CAR	10/jan		7,99 pc/20	8,05	
10,50	pc	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	T Prep pc	2º s	Braga	21/fev		9,70 pc/20	10,88pc	

### 5.000 m marcha

em pista

Recordes Regionais: Abs - 21 14,65 / pc - 21 21,01 Sub23 - 21 15,08 / pc - 21 56,05 Jun - 21 55,64 / pc - 23 02,31 Juv - 23 41,61 / pc - 24 06,67 Inic - 25 16,80

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------

Marcas em Estrada:

25'40 Luís Gil 06/04/75 V 45 GDE CN Marcha Estrada 10º T passagem 10/jan T passagem

### 10.000 m marcha

em pista

Recordes Regionais: Abs - 45 11,36 Sub23 - 45 11,36 Jun - 45 13,30 Juv - 51 16,02

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------

Marcas em Estrada:

51'13 Luís Gil 06/04/75 V 45 GDE CN Marcha Estrada 11º Porto de Mós 10/jan T passagem

## Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 21/fevereiro

### 20 km marcha

pista / estrada

Recordes Regionais: Abs - 1:30'46"2 Sub23 - 1:33'23" Jun - 1:47'19"

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 41,47	Luís Gil		06/04/75	V 45	GDE	CN Marcha Estrada	7º	Porto de Mós	10/jan	T passagem	1 30'46"2 /12	

### 35 km marcha

estrada

Recordes Regionais:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2 59,45	Luís Gil		06/04/75	V 45	GDE	CN Marcha Estrada	7º	Porto de Mós	10/jan	T passagem	rp	/

### 50 km marcha

estrada

Recordes Regionais: Abs - 4:07'46"

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
4 20,10	Luís Gil		06/04/75	V 45	GDE	CN Marcha Estrada	3º	Porto de Mós	10/jan		4 07,46 /12	

### Altura

Recordes Regionais: Abs - 2,15 / pc - 2,13 Sub23 - 2,15 / pc - 2,13 Jun - 2,06 / pc - 2,04 Juv - 1,98 / pc - 1,95 Inic - 1,82 / pc - 1,59 Inf - 1,58 / pc - 1,49

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2,13	pc Nelson Pinto		24/12/98	Sen	AJS	C Portugal pc	1º	Braga - pc	14/jan	RR Abs pc =	rp	2,10pc / 2,08pc
1,55	pc Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	T Dr Braga Anjos	6º	Braga - pc	13/jan		rp	

### Vara

Recordes Regionais: Abs - 5,15 / pc - 5,15 Sub23 - 5,15 / pc - 5,15 Jun - 5,15 / pc - 5,15 Juv - 4,95 / pc - 4,50 Inic - 3,70 Inf - 2,40

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
4,10	pc Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	T Dr Braga Anjos	1º	Braga - pc	13/jan		4,40 /19	

## Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 21/fevereiro

### Comprimento

Recordes Regionais: Abs - 7,41 / pc - 7,25 Sub23 - 7,41 / pc - 7,25 Jun - 7,22 / pc - 7,03 Juv - 6,94 / pc - 6,42 Inic - 6,17 / pc - 5,75 Inf - 5,78 / pc - 5,34

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
7,17	pc	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	Meet Moniz Pereira	2º	Lisboa CAR	10/jan		7,50 /19	6,81pc	
6,72	pc	Francisco Cordoeiro		09/05/92	Sen	AJS	T Prep pc	7º	Braga - pc	21/fev		7,25 pc/13		

### Peso - 7,26k

7,26 kg

Recordes Regionais: Abs - 16,04 / pc - 15,84 Sub23 - 16,04 / pc - 15,21 Jun - 15,48

Marca		Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
12,79	pc	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	C Portugal Comb pc	Hp	Pombal	20/fev		? /	
10,57	pc	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	T Prep pc	5º	Braga	21/fev		rp	

### Martelo - 7,26k

7,26 kg

Recordes Regionais: Abs - 70,42 Sub23 - 70,42 Jun - 54,59

Marca		Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
50,19		Leandro Gonçalves		08/11/96	Sen	ADRAP	P Observ Lanç	5º	Leiria	20/fev		rp	48,90 / 46,18