



Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

Recordes Regionais

Em 20/06/17

Sexo: **Feminino**

Escalão: **Sub-23**

Tipo de Provas: **Programa Nacional**

Prova	Marca	Atleta	D.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
100 m	11,80	Rosalina Santos (RSA)	18/02/98	GDE	Ribeira Brava	4.jun.2016	
					Ribeira Brava	6.mai.2017	
200 m	24,19	Rosalina Santos (RSA)	18/02/98	GDE	Lisboa (I)	17.jun.2017	
400 m	54,47	Carolina Duarte	08/01/90	CSM	Lisboa (U)	17.jun.2012	
800 m	2 02,52	Nédia Semedo	14/11/78	CAM	Cuxhaven	19.jul.2000	
1.500 m	4 13,56	Nédia Semedo	14/11/78	CAM	Funchal	29.jul.2000	
3.000 m	9 15,00	Sara Moreira	17/10/85	GDE	Covilhã	10.jun.2007	
100 m Barreiras	13,45	Sandra Turpin	05/06/76	CAM	Mafra	28.jun.1998	
400 m Barreiras	59,47	Tânia Freitas	17/06/80	CAM	Oslo	8.jul.2000	
3.000 m Obstáculos	9 42,47	Sara Moreira	17/10/85	GDE	Debrecen	15.jul.2007	
Altura	1,81	Liliana Viana	14/08/85	GDE	Seia	3.ago.2003	
Vara	4,03	Ana Marisa Vieira	30/12/79	CAM	Maia	6.ago.2000	
Comprimento	6,21	Sandra Turpin	05/06/76	CAM	Lisboa (U)	18.jul.1998	
Triplo	12,98	Vanessa Rocha	02/01/90	CSM	Lisboa (U)	8.jul.2012	
Peso	14,18	Cristiana Oliveira	30/06/84	CSM	Lovelhe	28.jul.2004	
Disco	46,85	Sandra Leitão	10/08/82	CAM	Aveiro	25.mar.2000	
Martelo	58,21	Sónia Martins	25/03/78	CAM	Porto (I)	22.jul.2000	
Dardo	52,96	Marisela Silva	21/05/85	GDE	Viseu	1.mai.2007	
10.000 m Marcha	51 58,72	Andreia Freitas	02/04/83	CAM	Quarteira	17.abr.2004	
Heptatlo	4 788 p	Cristina Ferreira	22/11/79	CSM	Harentals	5.jul.1999	15"73 . 1,54 . 12,79 . 26"66 / 4,91 . 43,79 . 2'33"79
4 x 100 m	48,50	C. A. Madeira	1979	CAM	Lisboa (I)	25.jun.2000	Tatiana Marques 1984 + Neide Vieira 1979 + Marisa Vieira 1979 + Tânia Freitas 1980
4 x 400 m	3 45,96	C. A. Madeira	1978	CAM	Leiria	11.jun.2000	Joana Arduíno 1982 + Neide Vieira 1979 + Nédia Semedo 1978 + Tânia Freitas 1980



Recordes Regionais

Em 30/05/17

Sexo: **Feminino**

Escalão: **Sub-23**

Tipo de Provas: **Pista Coberta**

Prova	Marca	Atleta	D.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
60 m	7,52	Rosalina Santos (RSA)	18/02/98	GDE	Braga	7.Fev.2015	
200 m	24,45	Rafaela Almeida	10/11/83	CAM	Espinho	13.fev.2005	
400 m	55,51	Tânia Freitas	17/06/80	GDE	Espinho	10.fev.2001	
800 m	2 05,21	Nédia Semedo	14/11/78	CAM	Espinho	13.fev.2000	
1.500 m	4 21,51	Nédia Semedo	14/11/78	CAM	Valência	14.fev.1999	
3.000 m	9 23,64	Sara Moreira	17/10/85	GDE	Espinho	18.fev.2007	
60 m Barreiras	8,29	Sandra Turpin	05/06/76	CAM	Espinho	7.fev.1998	
Altura	1,74	Sandra Turpin	05/06/76	CAM	Alpiarça	10.jan.1998	
		Liliana Viana	14/08/85	GDE	Espinho	7.mar.2004	
Vara	3,86	M^a Leonor Tavares	24/09/85	CSM	Lingolsheim	26.fev.2005	
Comprimento	6,08	Sandra Turpin	05/06/76	CAM	Espinho	7.fev.1998	
Triplo	12,73	Vanessa Rocha	02/01/90	CSM	Pombal	28.jan.2012	
Peso	13,87	Cristiana Oliveira	30/06/84	CSM	Espinho	12.fev.2005	
3.000 m Marcha	14 59,61	Mónica Pereira	31/12/78	GDE	Espinho	12.fev.2000	
Pentatlo	3 561 p	Catarina Queirós	23/01/98	AJS	Salamanca	21.fev.2016	9"01 . 1,69 . 7,94 . 5,74 . 2'33"89
4 x 200 m	1 45,05	C. A. Madeira	1979	CAM	Espinho	29.jan.2000	Joana Arduíno 1982 + Marisa Vieira 1979 + Cristina Ferreira 1979 + Tânia Freitas 1980
4 x 400 m	3 51,60	C. A. Madeira	1978	CAM	Espinho	23.jan.2000	Joana Arduíno 1982 + Tânia Freitas 1980 + Neide Vieira 1979 + Nédia Semedo 1978



Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

Recordes Regionais

Em 11/04/17

Sexo:	Feminino	Escalão:	Sub-23	Tipo de Provas:	Outras provas		
Prova	Marca	Atleta	D.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
100 jardas	11,30	Rafaela Almeida	10/11/83	CAM	Maia	2.jan.2005	
300 m	39,12	Tânia Freitas	17/06/80	CAM	Espinho - pc	3.fev.2001	
500 m	1 15,40	Jessica Gouveia	19/07/86	GDE	Elvas	8.mai.2005	
1.000 m	2 58,69	Isabel Gouveia	26/12/78	CAM	Lisboa (U)	16.mar.1997	
Milha	4 36,78	Nédia Semedo	14/11/78	CAM	Lisboa (U)	22.mai.1999	
5.000 m	16 56,15	Ana Mafalda Ferreira	22/04/88	GDE	Lisboa (U)	12.jun.2010	
10.000 m	34 38,37	Cátia Santos	09/10/92	GDE	Lisboa (I)	29.mar.2014	
Meia Maratona	1:13'26"	Sara Moreira	17/10/85	GDE	Ovar	5.out.2007	
200 m Barr.	29,38	Ivone Camacho	28/09/74	CAM	Lisboa (U)	20.fev.1993	
2.000 m Obst. (76cm)	7 04,41	Sara Moreira	17/10/85	GDE	Viseu	17.jul.2004	
3.000 m Marcha	14 09,64	Maribel Gonçalves	01/04/78	CSM	Funchal	22.jul.2000	
5.000 m Marcha	25 45,47	Maribel Gonçalves	01/04/78	CSM	Funchal	1.abr.2000	
1/2 hora Marcha	5.774 m	Andreia Freitas	02/04/83	CAM	Quarteira	17.abr.2004	
15 Km Marcha (Estrada)	1:21'40"	Andreia Freitas	02/04/83	CAM	Baixa Banheira	26.fev.2005	
20 Km Marcha (Estrada)	1:49'10"	Andreia Freitas	02/04/83	CAM	Baixa Banheira	26.fev.2005	
Pentatlo Técnico	3 988 p	Sandra Turpin	05/06/76	CAM	Alpiarça - pc	10.jan.1998	8"72 . 1,74 . 11,67 . 7"95 . 5,97
4 x 200 m	1 45,05	C. A. Madeira	1978	CAM	Espinho - pc	29.jan.2000	Neide Vieira 79 + Joana Arduino 82 + Nédia Semedo 78 + Tânia Freitas 80
4 x 1500 m	24 36,62	C. S. Marítimo	1996	CSM	Ribeira Brava	13.jul.2016	Teresa M. Silva 97 + Joana Figueiredo 99 + Maria Pocinho 97 + Isabel Oliveira 96
Estafeta Olímpica	4 30,39	G. D. Estreito	1994	GDE	Ribeira Brava	7.jul.2016	Mariza Santos 97 + Camila Lucena 94 + Sara Andrade 99 + Micaela Santos 99