

Recordes Regionais

Em 02/02/18

| Sexo: Feminino | | Escalão: Juniores | | 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.May.2017 | |
| 200 m | 24,19 | Rosalina Santos (RSA) | 18/02/98 | GDE | Lisboa (I) | 17.Jun.2017 | |
| 400 m | 55,39 | Joana Frias | 07/03/88 | CAM | Lignano (Itália) | 7.Jul.2005 | |
| 800 m | 2 13,3 | Neide Vieira | 30/12/79 | CAM | Funchal | 6.Jul.1997 | |
| 1.500 m | 4 37,47 | Susana Faria | 26/05/66 | CSM | Lisboa (N) | 21.Jul.1984 | |
| 3.000 m | 10 06,74 | Mariana Vargem | 30/01/01 | LCM-M | Braga | 4.Jun.2017 | |
| 100 m Barr. (84cm) | 14,19 | Catarina Queirós | 23/01/98 | AJS | Vigo (Espanha) | 2.Jul.2016 | |
| | | | | | Braga | 5.Jul.2017 | |
| 400 m Barreiras | 60,06 | Tânia Freitas | 17/06/80 | CAM | Maia | 21.Jul.1999 | |
| 3.000 m Obstáculos | 11 14,75 | Daniela Sousa | 14/09/93 | ADRAP | Luso | 23.Jun.2012 | |
| Altura | 1,81 | Liliana Viana | 14/08/85 | GDE | Seia | 3.Aug.2003 | |
| Vara | 3,85 | M ^a Leonor Tavares | 24/09/85 | CSM | Aulnay | 26.Jun.2002 | |
| Comprimento | 5,96 | Rosalina Santos (RSA) | 18/02/98 | GDE | Ribeira Brava | 27.May.2017 | |
| Triplo | 12,44 | Vanessa Rocha | 02/01/90 | GDE | Lisboa (U) | 28.Jun.2008 | |
| Peso | 13,79 | Cristiana Oliveira | 30/06/84 | CSM | Funchal | 15.Jun.2003 | |
| Disco | 46,85 | Sandra Leitão | 10/08/82 | CAM | Aveiro | 25.Mar.2000 | |
| Dardo | 46,52 | Marisela Silva | 21/05/85 | GDE | Funchal | 23.May.2004 | |
| Martelo | 52,34 | Claudia Nóbrega | 03/09/90 | GDE | V.N. Cerveira | 5.Apr.2009 | |
| 10.000 m Marcha | 52 17,15 | Maria Bernardo | 19/10/99 | ADRAP | Guarda | 29.Apr.2017 | |
| Heptatlo | 4 695 p | Cristina Ferreira | 22/11/79 | CSM | Lisboa (U) | 18.Jul.1998 | 16"44 . 1,55 . 11,32 . 27"12 / 5,33 . 46,93 . 2'38"87 |
| 4 x 100 m | 49,30 | C. A. Madeira | 1979 | CAM | Funchal | 30.May.1998 | Rubina Serrão 1981 + Claudia Jardim 1980 + Noemi Faria 1979 + Tânia Freitas 1980 |
| 4 x 400 m | 3 53,14 | C. A. Madeira | 1979 | CAM | Braga | 10.May.1997 | Sandra Camacho 1979 + Marisa Vieira 1979 + Neide Vieira 1979 + Tânia Freitas 1980 |

Recordes Regionais

Em 13/02/18

| Sexo: Feminino | | Escalaõ: Juniores | | | 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 | 24,75 | Rosalina Santos (RSA) | 18/02/98 | GDE | Pombal | 12-fev-2017 | |
| 400 m | 57,16 | Joana Frias | 07/03/88 | CAM | Espinho | 5-fev-2005 | |
| 800 m | 2 16,76 | Liliana Henriques | 12/05/90 | AJS | Espinho | 25-jan-2009 | |
| 1.500 m | 4 45,63 | Isabel Gouveia | 26/12/78 | CAM | Braga | 17-fev-1996 | |
| 3.000 m | 10 11,06 | Sara Moreira | 17/10/85 | GDE | Espinho | 7-mar-2004 | |
| 60 m Barr. (84cm) | 8,89 | Bárbara Silva | 25/02/99 | AJS | Pombal | 11-fev-2018 | |
| Altura | 1,74 | Liliana Viana | 14/08/85 | GDE | Espinho | 7-mar-2004 | |
| Vara | 3,80 | M^a Leonor Tavares | 24/09/85 | CSM | Lievin | 14-fev-2004 | |
| Comprimento | 5,78 | Rosalina Santos (RSA) | 18/02/98 | GDE | Pombal | 21-fev-2016 | |
| Triplo | 12,33 | Vanessa Rocha | 02/01/90 | GDE | Pombal | 1-mar-2009 | |
| Peso | 13,03 | Cristiana Oliveira | 30/06/84 | CSM | Espinho | 16-fev-2003 | |
| 3.000 m Marcha | 15 16,91 | Maria Bernardo | 19/10/99 | ADRAP | Braga | 28-jan-2017 | |
| 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 50,75 | G. D. Estreito | 1999 | GDE | Pombal | 21-jan-2018 | Tatiana Silva 2000 + Renata Rocha 1999 + Joana Gonçalves 1999 + Ema Camacho 2000 |
| 4 x 400 m | 4 03,04 | C. A. Madeira | 1979 | CAM | Braga | 11-fev-1996 | Sandra Camacho 1979 + Marisa Vieira 1979 + Neide Vieira 1979 + Tânia Freitas 1980 |

Recordes Regionais

Em 02/02/18

| Sexo: Feminino | | Escalão: Juniores | | Tipo de Provas: Outras provas | | | |
|------------------------|----------|--------------------------|----------|--------------------------------------|---------------|-------------|----------------------------------|
| Prova | Marca | Atleta | D.N. | Clube | Local | Data | Detalhes |
| 300 m | 40,46 | Sílvia Correia | 18/06/97 | GDE | Ribeira Brava | 7.Jun.2014 | |
| | | | | | Lisboa (U) | 14.Jun.2014 | |
| 500 m | 1 15,40 | Jessica Gouveia | 19/07/86 | GDE | Elvas | 8.May.2005 | |
| 1.000 m | 2 58,69 | Isabel Gouveia | 26/12/78 | CAM | Lisboa (U) | 16.Mar.1997 | |
| 5.000 m | 18 56,85 | Isabel Gouveia | 26/12/78 | CAM | Viseu | 1.Jun.1996 | |
| 10.000 m | 40 21,98 | Ivone Rodrigues | 1970 | CSM | Maia | 17.Jul.1988 | |
| 60 m Barr. (84cm) | 8,82 | Rosalina Santos (RSA) | 18/02/98 | GDE | Ribeira Brava | 17.Jan.2016 | |
| 2.000 m Obst. (76cm) | 7 04,41 | Sara Moreira | 17/10/85 | GDE | Viseu | 17.Jul.2004 | |
| 3.000 m Marcha | 14 24,98 | Maria Bernardo | 19/10/99 | ADRAP | Ribeira Brava | 27.May.2017 | |
| 5.000 m Marcha | 26 29,0 | Andreia Freitas | 02/04/83 | CAM | Lisboa (U) | 13.Jul.2002 | |
| 5 km Marcha (Estrada) | 27'36" | Andreia Freitas | 02/04/83 | CAM | Rio Maior | 13.Apr.2002 | |
| 10 Km Marcha (Estrada) | 55'34" | Andreia Freitas | 02/04/83 | CAM | Rio Maior | 13.Apr.2002 | |
| Pentatlo Técnico | 3 619 p | Liliana Viana | 14/08/85 | GDE | Alpiarça - pc | 10.Jan.2004 | 9"52 . 1,71 . 9,88 . 8"47 . 5,09 |