

## Recordes Regionais

Em 20/12/21

Sexo:	<b>Feminino</b>	Escalão:	<b>Iniciados</b>		Tipo de Provas:	<b>Progr. Nacional e Progr. Regional</b>	
Prova	Marca	Atleta	D.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
80 m	10,41	Sílvia Correia	18/06/97	GDE	Ribeira Brava	5-mai-2012	
250 m	34,45	Sílvia Correia	18/06/97	GDE	Ribeira Brava	23-jun-2012	
800 m	2 16,39	Lúcia Costa	10/01/73	CSM	Lisboa (N)	26-jun-1988	
1.500 m	4 41,5	Lúcia Costa	10/01/73	CSM	Lisboa (N)	15-jun-1988	
80 m Barr. (76cm)	12,24	Tatiana Silva	09/05/00	ACDSJ	Braga	7-jun-2015	
250 m Barr. (76cm)	38,92	Tatiana Silva	09/05/00	ACDSJ	Ribeira Brava	9-mai-2015	
1.500 m Obst. (76cm)	5 27,71	Ana Ferreira	28/07/02	GDE	Braga	3-jun-2017	
Altura	1,60	Camila Lucena	07/08/94	CSM	Ribeira Brava	3-mai-2009	
Vara	3,00	Camila Lucena	07/08/94	CSM	Ribeira Brava	17-jul-2009	
		Sara Pereira	01/05/04	AJS	Ribeira Brava	16-jul-2019	
Comprimento	5,35	Catarina F. Vieira	17/12/06	ADRAP	Ribeira Brava	11-dez-2021	
Quádruplo B	13,09	Eliana Fernandes	16/11/06	AJS	Ribeira Brava	18-dez-2021	
Peso - 3 kg	12,58	Catarina Ferreira	15/04/82	CAM	Lisboa (U)	3-mai-1997	
Disco - 750 g	36,90	Rosa Pereira	17/05/91	AJS	Funchal	29-jun-2006	
Martelo - 3 kg	50,30	Milene Jesus	01/06/99	ACDSJ	Funchal	3-mai-2014	
Dardo - 500 g	37,67 (600g)	Cátia Silva	15/01/84	CAM	Funchal	28-jul-1999	Marca obtida com dardo de 600g
4.000 m Marcha	22 47,63	Marta Faria	06/07/04	GDE	Ribeira Brava	5-mai-2018	
Heptatlo	3 512 p	Sofia Santos	02/06/94	ADRAP	Machico	13-abr-2008	13"58 . 14,93 . 1,44 / 11"02 . 4,94 . 8,51 . 2'51"26
4 x 80 m	41,53	Seleção da Madeira	1999	SM	Lisboa (U)	14-jun-2014	Ema Camacho 00, Renata Rocha 99, Joana C. Gonçalves 99, Sara Andrade 99
<b>Programa Regional:</b>							
60 m	8,05	Rosalina Santos (RSA)	18/02/98	ACDSJ	Ribeira Brava	14-dez-2013	
1.000 m	3 01,8	Lúcia Costa	10/01/73	CSM	Lisboa (N)	13-mar-1988	
60 m Barr. (76cm)	9,50	Tatiana Silva	09/05/00	ACDSJ	Ribeira Brava	13-dez-2015	
Triatlo Técnico Regional	1 650 p	Sofia Santos	02/06/94	ADRAP	Alpiarça - pc	7-fev-2009	4,82 . 10"23 . 9,07

## Recordes Regionais

Em 13/04/19

Sexo:	<b>Feminino</b>	Escalão:	<b>Iniciados</b>	Tipo de Provas:	<b>Pista Coberta e Outras Provas</b>		
Prova	Marca	Atleta	D.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
<b><u>Pista Coberta:</u></b>							
60 m	<b>8,48</b>	<b>Camila Lucena</b>	07/08/94	CSM	Alpiarça	7-mar-2009	
60 m Barr. (76cm)	<b>9,93</b>	<b>Sofia Santos</b>	02/06/94	ADRAP	Alpiarça	7-mar-2009	
Altura	<b>1,48</b>	<b>Camila Lucena</b>	07/08/94	CSM	Alpiarça	7-mar-2009	
Vara	<b>2,10</b>	<b>Daniella Olivier</b>	21/11/94	ADRAP	Alpiarça	16-fev-2008	
Comprimento	<b>4,82</b>	<b>Sofia Santos</b>	02/06/94	ADRAP	Alpiarça	7-fev-2009	
Triplo	<b>11,03</b>	<b>Cláudia Jardim</b>	31/12/80	CAM	Aveiro	26-nov-1995	
Peso - 3 kg	<b>11,70</b>	<b>Ana Beatriz Gomes</b>	26/11/00	CSM	Pombal	6-dez-2015	
Triatlo Técnico	<b>1 650 p</b>	<b>Sofia Santos</b>	02/06/94	ADRAP	Alpiarça	7-fev-2009	4,82 . 10"23 . 9,07
Triatlo Opcional	<b>1 810 p</b>	<b>Camila Lucena</b>	07/08/94	CSM	Alpiarça	7-fev-2009	60b-10"72 . 60m-8"49 . Alt-1,41
<b><u>Outras provas (ar livre):</u></b>							
100 m	<b>12,69</b>	<b>Sílvia Correia</b>	18/06/97	GDE	Ribeira Brava	26-mai-2012	
200 m	<b>25,82</b>	<b>Joana Frias</b>	07/03/88	CAM	Abrantes	22-jun-2003	
300 m	<b>42,09</b>	<b>Joana Frias</b>	07/03/88	CAM	Funchal	6-abr-2003	
	<b>40"7</b>	<b>Joana Frias</b>	07/03/88	CAM	Funchal	4-jul-2003	Cronometragem manual
100 m Barr. (76cm)	<b>15,92</b>	<b>Sandra Camacho</b>	05/03/79	CAM	Viseu	18-jun-1994	
300 m Barr. (76cm)	<b>47,29</b>	<b>Ivone Camacho</b>	28/09/74	CSM	Lisboa (N)	9-jul-1989	
Triplo	<b>11,43</b>	<b>Cláudia Jardim</b>	31/12/80	CAM	Funchal	12-dez-1995	
Quádruplo A	<b>13,37</b>	<b>Sofia Santos</b>	02/06/94	ADRAP	Ribeira Brava	17-jun-2009	
Disco - 1 kg	<b>30,81</b>	<b>Rosa Pereira</b>	17/05/91	AJS	Luso	18-jun-2006	
Dardo - 600 g	<b>37,67</b>	<b>Cátia Silva</b>	15/01/84	CAM	Funchal	28-jul-1999	
3.000 m Marcha	<b>16 28,8</b>	<b>Cláudia Silva</b>	05/03/97	CSM	Ribeira Brava	15-dez-2012	
5.000 m Marcha	<b>28 16,73</b>	<b>Cláudia Silva</b>	05/03/97	CSM	Ribeira Brava	26-mai-2012	
Hexatlo	<b>3 317 p</b>	<b>Joana Frias</b>	07/03/88	CAM	Abrantes	27-abr-2003	13"55 . 1,40 . 27,97 / 5,10 . 8,45 . 2'29"71
Estafeta Sueca (Medley)	<b>2 39,46</b>	<b>A.D.R. Água de Pena</b>	2004	AJS	Ribeira Brava	6-abr-2019	Regina Santos 05, Margarida Assunção 04, Bruna Pinto 04, Rita Moniz 04