

Recordes Regionais

Em 04/08/25

Sexo:		Masculino	Escalação:		Sub-23		Tipo de Provas:		Programa Nacional	
Prova		Marca	Atleta	D.N.	Clube	Local	Data	Detalhes		
100 m		10,17	Gabriel Maia	17/02/03	AJS	Salamanca /ESP	7-jun-2025			
200 m		20,98	Gabriel Maia	17/02/03	AJS	Marinha Grande	17-mai-2025			
400 m		47,05	Wilson Ogbeide (NIG)	26/04/77	GDE	Maia	3-jul-1999			
800 m		1 47,46	Diogo Sousa	28/11/83	GDE	Barcelona	9-jul-2004			
1.500 m		3 43,20	Marco Rebelo	18/03/73	CSM	Lisboa (U)	17-jun-1995			
5.000 m		14 16,47	Alberto Paulo	03/10/85	CSM	Leiria	26-mai-2007			
110 m Barreiras		14,21	Paulo Neto	11/03/97	AJS	Gävle /SWE	12-jul-2019			
400 m Barreiras		51,89	Sérgio Duro	19/02/80	GDE	Cáceres	12-jun-2002			
3.000 m Obstáculos		8 36,98	Alberto Paulo	03/10/85	CSM	Debrecen	13-jul-2007			
Altura		2,15	Paulo J. Gonçalves	05/03/85	GDE	Covilhã	9-jun-2007			
Vara		5,35	Pedro Buaró	14/06/01	GDE	Leiria	30-jul-2022			
Comprimento		7,58	Simão Alexandre	09/11/03	GDE	Braga	2-ago-2025			
Triplo		15,39	Diogo Espinha	08/10/87	CSM	Guarda	6-jul-2008			
Peso		16,04	Marçal Rodrigues	10/07/90	CSM	Funchal	1-jul-2010			
Disco		48,60	Miguel Pinto	13/06/84	GDE	Luso	15-jun-2006			
Dardo		68,41	Hélder Pestana	11/02/87	GDE	Covilhã	9-jun-2007			
Martelo		70,42	Décio Andrade	25/01/97	GDE	San Angelo, TX /USA	6-abr-2019			
10.000 m Marcha		45 09,76	Xavier Sousa	20/10/96	AJS	Maia	25-jun-2016			
Decatlo		7 588 p	Guilherme Almeida	11/06/02	AJS	Lisboa (MP)	21-jul-2024	11,17 . 7,09 . 13,75 . 1,88 . 49,30 / 14,75 . 42,20 . 4,30 . 56,28 . 4 36,81		
4 x 100 m		42,97	A.C.D. Jardim da Serra	2003	AJS	Lousada	1-jun-2024	Francisco Palmeira 05, Lucas Santos 07, Xavier Outeiro 03, Gabriel Maia 03		
4 x 400 m		3 16,00	C. S. Marítimo	1981	CSM	Lisboa(U)	8-jun-2003	Hermano Gouveia 81, Nuno Mendes 81, Ivo Graça 84, Bruno Santos 85		

Recordes Regionais

Em 12/03/25

Sexo:	Masculino	Escalão:	Sub-23	Tipo de Provas:	Pista Coberta		
Prova	Marca	Atleta	D.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
60 m	6,76	Gabriel Maia	17/02/03	AJS	Pombal	22-fev-2025	
					Braga	8-mar-2025	
200 m	21,09	Gabriel Maia	17/02/03	AJS	Pombal	23-fev-2025	
400 m	48,83	Sérgio Duro	19/02/80	GDE	Espinho	12-jan-2002	
800 m	1 49,51	Diogo Sousa	28/11/83	GDE	Espinho	26-fev-2005	
1.500 m	3 49,18	Nuno Pereira	27/11/00	GDE	Pombal	17-fev-2018	
3.000 m	8 12,74	Eduardo M'bengani	08/01/85	CSM	Pombal	11-fev-2007	
60 m Barreiras	8,05	Rafael M. Santos	09/11/05	AJS	Pombal	26-jan-2025	
Altura	2,13	Paulo J. Gonçalves	05/03/85	GDE	Espinho	14-fev-2007	
Vara	5,20	Pedro Buaró	14/06/01	GDE	Pombal	13-mar-2021	
						5-mar-2022	
Comprimento	7,55	Simão Alexandre	09/11/03	GDE	Pombal	8-fev-2025	
Triplo	14,70	Diogo Espinha	08/10/87	CSM	Espinho	3-fev-2007	
Peso	15,21	Marçal Rodrigues	10/07/90	CSM	Espinho	7-fev-2010	
5.000 m Marcha	21 56,05	José Eduardo Garcia	11/05/76	CSM	Braga	15-fev-1997	
Heptatlo	5 490 p	Guilherme Almeida	11/06/02	AJS	Pombal	3-mar-2024	7"12 . 6,91 . 13,32 . 1,87 / 8"48 . 4,55 . 2'42"68
4 x 400 m	3 23,71	C. S. Marítimo	1980	CSM	Espinho	11-fev-2001	Hernando Gouveia 81, Alberto Miguel Fraga 80, Bruno Aguiar 81, Nuno Mendes 81
Outras provas (pista coberta):							
300 m	35,02	Mateus Jesus	07/08/09	CSM	Pombal	1-fev-2025	
1.000 m	2 42,68	Guilherme Almeida	11/06/02	AJS	Pombal	3-mar-2024	
4 x 200 m	1 32,55	C. S. Marítimo	1980	CSM	Espinho	10-fev-2001	Hernando Gouveia 81, Nuno Mendes 81, Bruno Aguiar 81, Alberto Miguel Fraga 80

Recordes Regionais

Em 27/01/25

Sexo:		Masculino		Escalaão:		Sub-23		Tipo de Provas:		Outras provas					
Prova		Marca		Atleta		D.N.		Clube		Local		Data		Detalhes	
50 m		6,09		Alberto Miguel Fraga		29/02/80		CSM		Funchal		15-dez-2001			
300 m		34,95		Mateus Jesus		07/08/09		CSM		Ribeira Brava		25-jan-2025			
500 m		1 04,59		Nuno Mendes		27/07/81		CSM		Lisboa (U)		6-jan-2001			
1.000 m		2 26,52		Marco Rebelo		18/03/73		CDN		Funchal		16-jul-1994			
Milha (1.609m)		4 25,12		Eduardo Pestana		06/08/02		AJS		Ribeira Brava		10-dez-2022			
2.000 m		5 33,5		Marco Rebelo		18/03/73		CDN		Funchal		1-abr-1992			
3.000 m		8 13,80		Alberto Paulo		03/10/85		CSM		Espinho		18-fev-2007			
10.000 m		29 45,8		José Frias		20/06/59		CSM		Lisboa (N)		2-mai-1981			
Meia Maratona		1:09'04		Luís Mendes		10/06/90		GDE		Porto		18-out-2009			
200 m Barr.		24,71		Sérgio Duro		19/02/80		GDE		Amadora		27-out-2001			
5.000 m Marcha		21 15,08		José Eduardo Garcia		11/05/76		CSM		Funchal		12-mar-1997			
1 hora Marcha (pista)		12.556 m		Daniel Neves		20/10/82		GDE		Quarteira		17-abr-2004			
15.000 m Marcha		1:13'45"0		Daniel Neves		20/10/82		CSM		Lisboa (U)		13-jul-2002			
20.000 m Marcha (pista)		1:39'48"5		José Eduardo Garcia		11/05/76		CSM		Maia		4-mai-1996			
20 Km Marcha (Estrada)		1:33'23"		Rui Teixeira		27/07/77		CSM		Rio Maior		27-mar-1999			
30 Km Marcha (Estrada)		2:32'04"		Rui Teixeira		27/07/77		CSM		Torres Vedras		10-jan-1999			
35 Km Marcha (Estrada)		3:12'22"		Daniel Neves		20/10/82		CSM		Valongo		16-fev-2002			
4 x 200 m		1 32,55		C. S. Marítimo		1980		CSM		Espinho - pc		10-fev-2001		Hermano Gouveia 81, Nuno Mendes 81, Bruno Aguiar 81, Alberto Fraga 80	
Estafeta Sueca		2 06,81		G. D. Estreito		2001		GDE		Ribeira Brava		6-abr-2019		Pedro Buaró 01, Bruno Pita 03, João Pedro Silva 01, Tiago Freitas 02	
Estafeta Olímpica		3 26,4		G. D. Estreito		1993		GDE		Machico		17-mai-2015		Pedro A. Freitas 96, Renan Gregório 96, Paulo Omelas 93, Pedro Oliveira 94	