

Recordes Regionais

Em 15/01/26

Sexo:		Masculino		Escalaão:		Sub-20		Tipo de Provas:		Programa Nacional					
Prova		Marca		Atleta		D.N.		Clube		Local		Data		Detalhes	
100 m		10,66		Ricardo Ribeiro		21/02/95		AJS		Braga		12-jul-2014			
200 m		21,84		Ricardo Ribeiro		21/02/95		AJS		Braga		13-jul-2014			
400 m		48,89		João Penacho		03/05/05		GDE		Viseu		13-jul-2024			
800 m		1 50,0		Diogo Sousa		28/11/83		GDE		Funchal		29-jun-2002			
1.500 m		3 47,28		Nuno Pereira		27/11/00		GDE		Maia		4-jul-2018			
3.000 m		8 30,6		José Carlos Ribeiro		1964		JAC		Lisboa (N)		6-ago-1983			
5.000 m		14 31,45		Eduardo M'bengani		08/01/85		CSM		Leiria		3-jun-2006			
110 m Barr. (99cm)		14,80		Paulo Neto		11/03/97		AJS		Viseu		10-jul-2016			
400 m Barr. (91cm)		53,58		Hugo Silva		04/01/91		CSM		Leiria		18-jul-2010			
3.000 m Obstáculos		8 49,04		Marco Rebelo		18/03/73		CDN		Seul		20-set-1992			
Altura		2,07		Eduardo Carrolo		23/05/07		GDE		Lisboa - CAR		10-jan-2026		resultado obtido em pista coberta	
Vara		5,15		Pedro Buaró		14/06/01		GDE		Braga - pc		7-mar-2020		resultado obtido em pista coberta	
Comprimento		7,22		Bruno Costa		03/05/92		CSM		Guimarães		2-jul-2011			
Tripla		14,69		Bruno Costa		03/05/92		CSM		Lisboa (U)		10-jul-2011			
Peso - 6 kg		17,02		André Gonçalves		14/04/86		CSM		Funchal		18-jun-2005			
Disco - 1,75 kg		50,51		Miguel Pinto		13/06/84		CSM		Lisboa (U)		11-jun-2003			
Martelo - 6 kg		68,22		Décio Andrade		25/01/97		GDE		Funchal		14-jul-2016			
Dardo - 800 g		60,50		Helder Pestana		11/02/87		GDE		Lisboa (U)		27-fev-2005			
10.000 m Marcha		45 13,30		José Eduardo Garcia		11/05/76		CSM		Funchal		3-jun-1995			
Decatlo		6 331 p		Paulo Neto		11/03/97		AJS		Viseu		10-jul-2016		11"27 . 6,59 . 11,86 . 1,93 . 51"96 / 14"80 . 34,03 . 3,40 . 38,05 . 5'18"27	
4 x 100 m		43,09		C. S. Marítimo		1984		CSM		Maia		28-jun-2003		Ivo Graça 84, Filipe Santos 84, Bruno Santos 85, José Moura 86	
4 x 400 m		3 21,10		C. S. Marítimo		1984		CSM		Guimarães		13-jul-2003		Filipe Santos 84, Ivo Graça 84, Bruno Santos 85, José Moura 86	

Recordes Regionais

Em 24/02/26

Sexo:	Masculino	Escalão:	Sub-20	Tipo de Provas:	Pista Coberta		
Prova	Marca	Atleta	D.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
60 m	7,00	David Martinho	16/03/01	AJS	Braga	23-fev-2019	
200 m	22,60	Mateus Jesus	07/08/09	CSM	Braga	22-fev-2026	
400 m	49,84	Mateus Jesus	07/08/09	CSM	Metz /FRA	1-mar-2025	
800 m	1 51,84	Nuno Pereira	27/11/00	GDE	Pombal	18-fev-2018	
1.500 m	3 49,18	Nuno Pereira	27/11/00	GDE	Pombal	17-fev-2018	
3.000 m	8 35,35	Samuel Rios	29/04/01	ADRAP	Braga	23-fev-2020	
60 m Barr. - 0,99m	8,18	Paulo Neto	11/03/97	AJS	Lisboa - CAR	16-jan-2016	
					Braga	14-fev-2016	
					Salamanca /ESP	21-fev-2016	
Altura	2,12	Eduardo Carrolo	23/05/07	GDE	Braga	15-fev-2026	
Vara	5,15	João Pedro Buaró	14/06/01	GDE	Braga	7-mar-2020	
Comprimento	7,03	Bruno Costa	03/05/92	CSM	Pombal	19-fev-2011	
Triplo	14,58	Eduardo Carrolo	23/05/07	GDE	Braga	22-fev-2026	
Peso - 6 kg	16,38	Marçal Rodrigues	10/07/90	CSM	Espinho	25-jan-2009	
Peso - 7,26 kg	15,12	André Gonçalves	14/04/86	CSM	Espinho	6-mar-2005	
5.000 m Marcha	23 02,31	Diogo E. Fernandes	01/04/01	AJS	Braga	7-mar-2020	
Pentatlo Técnico	3 722 p	Paulo Neto	11/03/97	AJS	Lisboa - CAR	16-jan-2016	7,28 . 6,48 . 11,35 . 8,18 . 1,93
Heptatlo	4 951 p	Paulo Neto	11/03/97	AJS	Braga	14-fev-2016	7"29 . 6,46 . 11,94 . 2,04 / 8"18 . 3,20 . 2'56"85
4 x 400 m	3 28,21	G. D. Estreito	1983	GDE	Espinho	24-fev-2002	Filipe Santos 84, Diogo Sousa 83, João Santos 84, Roberto Aguiar 84
Outras provas (pista coberta):							
300 m	35,02	Mateus Jesus	07/08/09	CSM	Pombal	1-fev-2025	
1.000 m	2 52,17	Paulo Neto	11/03/97	AJS	Pombal	15-fev-2015	
4 x 200 m	1 34,58	G. D. Estreito	1992	GDE	Pombal	24-jan-2010	Sérgio Mendes 93, António Jesus 92, Paulo Omelas 93, Fernando Almeida 92

Recordes Regionais

Em 13/05/25

Sexo:	Masculino	Escalão:	Sub-20	Tipo de Provas:	Outras provas		
Prova	Marca	Atleta	D.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
300 m	34,95	Mateus Jesus	07/08/09	CSM	Ribeira Brava	25-jan-2025	
500 m	1 05,81	Diogo Sousa	28/11/83	GDE	Funchal	17-jul-2002	
1.000 m	2 29,95	Pedro Monteiro	03/02/04	ADRAP	Lisboa (N)	17-dez-2023	
Milha (1.609m)	4 16,90	Marco Rebelo	18/03/73	CDN	Lisboa (N)	11-mai-1991	
2.000 m	5 33,5	Marco Rebelo	18/03/73	CDN	Funchal	1-abr-1992	
10.000 m	31 36,1	José Frias	20/06/59	CSM	Coimbra	23-jul-1978	
Meia Maratona	1:09'04	Luís Mendes	10/06/90	GDE	Porto	18-out-2009	
60 m Barr. (1,067m)	8,27	Paulo Neto	11/03/97	AJS	Pombal - pc	6-mar-2016	em pista coberta
110 m Barr. (1,067m)	15,07	Paulo Neto	11/03/97	AJS	Setúbal	17-jul-2016	
2.000 m Obstáculos	5 58,0	Marco Rebelo	18/03/73	CDN	Funchal	15-mar-1992	
Peso - 7,26 kg	15,48	André Gonçalves	14/04/86	CSM	Funchal	8-jun-2005	
Disco - 2 kg	45,18	Miguel Pinto	13/06/84	CSM	Lisboa(U)	25-mai-2003	
Martelo - 7,26 kg	59,20	Décio Andrade	25/01/97	GDE	Setúbal	17-jul-2016	
Heptatlo (eng.seniores)	4 869 p	Paulo Neto	11/03/97	AJS	Pombal	15-fev-2015	
5.000 m Marcha (al)	21 55,64	Eduardo Garcia	11/05/76	CSM	Lisboa (U)	20-mai-1995	
10 Km Marcha (Estrada)	49'20"	Daniel Neves	20/10/82	CSM	Rio Maior	7-abr-2001	
1 hora Marcha (pista)	12.390 m	Daniel Neves	20/10/82	CSM	V.R.S.António	5-mai-2001	
20 Km Marcha (Estrada)	1:47'19"	Daniel Neves	20/10/82	CSM	Viseu	17-fev-2001	Omar Jesus 05, Francisco Palmeira 05, Lucas R Santos 07, Pedro Chaves 05
Estafeta Medley (Sueca)	2 06,03	A.C.D. Jardim da Serra	2005	AJS	Ribeira Brava	22-abr-2023	
Estafeta Olímpica	3 34,59	C. S. Marítimo	2008	CSM	Ribeira Brava	11-mai-2025	