

**EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS**

**ABSOLUTOS - Masculinos**

Até: 7/2026

| Marca                             | Atleta                   | Nac.       | D.N. | Escalão | Clube     | Obs      | Local          | Data       |
|-----------------------------------|--------------------------|------------|------|---------|-----------|----------|----------------|------------|
| <b>100 m</b>                      |                          |            |      |         |           |          |                |            |
| <i>prova do programa olímpico</i> |                          |            |      |         |           |          |                |            |
| 12,0                              | Manuel Santa Clara Gomes | 25-05-1943 | s20  | CDN     | t. manual |          | Funchal        | 22-07-1962 |
| 11,7                              | José Dinis Gomes         | 29-08-1942 | s23  | CDN     | t. manual |          | Funchal        | 07-07-1963 |
| 11,7                              | Rui Brazão Machado       | 07-04-1944 | s20  | SCM-M   | t. manual |          | Funchal        | 20-07-1963 |
| 11,6                              | Rui Brazão Machado       | 07-04-1944 | s20  | SCM-M   | t. manual |          | Funchal        | 20-07-1963 |
| 11,5                              | José Dinis Gomes         | 29-08-1942 | Sen  | CDN     | t. manual |          | Funchal        | 28-05-1967 |
| 11,5                              | João Lomelino Freitas    | 13-01-1953 | s18  | CSM     | t. manual |          | Funchal        | 30-04-1970 |
| 11,5                              | João Lomelino Freitas    | 13-01-1953 | s20  | CSM     | t. manual |          | Funchal        | 06-01-1971 |
| 11,2                              | Maurílio Silva           | 14-08-1954 | s18  | CSM     | t. manual |          | Funchal        | 06-01-1971 |
| 11,1                              | João Lomelino Freitas    | 13-01-1953 | s20  | CSM     | t. manual |          | Funchal        | 06-05-1971 |
| 11,1                              | João Lomelino Freitas    | 13-01-1953 | s20  | CSM     | t. manual |          | Funchal        | 20-05-1971 |
| 11,1                              | Maurílio Silva           | 14-08-1954 | s18  | CSM     | t. manual |          | Coimbra        | 29-05-1971 |
| 11,1                              | Maurílio Silva           | 14-08-1954 | s18  | CSM     | t. manual |          | Coimbra        | 29-05-1971 |
| 11,1                              | José Câmara              | 04-10-1954 | s20  | CSM     | t. manual |          | Funchal        | 15-04-1972 |
| 11,0                              | José Câmara              | 04-10-1954 | s20  | CSM     | t. manual |          | Funchal        | 26-04-1972 |
| 11,0                              | José Câmara              | 04-10-1954 | s20  | CSM     | t. manual |          | Lisboa (N)     | 28-05-1972 |
| 10,9                              | José Câmara              | 04-10-1954 | s20  | CSM     | t. manual |          | Lisboa (F)     | 17-06-1972 |
| 10,9                              | José Manuel Vieira       | 01-03-1957 | s23  | CSM     | t. manual |          | Funchal        | 05-04-1978 |
| 10,9                              | José Manuel Vieira       | 01-03-1957 | s23  | CSM     | t. manual |          | Funchal        | 31-03-1979 |
| 10,8                              | João Raimundo            | 23-01-1964 | s18  | CSM     | t. manual |          | Guarda         | 13-06-1981 |
| 10,7                              | 0,4 Roberto Capelo       | 07-06-1977 | s20  | CSM     | t. manual |          | Funchal        | 30-06-1996 |
| 10,76                             | 1,9 Tiago Ganço          | 07-04-1977 | s23  | CSM     |           |          | Coimbra (M)    | 19-07-1997 |
| 10,71                             | 1,1 Vítor Jorge          | 28-11-1974 | Sen  | GDE     |           |          | Lisboa (I)     | 20-06-1998 |
| 10,66                             | 1,4 Tiago Ganço          | 07-04-1977 | s23  | CSM     |           |          | Maia           | 04-07-1998 |
| 10,64                             | 1,3 Dany Gonçalves       | 14-03-1985 | s23  | CSM     |           |          | Luso           | 30-06-2007 |
| 10,61                             | 1,6 Dany Gonçalves       | 14-03-1985 | s23  | CSM     |           |          | Lisboa (U)     | 28-07-2007 |
| 10,56                             | 1,5 Dany Gonçalves       | 14-03-1985 | s23  | CSM     |           |          | Lisboa (U)     | 28-07-2007 |
| 10,51                             | 1,0 Dany Gonçalves       | 14-03-1985 | Sen  | CSM     |           |          | Ribeira Brava  | 12-07-2008 |
| 10,50                             | -0,5 Dany Gonçalves      | 14-03-1985 | Sen  | CSM     |           |          | Ribeira Brava  | 23-07-2008 |
| 10,48                             | 1,1 Dany Gonçalves       | 14-03-1985 | Sen  | CSM     |           |          | Leiria         | 13-06-2009 |
| 10,46                             | 1,2 Dany Gonçalves       | 14-03-1985 | V 40 | CSM     |           |          | Ribeira Brava  | 17-06-2025 |
| 10,39                             | 1,5 Dany Gonçalves       | 14-03-1985 | Sen  | CSM     |           |          | Ribeira Brava  | 17-06-2009 |
| 10,39                             | 1,4 Dany Gonçalves       | 14-03-1985 | Sen  | CSM     |           | igualado | Leiria         | 20-06-2009 |
| 10,29                             | 0,8 Delvis Santos        | 27-06-1999 | Sen  | AJS     |           |          | Braga          | 29-07-2023 |
| 10,29                             | 0,4 Gabriel Maia         | 17-02-2003 | s23  | AJS     |           | igualado | Salamanca /ESP | 07-06-2025 |
| 10,17                             | 0,4 Gabriel Maia         | 17-02-2003 | s23  | AJS     |           |          | Salamanca /ESP | 07-06-2025 |

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca                             |     | Atleta                | Nac.       | D.N. | Escalão | Clube     | Obs | Local         | Data       |
|-----------------------------------|-----|-----------------------|------------|------|---------|-----------|-----|---------------|------------|
| <b>200 m</b>                      |     |                       |            |      |         |           |     |               |            |
| <i>prova do programa olímpico</i> |     |                       |            |      |         |           |     |               |            |
| 25,2                              |     | José Dinis Gomes      | 29-08-1942 | s23  | CSM     | t. manual |     | Funchal       | 22-07-1962 |
| 24,5                              |     | Rui Brazão Machado    | 07-04-1944 | s20  | SCM-M   | t. manual |     | Funchal       | 14-07-1963 |
| 24,5                              |     | José Dinis Gomes      | 29-08-1942 | s23  | CDN     | t. manual |     | Funchal       | 14-07-1963 |
| 24,4                              |     | Rui Brazão Machado    | 07-04-1944 | s20  | SCM-M   | t. manual |     | Funchal       | 21-07-1963 |
| 24,1                              |     | José Dinis Gomes      | 29-08-1942 | Sen  | CDN     | t. manual |     | Funchal       | 28-05-1967 |
| 23,8                              |     | José Dinis Gomes      | 29-08-1942 | Sen  | CDN     | t. manual |     | Funchal       | 16-06-1967 |
| 23,6                              |     | João Lomelino Freitas | 13-01-1953 | s18  | CSM     | t. manual |     | Funchal       | 02-05-1970 |
| 23,5                              |     | João Lomelino Freitas | 13-01-1953 | s20  | CSM     | t. manual |     | Funchal       | 21-01-1971 |
| 23,3                              |     | Valdemar Romão        | 19-04-1954 | s18  | CSM     | t. manual |     | Funchal       | 22-05-1971 |
| 22,5                              |     | José Câmara           | 04-10-1954 | s20  | CSM     | t. manual |     | Funchal       | 11-03-1972 |
| 22,2                              |     | José Câmara           | 04-10-1954 | s20  | CSM     | t. manual |     | Funchal       | 06-05-1972 |
| 22,2                              |     | José Câmara           | 04-10-1954 | s20  | CSM     | t. manual |     | Funchal       | 31-05-1972 |
| 21,97                             | 0,6 | Tiago Ganço           | 07-04-1977 | s23  | CSM     |           |     | Lisboa (U)    | 25-07-1997 |
| 21,31                             | 0,6 | Vítor Jorge           | 28-11-1974 | Sen  | GDE     |           |     | Budapeste     | 06-06-1998 |
| 21,12                             | 0,7 | Vítor Jorge           | 28-11-1974 | Sen  | GDE     |           |     | Lisboa (U)    | 18-07-1998 |
| 21,00                             | 0,8 | Delvis Santos         | 27-06-1999 | Sen  | AJS     |           |     | Andujar/ESP   | 04-06-2022 |
| 20,97                             | 1,2 | Delvis Santos         | 27-06-1999 | Sen  | AJS     |           |     | Stratford/GBR | 17-07-2022 |

|                                   |  |                         |            |     |       |           |  |            |            |
|-----------------------------------|--|-------------------------|------------|-----|-------|-----------|--|------------|------------|
| <b>400 m</b>                      |  |                         |            |     |       |           |  |            |            |
| <i>prova do programa olímpico</i> |  |                         |            |     |       |           |  |            |            |
| 56,0                              |  | Anaim Fernandes         | 01-11-1934 | Sen | CSM   | t. manual |  | Funchal    | 15-04-1962 |
| 56,0                              |  | Guilherme Abreu Correia | 03-02-1946 | s20 | SCM-M | t. manual |  | Funchal    | 03-05-1964 |
| 55,8                              |  | Guilherme Abreu Correia | 03-02-1946 | s20 | SCM-M | t. manual |  | Funchal    | 28-04-1965 |
| 55,3                              |  | José Dinis Gomes        | 29-08-1942 | Sen | CDN   | t. manual |  | Funchal    | 17-06-1967 |
| 55,3                              |  | Miguel Branco           | 18-04-1947 | s23 | CSM   | t. manual |  | Funchal    | 24-05-1969 |
| 54,8                              |  | João Lomelino Freitas   | 13-01-1953 | s18 | CSM   | t. manual |  | Funchal    | 29-05-1969 |
| 54,3                              |  | João Lomelino Freitas   | 13-01-1953 | s18 | CSM   | t. manual |  | Funchal    | 16-04-1970 |
| 52,9                              |  | João Lomelino Freitas   | 13-01-1953 | s20 | CSM   | t. manual |  | Funchal    | 06-01-1971 |
| 52,0                              |  | João Lomelino Freitas   | 13-01-1953 | s20 | CSM   | t. manual |  | Funchal    | 25-03-1971 |
| 52,0                              |  | José Câmara             | 04-10-1954 | s20 | CSM   | t. manual |  | Funchal    | 29-04-1972 |
| 50,8                              |  | José Câmara             | 04-10-1954 | s20 | CSM   | t. manual |  | Funchal    | 03-05-1972 |
| 49,8                              |  | José Câmara             | 04-10-1954 | s20 | CSM   | t. manual |  | Lisboa (F) | 17-06-1972 |
| 49,1                              |  | José Câmara             | 04-10-1954 | s20 | CSM   | t. manual |  | Lisboa (F) | 16-07-1972 |
| 48,8                              |  | José Câmara             | 04-10-1954 | s20 | CSM   | t. manual |  | Roma       | 08-08-1972 |
| 48,8                              |  | Carlos M. Correia       | 25-08-1955 | Sen | CDN   | t. manual |  | Lisboa (N) | 25-07-1981 |
| 47,04                             |  | Vítor Jorge             | 28-11-1974 | Sen | GDE   |           |  | Maia       | 04-07-1998 |
| 46,77                             |  | Sérgio Duro             | 19-02-1980 | Sen | GDE   |           |  | Lisboa (U) | 05-06-2004 |
| 46,75                             |  | Rafael Jorge            | 01-03-1997 | Sen | ADRAP |           |  | Beja       | 25-05-2024 |

**EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS**

**ABSOLUTOS - Masculinos**

Até: 7/2026

| Marca                             | Atleta                | Nac.       | D.N. | Escalão | Clube     | Obs | Local        | Data       |
|-----------------------------------|-----------------------|------------|------|---------|-----------|-----|--------------|------------|
| <b>800 m</b>                      |                       |            |      |         |           |     |              |            |
| <i>prova do programa olímpico</i> |                       |            |      |         |           |     |              |            |
| 2.20,4                            | Joel Rogério Pinto    | 20-11-1939 | Sen  | CSM     | t. manual |     | Funchal      | 15-04-1962 |
| 2.14,4                            | Joel Rogério Pinto    | 20-11-1939 | Sen  | CSM     | t. manual |     | Funchal      | 20-07-1963 |
| 2.12,7                            | Joel Rogério Pinto    | 20-11-1939 | Sen  | CSM     | t. manual |     | Funchal      | 19-04-1964 |
| 2.09,6                            | Joel Rogério Pinto    | 20-11-1939 | Sen  | CSM     | t. manual |     | Funchal      | 08-05-1965 |
| 2.07,6                            | João Martinho Gouveia | 11-11-1948 | s23  | CDN     | t. manual |     | Funchal      | 25-03-1969 |
| 2.05,1                            | João Martinho Gouveia | 11-11-1948 | s23  | CDN     | t. manual |     | Funchal      | 20-05-1969 |
| 2.05,0                            | João Martinho Gouveia | 11-11-1948 | s23  | CDN     | t. manual |     | Viseu        | 21-06-1969 |
| 2.03,4                            | José Maria Pereira    | 11-05-1951 | s23  | CSM     | t. manual |     | Funchal      | 27-06-1971 |
| 2.02,3                            | José Maria Pereira    | 11-05-1951 | s23  | CSM     | t. manual |     | Funchal      | 24-04-1971 |
| 2.02,3                            | Leonardo Caetano      | 10-02-1950 | s23  | ACF     | t. manual |     | Funchal      | 13-02-1972 |
| 2.02,3                            | José Rui Silva        | 12-03-1955 | s20  | IND     | t. manual |     | Lisboa (N)   | 03-06-1973 |
| 2.01,5                            | Albino João Freitas   | 04-03-1957 | s20  | ACF     | t. manual |     | Funchal      | 11-04-1976 |
| 2.00,6                            | Albino João Freitas   | 04-03-1957 | s20  | ACF     | t. manual |     | Funchal      | 30-05-1976 |
| 1.59,6                            | Albino João Freitas   | 04-03-1957 | s20  | ACF     | t. manual |     | Lisboa (N)   | 06-06-1976 |
| 1.58,5                            | Sérgio Quintal        | 08-07-1960 | s18  | CSM     | t. manual |     | Lisboa (N)   | 12-06-1977 |
| 1.57,3                            | Sérgio Quintal        | 08-07-1960 | s18  | CSM     | t. manual |     | Lisboa (N)   | 19-06-1977 |
| 1.56,0                            | Emanuel Viveiros      | 05-06-1960 | s20  | CSM     | t. manual |     | Funchal      | 16-04-1978 |
| 1.55,0                            | Emanuel Viveiros      | 05-06-1960 | s20  | CSM     | t. manual |     | Funchal      | 14-05-1978 |
| 1.53,4                            | Emanuel Viveiros      | 05-06-1960 | s20  | CSM     | t. manual |     | Lisboa (L)   | 18-06-1978 |
| 1.52,7                            | Emanuel Viveiros      | 05-06-1960 | s20  | CDN     | t. manual |     | Sevilha      | 10-06-1979 |
| 1.52,69                           | Lino Correia          | 17-09-1960 | Sen  | JAC     |           |     | Lisboa (N)   | 23-07-1983 |
| 1.52,08                           | Norberto Pereira      | 28-12-1959 | Sen  | GSS     |           |     | Lisboa (N)   | 08-07-1984 |
| 1.50,0                            | Marco Rebelo          | 18-06-1973 | s23  | CDN     | t. manual |     | Funchal      | 18-07-1994 |
| 1.49,11                           | Marco Rebelo          | 18-06-1973 | s23  | CSM     |           |     | Funchal      | 08-07-1995 |
| 1.49,08                           | pc Duarte Ponte       | 11-11-1973 | Sen  | GDE     |           |     | Espinho - pc | 06-02-2000 |
| 1.47,91                           | Diogo Sousa           | 28-11-1983 | s23  | GDE     |           |     | Lisboa (I)   | 13-06-2004 |
| 1.47,46                           | Diogo Sousa           | 28-11-1983 | s23  | GDE     |           |     | Barcelona    | 09-07-2004 |

**EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS**

**ABSOLUTOS - Masculinos**

Até: 7/2026

| Marca                             | Atleta                | Nac.       | D.N. | Escalão | Clube     | Obs | Local      | Data       |
|-----------------------------------|-----------------------|------------|------|---------|-----------|-----|------------|------------|
| <b>1 500 m</b>                    |                       |            |      |         |           |     |            |            |
| <i>prova do programa olímpico</i> |                       |            |      |         |           |     |            |            |
| 4.30,7                            | Joel Rogério Pinto    | 20-11-1939 | Sen  | CSM     | t. manual |     | Funchal    | 13-07-1963 |
| 4.24,8                            | Joel Rogério Pinto    | 20-11-1939 | Sen  | CSM     | t. manual |     | Funchal    | 15-05-1965 |
| 4.19,4                            | João Martinho Gouveia | 11-11-1948 | s23  | CDN     | t. manual |     | Funchal    | 11-05-1969 |
| 4.18,6                            | José Maria Pereira    | 11-05-1951 | s20  | CSM     | t. manual |     | Funchal    | 18-04-1970 |
| 4.17,4                            | José Maria Pereira    | 11-05-1951 | s23  | CSM     | t. manual |     | Funchal    | 21-01-1971 |
| 4.15,0                            | José Maria Pereira    | 11-05-1951 | s23  | CSM     | t. manual |     | Funchal    | 22-04-1971 |
| 4.12,9                            | José Maria Pereira    | 11-05-1951 | s23  | CSM     | t. manual |     | Funchal    | 06-07-1971 |
| 4.03,2                            | Leonardo Caetano      | 10-02-1950 | s23  | ACF     | t. manual |     | Funchal    | 12-02-1972 |
| 4.03,1                            | Leonardo Caetano      | 10-02-1950 | s23  | ACF     | t. manual |     | Funchal    | 11-03-1972 |
| 4.02,1                            | Emanuel Viveiros      | 05-06-1960 | s20  | CSM     | t. manual |     | Funchal    | 08-04-1978 |
| 3.58,6                            | Emanuel Viveiros      | 05-06-1960 | s20  | CSM     | t. manual |     | Lisboa (N) | 13-05-1978 |
| 3.57,3                            | Sílvio Ferreira       | 16-02-1958 | s23  | CSM     | t. manual |     | Lisboa (N) | 14-04-1979 |
| 3.55,2                            | José Frias            | 20-06-1959 | s23  | CSM     | t. manual |     | Funchal    | 04-04-1981 |
| 3.54,9                            | José Frias            | 20-06-1959 | Sen  | CSM     | t. manual |     | Lisboa (N) | 24-07-1982 |
| 3.54,0                            | Cipriano Lucas        | 12-04-1963 | s23  | CSM     | t. manual |     | Lisboa (N) | 07-05-1983 |
| 3.52,6                            | Cipriano Lucas        | 12-04-1963 | s23  | CSM     | t. manual |     | Lisboa (N) | 27-05-1983 |
| 3.51,2                            | Cipriano Lucas        | 12-04-1963 | s23  | CSM     | t. manual |     | Lisboa (N) | 25-06-1983 |
| 3.49,97                           | Cipriano Lucas        | 12-04-1963 | s23  | CSM     |           |     | Lisboa (N) | 23-07-1983 |
| 3.48,1                            | Francisco Viveiros    | 15-11-1961 | Sen  | CSM     | t. manual |     | Lisboa (N) | 15-08-1987 |
| 3.46,97                           | Marco Rebelo          | 18-06-1973 | s23  | CDN     |           |     | Lisboa (U) | 09-07-1994 |
| 3.46,14                           | Marco Rebelo          | 18-06-1973 | s23  | CSM     |           |     | Lisboa (U) | 20-05-1995 |
| 3.43,20                           | Marco Rebelo          | 18-06-1973 | s23  | CSM     |           |     | Lisboa (U) | 17-06-1995 |
| 3.41,44                           | Marco Rebelo          | 18-06-1973 | Sen  | CSM     |           |     | Lisboa (I) | 20-06-1998 |
| 3.40,98                           | Marco Rebelo          | 18-06-1973 | Sen  | CSM     |           |     | Funchal    | 25-07-1998 |

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca | Atleta | Nac. | D.N. | Escalão | Clube | Obs | Local | Data |
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|

#### 5 000 m

| <i>prova do programa olímpico</i> |                    |            |     |     |           |                       |            |
|-----------------------------------|--------------------|------------|-----|-----|-----------|-----------------------|------------|
| 17.08,8                           | Joel Rogério Pinto | 20-11-1939 | Sen | CSM | t. manual | Funchal               | 26-04-1964 |
| 16.51,9                           | Joel Rogério Pinto | 20-11-1939 | Sen | CSM | t. manual | Funchal               | 03-06-1967 |
| 16.50,1                           | Alvarino Mendonça  | 22-09-1939 | Sen | CSM | t. manual | Funchal               | 16-06-1967 |
| 16.37,4                           | Alvarino Mendonça  | 22-09-1939 | Sen | CSM | t. manual | Funchal               | 29-07-1967 |
| 15.57,7                           | Alvarino Mendonça  | 22-09-1939 | Sen | CSM | t. manual | Funchal               | 21-05-1968 |
| 15.23,2                           | Leonardo Caetano   | 10-02-1950 | s23 | ACF | t. manual | Funchal               | 27-02-1972 |
| 15.08,4                           | José Frias         | 20-06-1959 | s20 | CSM | t. manual | Funchal               | 07-05-1977 |
| 15.03,0                           | José Frias         | 20-06-1959 | s20 | CSM | t. manual | Lisboa (N)            | 14-05-1977 |
| 14.57,8                           | José Frias         | 20-06-1959 | s20 | CSM | t. manual | Lisboa (N)            | 16-07-1977 |
| 14.53,4                           | José Frias         | 20-06-1959 | s20 | CSM | t. manual | Funchal               | 24-04-1978 |
| 14.35,1                           | José Frias         | 20-06-1959 | s20 | CSM | t. manual | Lisboa (N)            | 14-05-1978 |
| 14.29,5                           | José Frias         | 20-06-1959 | s23 | CSM | t. manual | Funchal               | 11-04-1981 |
| 14.21,7                           | José Frias         | 20-06-1959 | Sen | CSM | t. manual | Lisboa (A)            | 10-06-1982 |
| 14.19,0                           | José Frias         | 20-06-1959 | Sen | JAC | t. manual | Lisboa (N)            | 24-07-1983 |
| 14.18,5                           | José Frias         | 20-06-1959 | Sen | GSS | t. manual | Lisboa (N)            | 20-05-1984 |
| 14.17,6                           | José Frias         | 20-06-1959 | Sen | GSS | t. manual | Lisboa (N)            | 03-06-1984 |
| 14.13,42                          | Licínio Pimentel   | 12-04-1977 | Sen | GDE |           | Lisboa (U)            | 31-07-2004 |
| 13.59,25                          | Alberto Paulo      | 03-10-1985 | Sen | CSM |           | Leiria                | 17-07-2010 |
| 13.43,65                          | Hugo Rocha         | 27-06-1997 | Sen | GDE |           | Maisons-Laffitte /FRA | 07-06-2025 |

#### 10 000 m

| <i>prova do programa olímpico</i> |                    |            |     |     |           |            |            |
|-----------------------------------|--------------------|------------|-----|-----|-----------|------------|------------|
| 38.47,1                           | Joel Rogério Pinto | 20-11-1939 | Sen | CSM | t. manual | Funchal    | 03-05-1964 |
| 37.37,1                           | Alvarino Mendonça  | 22-09-1939 | Sen | CSM | t. manual | Funchal    | 11-07-1965 |
| 36.26,8                           | José Vicente Lemos | 19-07-1938 | Sen | CDN | t. manual | Funchal    | 03-07-1966 |
| 36.05,6                           | Alvarino Mendonça  | 22-09-1939 | Sen | CSM | t. manual | Funchal    | 10-06-1967 |
| 33.51,8                           | Alvarino Mendonça  | 22-09-1939 | Sen | CSM | t. manual | Funchal    | 18-06-1967 |
| 33.36,2                           | Alvarino Mendonça  | 22-09-1939 | Sen | CSM | t. manual | Funchal    | 05-08-1967 |
| 32.10,9                           | Leonardo Caetano   | 10-02-1950 | s23 | ACF | t. manual | Funchal    | 04-03-1972 |
| 31.20,2                           | Manuel Dionísio    | 02-03-1957 | s23 | CDN | t. manual | Funchal    | 17-06-1978 |
| 30.57,3                           | José Frias         | 20-06-1959 | s23 | CSM | t. manual | Funchal    | 08-04-1979 |
| 30.00,8                           | José Frias         | 20-06-1959 | s23 | CSM | t. manual | Lisboa (N) | 14-04-1979 |
| 29.45,8                           | José Frias         | 20-06-1959 | s23 | CSM | t. manual | Lisboa (N) | 02-05-1981 |
| 29.40,3                           | José Frias         | 20-06-1959 | Sen | GSS | t. manual | Lisboa (N) | 21-04-1984 |

#### Maratona

| <i>prova do programa olímpico</i> |                |            |     |       |  |             |            |
|-----------------------------------|----------------|------------|-----|-------|--|-------------|------------|
| 42 195 m                          |                |            |     |       |  |             |            |
| 2:21.49                           | José Frias     | 20-06-1959 | Sen | GSS   |  | Jersey (UK) | 05-05-1985 |
| 2:19.31                           | Tiago F. Silva | 31-05-1986 | Sen | ADRAP |  | Berlim/GER  | 28-09-2014 |

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca                                     | Atleta                  | Nac.       | D.N. | Escalão | Clube     | Obs | Local                             | Data       |
|-------------------------------------------|-------------------------|------------|------|---------|-----------|-----|-----------------------------------|------------|
| <b>3 000 m Obstáculos</b>                 |                         |            |      |         |           |     |                                   |            |
| 0,91 m - 28x obstáculos + 7x vala de água |                         |            |      |         |           |     | <i>prova do programa olímpico</i> |            |
| 13.27,2                                   | Alvarino Mendonça       | 22-09-1939 | Sen  | CSM     | t. manual |     | Funchal                           | 14-04-1963 |
| 11.21,5                                   | José Martinho Vieira    | 20-08-1938 | Sen  | CSM     | t. manual |     | Funchal                           | 19-04-1964 |
| 9.43,1                                    | a) José Martinho Vieira | 20-08-1938 | Sen  | CSM     | t. manual |     | Funchal                           | 02-07-1966 |
| 10.58,5                                   | Ilídio Correia          | 20-08-1951 | s20  | CDN     | t. manual |     | Funchal                           | 20-04-1969 |
| 10.41,4                                   | Manuel Dionísio         | 02-03-1957 | s20  | CDN     | t. manual |     | Funchal                           | 15-05-1976 |
| 10.34,0                                   | Manuel Dionísio         | 02-03-1957 | s20  | CDN     | t. manual |     | Funchal                           | 26-06-1976 |
| 10.02,0                                   | Manuel Loreto Andrade   | 04-10-1957 | s23  | CSM     | t. manual |     | Lisboa (N)                        | 19-06-1977 |
| 9.57,6                                    | Sílvio Ferreira         | 16-02-1958 | s23  | CSM     | t. manual |     | Lisboa (N)                        | 04-06-1978 |
| 9.43,4                                    | José Maria Pereira      | 11-05-1951 | Sen  | CSM     | t. manual |     | Porto                             | 06-05-1979 |
| 9.37,1                                    | Manuel Dionísio         | 02-03-1957 | Sen  | CDN     | t. manual |     | Funchal                           | 26-04-1980 |
| 9.23,6                                    | Manuel Dionísio         | 02-03-1957 | Sen  | CDN     | t. manual |     | Lisboa (N)                        | 18-05-1980 |
| 9.18,7                                    | Manuel Dionísio         | 02-03-1957 | Sen  | CDN     | t. manual |     | Lisboa (N)                        | 06-07-1980 |
| 9.17,1                                    | Manuel Dionísio         | 02-03-1957 | Sen  | CDN     | t. manual |     | Lisboa (N)                        | 25-07-1981 |
| 9.14,7                                    | Francisco Viveiros      | 15-11-1961 | Sen  | GSS     | t. manual |     | Lisboa (A)                        | 28-06-1984 |
| 9.11,8                                    | Francisco Viveiros      | 15-11-1961 | Sen  | CSM     | t. manual |     | Lisboa (N)                        | 26-07-1987 |
| 9.11,0                                    | Francisco Viveiros      | 15-11-1961 | Sen  | CSM     | t. manual |     | Lisboa (N)                        | 24-04-1988 |
| 8.49,04                                   | Marco Rebelo            | 18-06-1973 | s20  | CDN     |           |     | Seoul                             | 20-09-1992 |
| 8.48,42                                   | Marco Rebelo            | 18-06-1973 | s23  | CSM     |           |     | Lisboa (U)                        | 09-04-1995 |
| 8.41,55                                   | Marco Rebelo            | 18-06-1973 | s23  | CSM     |           |     | Kevelaer                          | 04-06-1995 |
| 8.39,55                                   | Marco Rebelo            | 18-06-1973 | Sen  | CSM     |           |     | Coimbra (M)                       | 10-06-1998 |
| 8.35,56                                   | Marco Rebelo            | 18-06-1973 | Sen  | CSM     |           |     | Maia                              | 02-08-1998 |
| 8.33,25                                   | Alberto Paulo           | 03-10-1985 | Sen  | CSM     |           |     | Neerpelt                          | 31-05-2008 |
| 8.28,88                                   | Alberto Paulo           | 03-10-1985 | Sen  | CSM     |           |     | Barakaldo                         | 11-06-2008 |
| 8.24.2                                    | Alberto Paulo           | 03-10-1985 | Sen  | CSM     | t. manual |     | Ribeira Brava                     | 23-07-2008 |
| 8.24,06                                   | Alberto Paulo           | 03-10-1985 | Sen  | CSM     |           |     | Heusden (BEL)                     | 09-07-2010 |
| 8.22,41                                   | Alberto Paulo           | 03-10-1985 | Sen  | CSM     |           |     | Daegu (KOR)                       | 29-08-2011 |

a) marca que foi considerada Record Regional Absoluto, mas o atleta fez menos uma volta

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca                        | Atleta                | Nac.       | D.N. | Escalão                           | Clube     | Obs | Local         | Data       |
|------------------------------|-----------------------|------------|------|-----------------------------------|-----------|-----|---------------|------------|
| <b>110 m Barreiras</b>       |                       |            |      |                                   |           |     |               |            |
| 10b / 1,067m - 13,72 + 9,14m |                       |            |      | <i>prova do programa olímpico</i> |           |     |               |            |
| 19,7                         | Raul Sá               | 22-11-1942 | s23  | CDN                               | t. manual |     | Funchal       | 26-04-1964 |
| 19,7                         | António Basílio Lopes | 10-05-1942 | Sen  | CSM                               | t. manual |     | Funchal       | 15-07-1967 |
| 19,0                         | João Avelino Abreu    | 10-11-1946 | s23  | CDN                               | t. manual |     | Funchal       | 25-05-1968 |
| 17,3                         | Ricardo Oliveira      | 01-12-1950 | s23  | CSM                               | t. manual |     | Funchal       | 27-02-1972 |
| 16,0                         | José Manuel Sol       | 14-11-1956 | s23  | CSM                               | t. manual |     | Funchal       | 14-05-1976 |
| 16,0                         | 0,3 José Manuel Sol   | 14-11-1956 | s23  | CSM                               | t. manual |     | Lisboa (N)    | 18-06-1977 |
| 15,8                         | 0,3 José Durão        | 09-01-1969 | s23  | CSM                               | t. manual |     | Lisboa (A)    | 24-06-1990 |
| 15,21                        | Alain Monteiro        | 28-01-1970 | Sen  | CSM                               |           |     | Lisboa (U)    | 27-04-1997 |
| 15,17                        | Alain Monteiro        | 28-01-1970 | Sen  | CSM                               |           |     | Lisboa (I)    | 20-06-1997 |
| 15,10                        | Alain Monteiro        | 28-01-1970 | Sen  | CSM                               |           |     | Lisboa (I)    | 09-07-1997 |
| 15,00                        | -0,6 Alain Monteiro   | 28-01-1970 | Sen  | CSM                               |           |     | Funchal       | 12-07-1997 |
| 14,60                        | Amâncio Santos        | 31-01-1977 | Sen  | GDE                               |           |     | Rio Maior     | 10-05-2000 |
| 14,57                        | Amâncio Santos        | 31-01-1977 | Sen  | GDE                               |           |     | Lisboa (U)    | 28-05-2000 |
| 14,56                        | Amâncio Santos        | 31-01-1977 | Sen  | GDE                               |           |     | Majadahonda   | 28-06-2000 |
| 14,46                        | -0,1 Amâncio Santos   | 31-01-1977 | Sen  | GDE                               |           |     | Lisboa (U)    | 05-08-2000 |
| 14,28                        | 1,6 Paulo Neto        | 11-03-1997 | s23  | AJS                               |           |     | Vagos         | 23-06-2019 |
| 14,21                        | 0,7 Paulo Neto        | 11-03-1997 | s23  | AJS                               |           |     | Gavle/SUE     | 12-07-2019 |
| 14,04                        | 0,7 Abdel Larrinaga   | 13-07-1994 | Sen  | GDE                               |           |     | Ribeira Brava | 23-05-2021 |
| 13,81                        | -0,3 Abdel Larrinaga  | 13-07-1994 | Sen  | GDE                               |           |     | Silesia/POL   | 30-05-2021 |

### 400 m Barreiras

|                          |                         |            |     |                                   |           |  |            |            |
|--------------------------|-------------------------|------------|-----|-----------------------------------|-----------|--|------------|------------|
| 10b / 0,91 m - 45 + 35 m |                         |            |     | <i>prova do programa olímpico</i> |           |  |            |            |
| 64,1                     | Guilherme Abreu Correia | 03-02-1946 | s20 | SCM-M                             | t. manual |  | Funchal    | 06-06-1964 |
| 60,9                     | Maurílio Silva          | 14-08-1954 | s18 | CSM                               | t. manual |  | Funchal    | 22-05-1971 |
| 60,7                     | Maurílio Silva          | 14-08-1954 | s18 | CSM                               | t. manual |  | Funchal    | 26-06-1971 |
| 58,9                     | José Manuel Sol         | 14-11-1956 | s23 | CSM                               | t. manual |  | Lisboa (N) | 06-06-1976 |
| 57,0                     | José Manuel Sol         | 14-11-1956 | s23 | CSM                               | t. manual |  | Lisboa (N) | 06-06-1976 |
| 56,77                    | José Manuel Sol         | 14-11-1956 | s23 | CSM                               |           |  | Lisboa (N) | 18-07-1976 |
| 55,4                     | José Manuel Sol         | 14-11-1956 | s23 | CSM                               | t. manual |  | Lisboa (N) | 15-05-1977 |
| 54,9                     | José Manuel Sol         | 14-11-1956 | s23 | CSM                               | t. manual |  | Lisboa (N) | 21-07-1977 |
| 54,9                     | Alain Monteiro          | 28-01-1970 | Sen | CSM                               | t. manual |  | Lisboa (U) | 26-04-1997 |
| 54,79                    | Alain Monteiro          | 28-01-1970 | Sen | CSM                               |           |  | Maia       | 14-06-1997 |
| 54,12                    | Emiliano Ventura        | 05-03-1979 | s23 | GDE                               |           |  | Braga      | 23-06-1999 |
| 53,57                    | Sérgio Duro             | 19-02-1980 | s23 | GDE                               |           |  | Almada     | 25-05-2002 |
| 52,54                    | Sérgio Duro             | 19-02-1980 | s23 | GDE                               |           |  | Lisboa (U) | 08-06-2002 |
| 51,89                    | Sérgio Duro             | 19-02-1980 | s23 | GDE                               |           |  | Cáceres    | 12-06-2002 |
| 51,50                    | Sérgio Duro             | 19-02-1980 | s23 | GDE                               |           |  | Lisboa (U) | 18-06-2002 |
| 51,36                    | Sérgio Duro             | 19-02-1980 | Sen | GDE                               |           |  | Covilhã    | 03-05-2003 |
| 51,09                    | Sérgio Duro             | 19-02-1980 | Sen | GDE                               |           |  | Lisboa (A) | 10-05-2003 |
| 50,48                    | Sérgio Duro             | 19-02-1980 | Sen | GDE                               |           |  | Lisboa (U) | 17-05-2003 |
| 50,04                    | Sérgio Duro             | 19-02-1980 | Sen | GDE                               |           |  | Vila Real  | 10-06-2003 |

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca                             | Atleta                  | Nac.       | D.N. | Escalão | Clube | Obs      | Local        | Data       |
|-----------------------------------|-------------------------|------------|------|---------|-------|----------|--------------|------------|
| <b>Salto em Altura</b>            |                         |            |      |         |       |          |              |            |
| <i>prova do programa olímpico</i> |                         |            |      |         |       |          |              |            |
| 1,58                              | Jorge F. Goncalves      | 26-05-1937 | Sen  | CSM     |       |          | Funchal      | 22-07-1962 |
| 1,60                              | Mário Juvêncio Camacho  | 12-09-1945 | s20  | SCM-M   |       |          | Funchal      | 26-04-1964 |
| 1,65                              | António Basílio Lopes   | 10-05-1942 | Sen  | CSM     |       |          | Funchal      | 15-05-1965 |
| 1,67                              | António Basílio Lopes   | 10-05-1942 | Sen  | CSM     |       |          | Funchal      | 03-06-1967 |
| 1,67                              | Júlio Faustino Soares   | 15-02-1952 | s23  | CSM     |       | igualado | Funchal      | 18-03-1972 |
| 1,70                              | António Daniel Ferreira | 11-05-1954 | s20  | CSM     |       |          | Funchal      | 26-05-1973 |
| 1,71                              | Emanuel Viveiros        | 05-06-1960 | s18  | CDN     |       |          | Funchal      | 26-06-1976 |
| 1,72                              | Henrique T. Gonçalves   | 24-01-1960 | s18  | CSM     |       |          | Funchal      | 24-04-1977 |
| 1,73                              | António Daniel Ferreira | 11-05-1954 | Sen  | CSM     |       |          | Funchal      | 03-07-1977 |
| 1,73                              | José Manuel Sol         | 14-11-1956 | s23  | CSM     |       | igualado | Lisboa (N)   | 27-08-1977 |
| 1,75                              | António Daniel Ferreira | 11-05-1954 | Sen  | CSM     |       |          | Funchal      | 01-05-1978 |
| 1,76                              | Miguel Luz Freitas      | 08-09-1961 | s20  | CSM     |       |          | Coimbra      | 11-05-1980 |
| 1,77                              | Miguel Luz Freitas      | 08-09-1961 | s23  | CSM     |       |          | Funchal      | 05-04-1981 |
| 1,80                              | Emanuel Viveiros        | 05-06-1960 | s23  | CSM     |       |          | Funchal      | 12-04-1981 |
| 1,81                              | António Jorge Freitas   | 22-01-1965 | s20  | CSM     |       |          | Lisboa (N)   | 06-05-1984 |
| 1,84                              | Emanuel Viveiros        | 05-06-1960 | Sen  | CSM     |       |          | Lisboa (N)   | 09-06-1985 |
| 1,87                              | Graciano Farinha        | 08-10-1962 | Sen  | CSM     |       |          | Lisboa (N)   | 26-07-1987 |
| 1,87                              | José Caldeira           | 30-04-1971 | s20  | CSM     |       | igualado | Lisboa (N)   | 16-07-1989 |
| 1,92                              | José Durão              | 09-01-1969 | s23  | CSM     |       |          | Lisboa (N)   | 14-04-1990 |
| 2,01                              | José Durão              | 09-01-1969 | s23  | CSM     |       |          | Lisboa (N)   | 29-04-1990 |
| 2,01                              | José Durão              | 09-01-1969 | s23  | CSM     |       | igualado | Lisboa (N)   | 20-05-1990 |
| 2,01                              | José Durão              | 09-01-1969 | s23  | CSM     |       | igualado | Lisboa (N)   | 09-06-1990 |
| 2,05                              | Frederico Spínola       | 03-03-1978 | s20  | GDE     |       |          | Funchal      | 23-11-1996 |
| 2,06                              | Frederico Spínola       | 03-03-1978 | s20  | GDE     |       |          | Funchal      | 11-05-1997 |
| 2,07                              | pc Frederico Spínola    | 03-03-1978 | s23  | GDE     |       |          | Espinho - pc | 08-01-2000 |
| 2,07                              | pc Frederico Spínola    | 03-03-1978 | s23  | GDE     |       | igualado | Espinho - pc | 22-01-2000 |
| 2,07                              | pc Paulo J. Gonçalves   | 05-03-1985 | s23  | GDE     |       | igualado | Espinho - pc | 27-01-2007 |
| 2,08                              | pc Paulo J. Gonçalves   | 05-03-1985 | s23  | GDE     |       |          | Espinho - pc | 03-02-2007 |
| 2,12                              | pc Paulo J. Gonçalves   | 05-03-1985 | s23  | GDE     |       |          | Pombal - pc  | 10-02-2007 |
| 2,13                              | pc Paulo J. Gonçalves   | 05-03-1985 | s23  | GDE     |       |          | Espinho - pc | 14-02-2007 |
| 2,15                              | Paulo J. Gonçalves      | 05-03-1985 | s23  | GDE     |       |          | Covilhã      | 09-06-2007 |
| 2,16                              | pc Ailton Fernandes     | 13-05-1999 | Sen  | ADRAP   |       |          | Pombal - pc  | 04-02-2024 |

**EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS**

**ABSOLUTOS - Masculinos**

Até: 7/2026

| Marca                             | Atleta                 | Nac.       | D.N. | Escalão | Clube | Obs      | Local         | Data       |
|-----------------------------------|------------------------|------------|------|---------|-------|----------|---------------|------------|
| <b>Salto com Vara</b>             |                        |            |      |         |       |          |               |            |
| <i>prova do programa olímpico</i> |                        |            |      |         |       |          |               |            |
| 2,10                              | José Luis Rocha        | 12-03-1945 | s20  | SCM-M   |       |          | Funchal       | 06-06-1964 |
| 2,22                              | José Luis Rocha        | 12-03-1945 | s23  | SCM-M   |       |          | Funchal       | 08-05-1965 |
| 2,45                              | Rui Catanho Silva      | 29-06-1947 | s20  | CDN     |       |          | Funchal       | 30-07-1965 |
| 2,50                              | Humberto Flávio Xavier | 11-04-1948 | s20  | CDN     |       |          | Funchal       | 16-06-1966 |
| 2,60                              | Humberto Flávio Xavier | 11-04-1948 | s20  | CDN     |       |          | Funchal       | 03-06-1967 |
| 2,70                              | Humberto Flávio Xavier | 11-04-1948 | s20  | CDN     |       |          | Funchal       | 18-06-1967 |
| 2,75                              | Humberto Flávio Xavier | 11-04-1948 | s20  | CDN     |       |          | Funchal       | 30-07-1967 |
| 2,80                              | Humberto Flávio Xavier | 11-04-1948 | s23  | CDN     |       |          | Funchal       | 14-06-1969 |
| 2,83                              | José Branco            | 25-01-1949 | Sen  | CSM     |       |          | Funchal       | 25-06-1976 |
| 2,85                              | José Manuel Nunes      | 19-04-1955 | s23  | CSM     |       |          | Funchal       | 07-05-1977 |
| 2,95                              | José Manuel Nunes      | 19-04-1955 | s23  | CSM     |       |          | Lisboa (N)    | 18-06-1977 |
| 3,00                              | José Manuel Sol        | 14-11-1956 | s23  | CSM     |       |          | Lisboa (N)    | 28-08-1977 |
| 3,04                              | José Manuel Nunes      | 19-04-1955 | Sen  | CSM     |       |          | Funchal       | 31-03-1979 |
| 3,70                              | Jorge Favas            | 09-04-1957 | Sen  | CSM     |       |          | Lisboa (L)    | 23-04-1983 |
| 3,75                              | Jorge Favas            | 09-04-1957 | Sen  | CSM     |       |          | Lisboa (N)    | 14-05-1983 |
| 3,80                              | Jorge Favas            | 09-04-1957 | Sen  | CSM     |       |          | Lisboa (L)    | 22-06-1983 |
| 3,90                              | Jorge Favas            | 09-04-1957 | Sen  | CSM     |       |          | Lisboa (L)    | 25-06-1983 |
| 4,10                              | Jorge Favas            | 09-04-1957 | Sen  | CSM     |       |          | Lisboa (L)    | 20-07-1983 |
| 4,20                              | Paulo Jardim           | 15-01-1977 | s20  | GDE     |       |          | Funchal       | 23-11-1996 |
| 4,25                              | Paulo Jardim           | 15-01-1977 | s23  | GDE     |       |          | Funchal       | 02-03-1997 |
| 4,40                              | Paulo Jardim           | 15-01-1977 | s23  | GDE     |       |          | Funchal       | 18-04-1997 |
| 4,48                              | José Maria Camacho     | 26-11-1971 | Sen  | CSM     |       |          | Leiria        | 15-06-1997 |
| 4,50                              | Paulo Jardim           | 15-01-1977 | s23  | GDE     |       |          | Coimbra (M)   | 20-07-1997 |
| 4,62                              | pc Hugo Serra          | 12-06-1977 | Sen  | GDE     |       |          | Espinho - pc  | 23-01-2000 |
| 4,75                              | pc Hugo Serra          | 12-06-1977 | Sen  | GDE     |       |          | Espinho - pc  | 06-02-2000 |
| 4,80                              | pc Hugo Serra          | 12-06-1977 | Sen  | GDE     |       |          | Espinho - pc  | 13-02-2000 |
| 4,85                              | Hugo Serra             | 12-06-1977 | Sen  | GDE     |       |          | Leiria        | 04-06-2000 |
| 4,85                              | pc Hélder Fernandes    | 02-03-1977 | Sen  | CSM     |       | igualado | Espinho - pc  | 13-02-2005 |
| 4,85                              | Hélder Fernandes       | 02-03-1977 | Sen  | CSM     |       | igualado | Funchal       | 19-06-2005 |
| 4,87                              | Hélder Fernandes       | 02-03-1977 | Sen  | CSM     |       |          | Funchal       | 26-05-2005 |
| 4,90                              | Décio Faria            | 23-07-1991 | s23  | AJS     |       |          | Ribeira Brava | 14-01-2012 |
| 5,00                              | Décio Faria            | 23-07-1991 | s23  | AJS     |       |          | Ribeira Brava | 27-06-2013 |
| 5,00                              | Décio Faria            | 23-07-1991 | s23  | AJS     |       | igualado | Quarteira     | 29-06-2013 |
| 5,10                              | Décio Faria            | 23-07-1991 | s23  | AJS     |       |          | Ribeira Brava | 12-07-2013 |
| 5,12                              | Pedro Buaró            | 14-06-2001 | s20  | GDE     |       |          | Lisboa (N)    | 05-05-2019 |
| 5,15                              | pc Pedro Buaró         | 14-06-2001 | s20  | GDE     |       |          | Braga - pc    | 07-03-2020 |
| 5,20                              | pc Pedro Buaró         | 14-06-2001 | s23  | GDE     |       |          | Pombal - pc   | 13-03-2021 |
| 5,25                              | Pedro Buaró            | 14-06-2001 | s23  | GDE     |       |          | Ribeira Brava | 22-05-2021 |
| 5,30                              | Pedro Buaró            | 14-06-2001 | s23  | GDE     |       |          | Lisboa (U)    | 28-05-2022 |
| 5,35                              | Pedro Buaró            | 14-06-2001 | s23  | GDE     |       |          | Leiria        | 30-07-2022 |

**EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS****ABSOLUTOS - Masculinos**

Até: 7/2026

| Marca | Atleta | Nac. | D.N. | Escalão | Clube | Obs | Local | Data |
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|

**Salto em Comprimento**

| <i>prova do programa olímpico</i> |                         |            |     |       |          |  |              |            |
|-----------------------------------|-------------------------|------------|-----|-------|----------|--|--------------|------------|
| 5,79                              | Adão Craveiro           | 28-01-1943 | s20 | SCM-M |          |  | Funchal      | 22-07-1962 |
| 5,82                              | Raul Sá                 | 22-11-1942 | s23 | CDN   |          |  | Funchal      | 26-04-1964 |
| 5,98                              | Júlio Faustino Soares   | 15-02-1952 | s18 | CSM   |          |  | Funchal      | 20-05-1969 |
| 6,12                              | Paulo Morna             | 09-07-1956 | s20 | CSM   |          |  | Funchal      | 05-06-1974 |
| 6,13                              | Marcelino Dias          | 10-05-1957 | s20 | ACF   |          |  | Funchal      | 14-05-1976 |
| 6,27                              | António Daniel Ferreira | 11-05-1954 | Sen | CSM   |          |  | Lisboa (N)   | 18-06-1977 |
| 6,60                              | José Manuel Sol         | 14-11-1956 | s23 | CSM   |          |  | Lisboa (N)   | 27-08-1977 |
| 7,06                              | 1,6 Emanuel Viveiros    | 05-06-1960 | s23 | CSM   |          |  | Lisboa (L)   | 06-06-1981 |
| 7,06                              | 0,3 Daniel Pó           | 31-03-1971 | Sen | GDE   | igualado |  | Lisboa (U)   | 16-03-1997 |
| 7,10                              | 1,1 Paulo Jardim        | 15-01-1977 | s23 | GDE   |          |  | Funchal      | 06-06-1997 |
| 7,32                              | 1,2 Paulo Jardim        | 15-01-1977 | s23 | GDE   |          |  | Funchal      | 29-07-1998 |
| 7,41                              | -1,0 Diogo Espinha      | 08-10-1987 | s23 | CSM   |          |  | Guarda (A)   | 05-07-2008 |
| 7,44                              | pc Simão Alexandre      | 09-11-2003 | s23 | GDE   |          |  | Lisboa - CAR | 02-02-2025 |
| 7,55                              | pc Simão Alexandre      | 09-11-2003 | s23 | GDE   |          |  | Pombal - pc  | 08-02-2025 |
| 7,58                              | 0,1 Simão Alexandre     | 09-11-2003 | s23 | GDE   |          |  | Braga        | 02-08-2025 |

**Triplo Salto**

| <i>prova do programa olímpico</i> |                          |            |     |       |  |  |              |            |
|-----------------------------------|--------------------------|------------|-----|-------|--|--|--------------|------------|
| 11,33                             | António Basílio Lopes    | 10-05-1942 | s23 | CSM   |  |  | Funchal      | 20-07-1963 |
| 11,55                             | Guilherme Abreu Correia  | 03-02-1946 | s20 | SCM-M |  |  | Funchal      | 07-06-1964 |
| 11,82                             | Júlio Faustino Soares    | 15-02-1952 | s18 | IND   |  |  | Funchal      | 02-06-1968 |
| 11,90                             | Júlio Faustino Soares    | 15-02-1952 | s18 | IND   |  |  | Funchal      | 23-06-1968 |
| 12,13                             | Júlio Faustino Soares    | 15-02-1952 | s18 | IND   |  |  | Funchal      | 02-10-1968 |
| 12,24                             | Júlio Faustino Soares    | 15-02-1952 | s18 | CSM   |  |  | Funchal      | 22-03-1969 |
| 12,44                             | Júlio Faustino Soares    | 15-02-1952 | s18 | CSM   |  |  | Funchal      | 29-03-1969 |
| 12,90                             | António Daniel Ferreira  | 11-05-1954 | s20 | CSM   |  |  | Funchal      | 20-06-1973 |
| 13,13                             | José Manuel Sol          | 14-11-1956 | s23 | CSM   |  |  | Funchal      | 08-05-1977 |
| 13,45                             | José Manuel Sol          | 14-11-1956 | s23 | CSM   |  |  | Lisboa (N)   | 19-06-1977 |
| 13,80                             | José Moreira             | 06-07-1964 | s18 | CSM   |  |  | Funchal      | 20-04-1980 |
| 13,87                             | Graciano Farinha         | 08-10-1962 | s20 | CSM   |  |  | Funchal      | 12-04-1981 |
| 14,21                             | Graciano Farinha         | 08-10-1962 | s20 | CSM   |  |  | Lisboa (N)   | 03-05-1981 |
| 14,24                             | Graciano Farinha         | 08-10-1962 | s23 | CSM   |  |  | Lisboa (N)   | 07-05-1983 |
| 14,41                             | Graciano Farinha         | 08-10-1962 | Sen | CSM   |  |  | Lisboa (N)   | 30-07-1985 |
| 14,46                             | Graciano Farinha         | 08-10-1962 | Sen | CSM   |  |  | Funchal      | 20-04-1986 |
| 14,49                             | Graciano Farinha         | 08-10-1962 | Sen | CSM   |  |  | Funchal      | 26-04-1986 |
| 14,78                             | Graciano Farinha         | 08-10-1962 | Sen | CSM   |  |  | Lisboa (A)   | 03-05-1986 |
| 14,95                             | pc Amâncio Santos        | 31-01-1977 | Sen | GDE   |  |  | Espinho - pc | 28-01-2001 |
| 14,96                             | pc Bruno Carmo           | 21-02-1981 | Sen | GDE   |  |  | Espinho - pc | 25-02-2006 |
| 15,33                             | -0,6 Bruno Carmo         | 21-02-1981 | Sen | GDE   |  |  | Seia         | 23-07-2006 |
| 15,39                             | 2,0 Diogo Espinha        | 08-10-1987 | s23 | CSM   |  |  | Guarda (A)   | 06-07-2008 |
| 15,53                             | pc Oleksandr Lyashchenko | 18-01-1997 | Sen | AJS   |  |  | Braga - pc   | 22-01-2022 |
| 15,54                             | pc Oleksandr Lyashchenko | 18-01-1997 | Sen | AJS   |  |  | Pombal - pc  | 12-02-2023 |

**EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS**

**ABSOLUTOS - Masculinos**

Até: 7/2026

| Marca                     | Atleta                            | Nac.       | D.N. | Escalão | Clube | Obs | Local             | Data       |
|---------------------------|-----------------------------------|------------|------|---------|-------|-----|-------------------|------------|
| <b>Lançamento do Peso</b> |                                   |            |      |         |       |     |                   |            |
| 7,26 kg                   | <i>prova do programa olímpico</i> |            |      |         |       |     |                   |            |
| 10,92                     | Norberto Correia Silva            | 18-11-2029 | V 65 | CSM     |       |     | Funchal           | 20-07-1963 |
| 10,94                     | Jaime Santos                      | 22-03-1943 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal           | 11-06-1976 |
| 11,07                     | Jaime Santos                      | 22-03-1943 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal           | 11-07-1976 |
| 11,13                     | Jaime Santos                      | 22-03-1943 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal           | 14-07-1976 |
| 11,20                     | Jaime Santos                      | 22-03-1943 | V 35 | CSM     |       |     | Funchal           | 09-04-1978 |
| 11,40                     | Rui Antunes                       | 15-05-1945 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal           | 15-04-1978 |
| 11,75                     | Jaime Santos                      | 22-03-1943 | V 35 | CSM     |       |     | Funchal           | 17-06-1978 |
| 12,12                     | Juvenal Gonçalves                 | 12-07-1958 | s23  | CDN     |       |     | Funchal           | 01-07-1979 |
| 12,57                     | Juvenal Gonçalves                 | 12-07-1958 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal           | 28-07-1984 |
| 12,92                     | João Nicolau Barros               | 15-12-1971 | s23  | CSM     |       |     | Funchal           | 27-02-1993 |
| 13,11                     | Ricardo Fernandes                 | 20-12-1962 | Sen  | GDE     |       |     | Funchal           | 15-03-1997 |
| 13,34                     | Ricardo Fernandes                 | 20-12-1962 | Sen  | GDE     |       |     | Funchal           | 10-05-1997 |
| 13,78                     | João Nicolau Barros               | 15-12-1971 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal           | 06-06-1997 |
| 13,87                     | Ricardo Fernandes                 | 20-12-1962 | V 35 | GDE     |       |     | Funchal           | 30-05-1998 |
| 14,28                     | João Nicolau Barros               | 15-12-1971 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal           | 04-07-1998 |
| 14,40                     | João Nicolau Barros               | 15-12-1971 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal           | 14-02-1999 |
| 14,40                     | Angelino Gonçalves                | 30-12-1970 | Sen  | GDE     |       |     | Funchal           | 15-03-2000 |
| 14,52                     | Angelino Gonçalves                | 30-12-1970 | Sen  | GDE     |       |     | Funchal           | 17-06-2000 |
| 14,74                     | Angelino Gonçalves                | 30-12-1970 | Sen  | GDE     |       |     | Funchal           | 22-07-2000 |
| 15,04                     | Angelino Gonçalves                | 30-12-1970 | Sen  | GDE     |       |     | Funchal           | 29-07-2000 |
| 15,40                     | Angelino Gonçalves                | 30-12-1970 | Sen  | GDE     |       |     | Funchal           | 04-07-2003 |
| 15,48                     | André Gonçalves                   | 14-04-1986 | s20  | CSM     |       |     | Funchal           | 08-06-2005 |
| 15,84                     | pc André Vital e Silva            | 13-02-1980 | Sen  | GDE     |       |     | Espinho - pc      | 26-02-2006 |
| 16,00                     | André Vital e Silva               | 13-02-1980 | Sen  | GDE     |       |     | Lisboa (U)        | 05-03-2006 |
| 16,03                     | Marçal Rodrigues                  | 10-07-1990 | s23  | CSM     |       |     | Funchal           | 01-07-2010 |
| 16,08                     | pc Daniel Santiago                | 03-02-1996 | Sen  | GDE     |       |     | Lisboa (CAR) - pc | 06-01-2024 |
| 16,13                     | Daniel Santiago                   | 03-02-1996 | Sen  | GDE     |       |     | Vagos             | 14-01-2024 |
| 16,17                     | pc Daniel Santiago                | 03-02-1996 | Sen  | GDE     |       |     | Braga - pc        | 21-01-2024 |
| 16,46                     | pc Daniel Santiago                | 03-02-1996 | Sen  | GDE     |       |     | Pombal - pc       | 04-02-2024 |
| 16,48                     | pc Daniel Santiago                | 03-02-1996 | Sen  | GDE     |       |     | Pombal - pc       | 18-02-2024 |
| 16,64                     | Daniel Santiago                   | 03-02-1996 | Sen  | GDE     |       |     | Maia              | 25-05-2024 |
| 16,83                     | Daniel Santiago                   | 03-02-1996 | Sen  | GDE     |       |     | Lisboa (MP)       | 01-06-2024 |

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca | Atleta | Nac. | D.N. | Escalão | Clube | Obs | Local | Data |
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|

#### Lançamento do Disco

| 2 kg  | <i>prova do programa olímpico</i> |            |      |       |  |  |                |            |
|-------|-----------------------------------|------------|------|-------|--|--|----------------|------------|
| 27,93 | Rui Antunes                       | 15-05-1945 | s20  | SCM-M |  |  | Funchal        | 07-06-1964 |
| 30,65 | Rui Antunes                       | 15-05-1945 | s23  | SCM-M |  |  | Funchal        | 01-08-1965 |
| 31,43 | Rui Antunes                       | 15-05-1945 | s23  | SCM-M |  |  | Funchal        | 03-07-1966 |
| 31,74 | Jaime Santos                      | 22-03-1943 | Sen  | CDB   |  |  | Funchal        | 25-05-1974 |
| 33,94 | Jaime Santos                      | 22-03-1943 | Sen  | CSM   |  |  | Funchal        | 14-05-1976 |
| 34,26 | Jaime Santos                      | 22-03-1943 | Sen  | CSM   |  |  | Funchal        | 19-05-1976 |
| 38,11 | Rui Antunes                       | 15-05-1945 | Sen  | CSM   |  |  | Funchal        | 05-04-1978 |
| 39,36 | Juvenal Gonçalves                 | 12-07-1958 | s23  | CDN   |  |  | Funchal        | 10-06-1979 |
| 39,58 | Juvenal Gonçalves                 | 12-07-1958 | Sen  | CSM   |  |  | Lisboa (N)     | 05-05-1984 |
| 40,34 | Juvenal Gonçalves                 | 12-07-1958 | Sen  | CSM   |  |  | Lisboa (N)     | 07-07-1984 |
| 41,00 | Juvenal Gonçalves                 | 12-07-1958 | Sen  | CSM   |  |  | Funchal        | 14-07-1984 |
| 42,14 | Juvenal Gonçalves                 | 12-07-1958 | Sen  | CSM   |  |  | Funchal        | 13-04-1985 |
| 43,40 | Juvenal Gonçalves                 | 12-07-1958 | Sen  | CSM   |  |  | Lisboa (A)     | 30-05-1987 |
| 43,84 | Juvenal Gonçalves                 | 12-07-1958 | Sen  | CSM   |  |  | Funchal        | 06-06-1990 |
| 47,24 | Angelino Gonçalves                | 30-12-1970 | Sen  | GDE   |  |  | Funchal        | 23-07-2000 |
| 48,26 | Angelino Gonçalves                | 30-12-1970 | Sen  | GDE   |  |  | Quinta do Anjo | 16-08-2000 |
| 48,31 | Miguel Pinto                      | 13-06-1984 | s23  | GDE   |  |  | Quinta do Anjo | 23-03-2004 |
| 48,60 | Miguel Pinto                      | 13-06-1984 | s23  | GDE   |  |  | Luso           | 15-06-2006 |
| 49,07 | Miguel Pinto                      | 13-06-1984 | Sen  | GDE   |  |  | Faro           | 08-06-2008 |
| 51,68 | Jorge Grave                       | 01-09-1982 | V 35 | AJS   |  |  | Funchal        | 05-01-2019 |

#### Lançamento do Martelo

| 7,26 kg | <i>prova do programa olímpico</i> |            |      |     |  |  |                    |            |
|---------|-----------------------------------|------------|------|-----|--|--|--------------------|------------|
| 22,86   | Jaime Santos                      | 22-03-1943 | Sen  | CSM |  |  | Lisboa (N)         | 18-06-1977 |
| 27,16   | Jaime Santos                      | 22-03-1943 | V 35 | CSM |  |  | Coimbra            | 22-07-1978 |
| 37,74   | Vítor Coelho                      | 17-02-1951 | Sen  | CSM |  |  | Viseu              | 10-05-1981 |
| 40,38   | António Silva                     | 09-09-1960 | Sen  | CSM |  |  | Viseu              | 09-04-1983 |
| 53,04   | Silvério Manso                    | 22-01-1957 | Sen  | CSM |  |  | Lisboa (N)         | 24-02-1990 |
| 53,08   | Silvério Manso                    | 22-01-1957 | Sen  | CSM |  |  | Lisboa (N)         | 20-05-1990 |
| 58,95   | Mário Rocha                       | 27-06-1972 | Sen  | GDE |  |  | Porto (U)          | 24-01-1998 |
| 59,29   | Mário Rocha                       | 27-06-1972 | Sen  | GDE |  |  | Vigo               | 08-07-1999 |
| 60,55   | Mário Rocha                       | 27-06-1972 | Sen  | GDE |  |  | Porto (I)          | 11-07-1999 |
| 64,25   | André Vital e Silva               | 13-02-1980 | Sen  | GDE |  |  | Aveiro             | 11-02-2006 |
| 65,64   | André Vital e Silva               | 13-02-1980 | Sen  | GDE |  |  | Lisboa (U)         | 05-03-2006 |
| 66,89   | André Vital e Silva               | 13-02-1980 | Sen  | GDE |  |  | Quinta do Anjo     | 12-03-2006 |
| 67,17   | André Vital e Silva               | 13-02-1980 | Sen  | GDE |  |  | Lagos              | 09-04-2006 |
| 67,30   | Décio Andrade                     | 25-01-1997 | s23  | GDE |  |  | Funchal            | 16-06-2018 |
| 69,01   | Décio Andrade                     | 25-01-1997 | s23  | GDE |  |  | Abeline /USA       | 14-03-2019 |
| 69,37   | Décio Andrade                     | 25-01-1997 | s23  | GDE |  |  | Austin /USA        | 28-03-2019 |
| 70,42   | Décio Andrade                     | 25-01-1997 | s23  | GDE |  |  | San Angelo TX /USA | 06-04-2019 |

**EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS**

**ABSOLUTOS - Masculinos**

Até: 7/2026

| Marca                                          | Atleta                  | Nac.       | D.N. | Escalão | Clube | Obs | Local                             | Data       |
|------------------------------------------------|-------------------------|------------|------|---------|-------|-----|-----------------------------------|------------|
| <b>Lançamento do Dardo</b>                     |                         |            |      |         |       |     |                                   |            |
| 800 g - MODELO ANTIGO - em vigor até 31/3/1986 |                         |            |      |         |       |     | <i>prova do programa olímpico</i> |            |
| 37,07                                          | Anastácio Faria         | 11-05-1928 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal                           | 22-07-1962 |
| 37,70                                          | Rui Antunes             | 15-05-1945 | s20  | SCM     |       |     | Funchal                           | 03-05-1964 |
| 39,05                                          | Rui Antunes             | 15-05-1945 | s23  | SCM     |       |     | Funchal                           | 01-08-1965 |
| 39,75                                          | Rui Antunes             | 15-05-1945 | s23  | SCM     |       |     | Funchal                           | 02-07-1966 |
| 40,90                                          | Agostinho Andrade       | 03-12-1945 | Sen  | CDN     |       |     | Funchal                           | 22-03-1969 |
| 43,28                                          | António Daniel Ferreira | 11-05-1954 | s23  | CSM     |       |     | Funchal                           | 20-03-1974 |
| 44,24                                          | António Daniel Ferreira | 11-05-1954 | s23  | CSM     |       |     | Funchal                           | 01-06-1974 |
| 44,68                                          | António Daniel Ferreira | 11-05-1954 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal                           | 13-03-1977 |
| 47,48                                          | José Manuel Sol         | 14-11-1956 | s23  | CSM     |       |     | Lisboa (N)                        | 28-08-1977 |
| 48,14                                          | Rui Antunes             | 15-05-1945 | Sen  | CSM     |       |     | Coimbra                           | 04-06-1978 |
| 50,68                                          | Afonso Viveiros         | 13-11-1958 | s23  | CDN     |       |     | Coimbra                           | 21-07-1979 |
| 56,60                                          | Afonso Viveiros         | 13-11-1958 | s23  | CDN     |       |     | Funchal                           | 20-03-1980 |
| 58,12                                          | Afonso Viveiros         | 13-11-1958 | s23  | CDN     |       |     | Lisboa (A)                        | 12-04-1980 |
| 58,20                                          | Afonso Viveiros         | 13-11-1958 | s23  | CDN     |       |     | Lisboa (A)                        | 11-05-1980 |
| 58,28                                          | Diogo Lavajo            | 17-03-1954 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal                           | 24-06-1984 |
| 800 g - modelo em vigor após 1/4/1986          |                         |            |      |         |       |     | <i>prova do programa olímpico</i> |            |
| 49,40                                          | Sérgio Abreu            | 24-10-1968 | s20  | IND     |       |     | Lisboa (A)                        | 03-05-1986 |
| 50,96                                          | Sérgio Abreu            | 24-10-1968 | s20  | IND     |       |     | Lisboa (N)                        | 06-07-1986 |
| 56,46                                          | Sérgio Abreu            | 24-10-1968 | s20  | CSM     |       |     | Lisboa (N)                        | 07-02-1987 |
| 57,02                                          | Sérgio Abreu            | 24-10-1968 | s23  | CSM     |       |     | Lisboa (N)                        | 14-07-1988 |
| 57,18                                          | Sérgio Abreu            | 24-10-1968 | Sen  | CSM     |       |     | Lisboa (N)                        | 11-05-1991 |
| 57,36                                          | Sérgio Abreu            | 24-10-1968 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal                           | 26-05-1991 |
| 57,74                                          | Sérgio Abreu            | 24-10-1968 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal                           | 23-06-1991 |
| 59,38                                          | Sérgio Abreu            | 24-10-1968 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal                           | 18-07-1991 |
| 61,52                                          | Sérgio Abreu            | 24-10-1968 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal                           | 01-04-1995 |
| 62,56                                          | Sérgio Abreu            | 24-10-1968 | Sen  | CSM     |       |     | Funchal                           | 25-05-1997 |
| 63,53                                          | Hélder Pestana          | 11-02-1987 | s23  | GDE     |       |     | Leiria                            | 26-05-2007 |
| 68,41                                          | Hélder Pestana          | 11-02-1987 | s23  | GDE     |       |     | Covilhã                           | 09-06-2007 |

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca            | Atleta                                                                                      | Nac. | D.N. | Escalão | Clube | Obs       | Local      | Data       |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|---------|-------|-----------|------------|------------|
| <b>4 x 100 m</b> |                                                                                             |      |      |         |       |           |            |            |
|                  | <i>prova do programa olímpico</i>                                                           |      |      |         |       |           |            |            |
| 52,1             | Sporting Clube da Madeira                                                                   |      |      | s23     | SCM-M | t. manual | Funchal    | 03-05-1964 |
|                  | Mário Juvêncio Camacho 45, José Luís Reis 44, Rui Antunes 45, José Luís Rocha 45            |      |      |         |       |           |            |            |
| 51,2             | Sporting Clube da Madeira                                                                   |      |      | s23     | SCM-M | t. manual | Funchal    | 08-05-1965 |
|                  | Alberto Andrade 45, José Luís Rocha 45, Fernando Machado 45, Fernão Machado 47              |      |      |         |       |           |            |            |
| 50,0             | CD Nacional                                                                                 |      |      | Sen     | CDN   | t. manual | Funchal    | 03-06-1967 |
|                  | José Dinis Gomes 42, Alfred Heinz Wittwer 43, António Quental 46, Leandro Jesus 41          |      |      |         |       |           |            |            |
| 49,0             | CD Nacional                                                                                 |      |      | Sen     | CDN   | t. manual | Funchal    | 14-03-1970 |
|                  | Emanuel Abreu 50, António Cunha 48, José Lemos 38, Alexandre Élvio Mendonça 51              |      |      |         |       |           |            |            |
| 48,7             | CD Nacional                                                                                 |      |      | Sen     | CDN   | t. manual | Funchal    | 25-04-1970 |
|                  | António Paiva Cunha 48, António Catanho , José Lemos 38, Alexandre Élvio Mendonça 51        |      |      |         |       |           |            |            |
| 47,2             | CS Marítimo                                                                                 |      |      | s18     | CSM   | t. manual | Funchal    | 25-03-1971 |
|                  | Maurílio Silva 54, Valdemar Romão 54, Carlos Faria 54, Timóteo Velosa 54                    |      |      |         |       |           |            |            |
| 45,5             | CS Marítimo                                                                                 |      |      | s18     | CSM   | t. manual | Funchal    | 01-04-1971 |
|                  | Maurílio Silva 54, Valdemar Romão 54, Carlos Faria 54, Timóteo Velosa 54                    |      |      |         |       |           |            |            |
| 45,2             | CS Marítimo                                                                                 |      |      | s18     | CSM   | t. manual | Funchal    | 18-04-1971 |
|                  | Maurílio Silva 54, Valdemar Romão 54, Carlos Faria 54, Timóteo Velosa 54                    |      |      |         |       |           |            |            |
| 44,9             | CS Marítimo                                                                                 |      |      | s18     | CSM   | t. manual | Coimbra    | 30-05-1971 |
|                  | Maurílio Silva 54, Valdemar Romão 54, Carlos Faria 54, Timóteo Velosa 54                    |      |      |         |       |           |            |            |
| 44,9             | CS Marítimo                                                                                 |      |      | s18     | CSM   | t. manual | Coimbra    | 30-05-1971 |
|                  | Maurílio Silva 54, Valdemar Romão 54, Carlos Faria 54, Timóteo Velosa 54                    |      |      |         |       |           |            |            |
| 44,9             | CS Marítimo                                                                                 |      |      | s23     | CSM   | t. manual | Lisboa (N) | 18-06-1977 |
|                  | António Duarte Rodrigues 55, José Manuel Vieira 57, Paulo Morna 56, Emídio Alves 58         |      |      |         |       |           |            |            |
| 44,5             | Seleção da Madeira                                                                          |      |      | Sen     | SM    | t. manual | Coimbra    | 04-06-1978 |
|                  | João Espírito Santo 59, Carlos M. Correia 55, António Daniel Ferreira 54, José M. Vieira 57 |      |      |         |       |           |            |            |
| 44,2             | CD Nacional                                                                                 |      |      | Sen     | CDN   | t. manual | Lisboa (N) | 02-05-1981 |
|                  | Norberto Pereira 59, Carlos M. Correia 55, Luís Inácio Ornelas 61, Miguel Brazão 61         |      |      |         |       |           |            |            |
| 44,21            | CD Nacional                                                                                 |      |      | s20     | CDN   |           | Funchal    | 16-03-1991 |
|                  | António Mondim 72, Nuno Andrade 72, Vítor Bettencourt 74, Maurício Ribeiro 73               |      |      |         |       |           |            |            |
| 43,39            | CS Marítimo                                                                                 |      |      | Sen     | CSM   |           | Maia       | 14-06-1997 |
|                  | Angelino Gonçalves 70, Vítor Dinarte Freitas 74, Rui Sousa 77, Tiago Ganço 77               |      |      |         |       |           |            |            |
| 42,01            | GD Estreito                                                                                 |      |      | Sen     | GDE   |           | Viseu      | 13-06-1998 |
|                  | Pedro Feliciano 73, Vítor Jorge 74, Eurico Teixeira 80, Daniel Pó 71                        |      |      |         |       |           |            |            |
| 41,98            | GD Estreito                                                                                 |      |      | V 50    | GDE   |           | Viseu      | 13-07-2024 |
|                  | Lourenço A. Viveiros 06, Edgar Remédios 94, Martim Faustino 00, Rodrigo Rito 00             |      |      |         |       |           |            |            |

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca                             | Atleta                                                                                       | Nac. | D.N. | Escalão | Clube | Obs       | Local      | Data       |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|---------|-------|-----------|------------|------------|
| <b>4 x 400 m</b>                  |                                                                                              |      |      |         |       |           |            |            |
| <i>prova do programa olímpico</i> |                                                                                              |      |      |         |       |           |            |            |
| 4.05,0                            | Sporting Clube da Madeira                                                                    |      |      | s20     | SCM-M | t. manual | Funchal    | 26-04-1964 |
|                                   | Guilherme Abreu Correia 46, Romão Freitas 45, Alberto Andrade 45, Clemente Marques 45        |      |      |         |       |           |            |            |
| 4.00,5                            | Sporting Clube da Madeira                                                                    |      |      | s23     | SCM-M | t. manual | Funchal    | 10-06-1965 |
|                                   | Alberto Andrade 45, Leovegildo Fernandes 45, Guilherme A. Correia 46, José Teixeira 45       |      |      |         |       |           |            |            |
| 3.50,8                            | CD Nacional                                                                                  |      |      | Sen     | CDN   | t. manual | Funchal    | 24-06-1967 |
|                                   | José Dinis Gomes 42, Alfred Heinz Wittwer 43, João Pestana 46, António Oliveira 45           |      |      |         |       |           |            |            |
| 3.49,0                            | CS Marítimo                                                                                  |      |      | s23     | CSM   | t. manual | Funchal    | 14-06-1969 |
|                                   | José Filipe Nóbrega 49, Jorge Câmara 53, Sérgio Catanho 49, João Lomelino Freitas 53         |      |      |         |       |           |            |            |
| 3.48,7                            | Seleção da Madeira                                                                           |      |      | Sen     | SM    | t. manual | Viseu      | 21-06-1969 |
|                                   | A. Timóteo Azevedo 47, A. Basílio Lopes 42, J. Martinho Gouveia 47, João Lomelino Freitas 53 |      |      |         |       |           |            |            |
| 3.45,8                            | CS Marítimo                                                                                  |      |      | s18     | CSM   | t. manual | Funchal    | 21-04-1971 |
|                                   | António Daniel Ferreira 54, Valdemar Romão 54, Timóteo Velosa 54, Maurílio F. Silva 54       |      |      |         |       |           |            |            |
| 3.40,3                            | CS Marítimo                                                                                  |      |      | s20     | CSM   | t. manual | Funchal    | 15-07-1971 |
|                                   | Paulo Morna 56, Valdemar Romão 54, José Maria Pereira 51, João Lomelino Freitas 53           |      |      |         |       |           |            |            |
| 3.35,6                            | CS Marítimo                                                                                  |      |      | s20     | CSM   | t. manual | Funchal    | 01-07-1972 |
|                                   | Paulo Morna 56, Valdemar Romão 54, José Rui Silva 55, José Câmara 54                         |      |      |         |       |           |            |            |
| 3.33,4                            | CS Marítimo                                                                                  |      |      | Sen     | CSM   | t. manual | Lisboa (N) | 19-06-1977 |
|                                   | António Duarte Rodrigues 55, Paulo Morna 56, António Daniel Ferreira 54, José Câmara 54      |      |      |         |       |           |            |            |
| 3.26,0                            | CS Marítimo                                                                                  |      |      | s20     | CSM   | t. manual | Lisboa (N) | 14-05-1978 |
|                                   | António Brazão 59, Francisco Viveiros 61, Sérgio Quintal 60, Emanuel Viveiros 60             |      |      |         |       |           |            |            |
| 3.22,6                            | CD Nacional                                                                                  |      |      | Sen     | CDN   | t. manual | Lisboa (N) | 12-04-1980 |
|                                   | Emanuel Viveiros 60, Edmundo Correia 63, Carlos M. Correia 55, Luís Inácio Ornelas 61        |      |      |         |       |           |            |            |
| 3.22,0                            | GS Spiroc                                                                                    |      |      | Sen     | GSS   | t. manual | Lisboa (N) | 30-06-1984 |
|                                   | Adriano Gonçalves 61, Lino Correia 60, Emanuel Viveiros 60, Norberto Pereira 59              |      |      |         |       |           |            |            |
| 3.20,45                           | CS Marítimo                                                                                  |      |      | Sen     | CSM   |           | Lisboa (N) | 24-05-1987 |
|                                   | Adriano Gonçalves 61, Lino Correia 60, Emanuel Viveiros 60, Norberto Pereira 59              |      |      |         |       |           |            |            |
| 3.16,42                           | GD Estreito                                                                                  |      |      | Sen     | GDE   |           | Viseu      | 14-06-1998 |
|                                   | Eurico Teixeira 80, Armando Monteiro 74, Miguel Cascalheira 65, Vítor Jorge 74               |      |      |         |       |           |            |            |
| 3.16,00                           | CS Marítimo                                                                                  |      |      | s23     | CSM   |           | Lisboa (U) | 08-06-2003 |
|                                   | Hermano Gouveia 81, Nuno Mendes 81, Ivo Graça 84, Bruno Santos 85                            |      |      |         |       |           |            |            |

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca | Atleta | Nac. | D.N. | Escalão | Clube | Obs | Local | Data |
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|

#### 20 km Marcha

|         |                                   |            |      |     |  |  |                  |            |
|---------|-----------------------------------|------------|------|-----|--|--|------------------|------------|
| Estrada | <i>prova do programa olímpico</i> |            |      |     |  |  |                  |            |
| 1:47.42 | José Carlos Fernandes             | 14-01-1969 | s23  | CDN |  |  | Montijo          | 19-05-1990 |
| 1:33.23 | Rui Teixeira                      | 27-07-1977 | s23  | CSM |  |  | Rio Maior        | 27-03-1999 |
| 1:32.25 | Luís Gil                          | 06-04-1975 | V 35 | CSM |  |  | Montemor-o-Velho | 05-01-2013 |
| 1:25.56 | Hélder Santos                     | 07-03-1996 | Sen  | GDE |  |  | La Coruña        | 03-06-2023 |

#### 20 000 m Marcha

|           |                                   |            |      |     |  |  |        |            |
|-----------|-----------------------------------|------------|------|-----|--|--|--------|------------|
| Pista     | <i>prova do programa olímpico</i> |            |      |     |  |  |        |            |
| 1:39.48,5 | Eduardo Garcia                    | 11-05-1976 | s23  | CSM |  |  | Maia   | 04-05-1996 |
| 1:30.46,2 | Luís Gil                          | 06-04-1975 | V 35 | CSM |  |  | Leiria | 31-03-2012 |

#### Meia Maratona Marcha

|                     |                                   |            |     |       |  |  |           |            |
|---------------------|-----------------------------------|------------|-----|-------|--|--|-----------|------------|
| Estrada - 21 097,5m | <i>prova do programa olímpico</i> |            |     |       |  |  |           |            |
| 1:43.14             | João Afonso Olim                  | 14-10-2000 | Sen | ADRAP |  |  | Rio Maior | 16-05-2026 |

#### Decatlo

|                                                                                      |                                                                                |            |     |     |  |  |             |            |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------|-----|-----|--|--|-------------|------------|
| 100m + Comprimento + Peso + Altura + 400m / 110m barr + Disco + Vara + Dardo + 1500m | <i>prova do programa olímpico</i>                                              |            |     |     |  |  |             |            |
| 3 815 p                                                                              | José António Branco                                                            | 25-01-1949 | s23 | CSM |  |  | Funchal     | 01-06-1969 |
|                                                                                      | (12,6 . 4,59 . 9,59 . 1,40 . 57,3+21,8 . 25,36 . 2,60 . 27,05 . 4 48,2)        |            |     |     |  |  |             |            |
| 4 037 p                                                                              | José António Branco                                                            | 25-01-1949 | s23 | CSM |  |  | Funchal     | 30-05-1971 |
|                                                                                      | (12,7 . 4,86 . 9,77 . 1,45 . 55,7+21,5 . 27,30 . 2,55 . 32,80 . 4 55,7)        |            |     |     |  |  |             |            |
| 4 365 p                                                                              | José Vieira                                                                    | 14-01-1954 | s23 | CSM |  |  | Funchal     | 12-07-1976 |
|                                                                                      | (11,4 . 5,60 . 7,81 . 1,50 . 54,0+21,1 . 23,76 . 2,00 . 34,26 . 4 41,9)        |            |     |     |  |  |             |            |
| 5 896 p                                                                              | José Manuel Sol                                                                | 14-11-1956 | s23 | CSM |  |  | Lisboa (N)  | 28-08-1977 |
|                                                                                      | (11,8 . 6,60 . 9,32 . 1,73 . 51,1+16,2 . 28,06 . 3,00 . 47,48 . 4 30,2)        |            |     |     |  |  |             |            |
| 5 898 p                                                                              | Emanuel Viveiros                                                               | 05-06-1960 | Sen | CSM |  |  | Lisboa (N)  | 07-07-1985 |
|                                                                                      | (12,02 . 6,57 . 5,98 . 1,80 . 51,72+18,9 . 32,22 . 3,00 . 46,72 . 4 08,84)     |            |     |     |  |  |             |            |
| 6 014 p                                                                              | Emanuel Viveiros                                                               | 05-06-1960 | Sen | CSM |  |  | Lisboa (N)  | 18-04-1987 |
|                                                                                      | (11,7 . 6,74 . 10,60 . 1,74 . 50,6+19,4 . 32,84 . 3,00 . 52,02 . 4 15,5)       |            |     |     |  |  |             |            |
| 6 169 p                                                                              | José Durão                                                                     | 09-01-1969 | s23 | CSM |  |  | Lisboa (N)  | 10-06-1990 |
|                                                                                      | (11,84 . 6,90 . 8,68 . 2,01 . 51,44+16,40 . 30,22 . 3,10 . 37,78 . 4 24,81)    |            |     |     |  |  |             |            |
| 6 234 p                                                                              | Alberto Fraga                                                                  | 29-02-1980 | s20 | GDE |  |  | Lisboa (U)  | 02-05-1999 |
|                                                                                      | (11,24 . 6,61 . 12,03 . 1,73 . 52,23 . 16,32 . 31,99 . 4,27 . 41,84 . 5 20,65) |            |     |     |  |  |             |            |
| 6 263 p                                                                              | Alberto Fraga                                                                  | 29-02-1980 | s23 | GDE |  |  | Lisboa (I)  | 04-06-2000 |
|                                                                                      | (11,30 . 6,82 . 10,72 . 1,83 . 52,23 . 16,34 . 31,42 . 4,17 . 37,52 . 5 03,04) |            |     |     |  |  |             |            |
| 6 802 p                                                                              | Alberto Fraga                                                                  | 29-02-1980 | Sen | CSM |  |  | Lisboa (U)  | 20-06-2004 |
|                                                                                      | (10,94 . 6,86 . 1,88 . 12,72 . 51,66 . 15,42 . 33,93 . 4,05 . 45,62 . 4 59,11) |            |     |     |  |  |             |            |
| 7 472 p                                                                              | Abdel Larrinaga                                                                | 13-07-1994 | Sen | GDE |  |  | Setúbal     | 02-05-2021 |
|                                                                                      | (10,82v . 7,26 . 14,27 . 2,01 . 51,64+14,33 . 40,72 . 4,40 . 50,42 . 5 18,29)  |            |     |     |  |  |             |            |
| 7 588 p                                                                              | Guilherme Almeida                                                              | 11-06-2002 | s23 | AJS |  |  | Lisboa (MP) | 21-07-2024 |
|                                                                                      | (11,17 . 7,09 . 13,75 . 1,88 . 49,30+14,75v . 42,20 . 4,30 . 56,28 . 4 36,81)  |            |     |     |  |  |             |            |

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca | Atleta | Nac. | D.N. | Escalão | Clube | Obs | Local | Data |
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|

## OUTRAS PROVAS

( QUE NÃO FAZEM PARTE DO PROGRAMA OLÍMPICO )

### 60 m

|      |      |                  |            |     |     |           | outras provas           |
|------|------|------------------|------------|-----|-----|-----------|-------------------------|
| 7,8  |      | Rogério Ferreira | 06-03-1948 | s18 | CDN | t. manual | Funchal 26-01-1964      |
| 7,7  |      | Maurílio Silva   | 14-08-1954 | s16 | CSM | t. manual | Funchal 02-10-1968      |
| 7,0  |      | Valdemar Romão   | 19-04-1954 | s16 | CSM | t. manual | Funchal 02-10-1968      |
| 7,0  |      | Roberto Capelo   | 07-06-1977 | s23 | CSM | t. manual | Funchal 11-01-1997      |
| 7,06 |      | Vítor Jorge      | 28-11-1974 | Sen | GDE |           | Funchal 24-01-1998      |
| 6,91 | -1,1 | Alberto Fraga    | 29-02-1980 | Sen | CSM |           | Funchal 24-01-2004      |
| 6,88 | pc   | Dany Gonçalves   | 14-03-1985 | Sen | CSM |           | Espinho - pc 02-02-2008 |
| 6,87 | pc   | Dany Gonçalves   | 14-03-1985 | Sen | CSM |           | Braga - pc 24-01-2009   |
| 6,83 | pc   | Dany Gonçalves   | 14-03-1985 | Sen | CSM |           | Pombal - pc 01-02-2009  |
| 6,81 | pc   | Dany Gonçalves   | 14-03-1985 | Sen | CSM |           | Pombal - pc 14-02-2009  |
| 6,81 | pc   | Delvis Santos    | 27-06-1999 | Sen | AJS |           | Pombal - pc 12-02-2022  |
| 6,79 | pc   | Delvis Santos    | 27-06-1999 | Sen | AJS |           | Pombal - pc 19-02-2022  |
| 6,79 | pc   | Delvis Santos    | 27-06-1999 | Sen | AJS |           | Lisboa (CAR) 04-02-2023 |
| 6,77 | pc   | Delvis Santos    | 27-06-1999 | Sen | AJS |           | Lisboa (CAR) 15-02-2023 |
| 6,71 | pc   | Delvis Santos    | 27-06-1999 | Sen | AJS |           | Lisboa (CAR) 15-02-2023 |

### 100 jardas

|       |  |                |            |     |     |           | outras provas         |
|-------|--|----------------|------------|-----|-----|-----------|-----------------------|
| 10,3  |  | António Brazão | 23-12-1959 | s18 | CDN | t. manual | Funchal 14-07-1976    |
| 10,05 |  | Pedro Antunes  | 22-07-1977 | Sen | GDE |           | Lisboa (U) 19-02-2000 |

### 300 m

|       |  |                       |            |     |     |           | outras provas      |
|-------|--|-----------------------|------------|-----|-----|-----------|--------------------|
| 38,4  |  | João Lomelino Freitas | 13-01-1953 | s18 | CSM | t. manual | Funchal 15-05-1969 |
| 37,8  |  | João Lomelino Freitas | 13-01-1953 | s18 | CSM | t. manual | Viseu 24-05-1970   |
| 35,5  |  | José Câmara           | 04-10-1954 | s20 | CSM | t. manual | Funchal 18-05-1972 |
| 35,13 |  | Pedro Antunes         | 22-07-1977 | Sen | GDE |           | Viseu 01-05-2000   |
| 35,10 |  | Sérgio Duro           | 19-02-1980 | s23 | GDE |           | Viseu 01-05-2002   |
| 33,30 |  | Sérgio Duro           | 19-02-1980 | Sen | GDE |           | Viseu 01-05-2003   |

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca          | Atleta                | Nac.       | D.N. | Escalão | Clube     | Obs            | Local                | Data       |
|----------------|-----------------------|------------|------|---------|-----------|----------------|----------------------|------------|
| <b>500 m</b>   |                       |            |      |         |           |                |                      |            |
|                |                       |            |      |         |           |                | <i>outras provas</i> |            |
| 74,8           | João Martinho Gouveia | 11-11-1948 | s23  | CDN     | t. manual | Funchal        |                      | 30-03-1969 |
| 71,2           | Miguel Branco         | 18-04-1947 | Sen  | CSM     | t. manual | Funchal        |                      | 18-04-1971 |
| 67,4           | José Câmara           | 04-10-1954 | s20  | CSM     | t. manual | Funchal        |                      | 03-02-1973 |
| 67,0           | Lino Correia          | 17-09-1960 | Sen  | JAC     | t. manual | Funchal        |                      | 06-02-1983 |
| 65,7           | Fernando Formiga      | 10-04-1960 | Sen  | CSM     | t. manual | Lisboa (N)     |                      | 27-03-1983 |
| 65,65          | Pedro Antunes         | 22-07-1977 | Sen  | GDE     |           | Lisboa (N)     |                      | 19-02-2000 |
| 64,59          | Nuno Mendes           | 27-07-1981 | s23  | CSM     |           | Lisboa (U)     |                      | 06-01-2001 |
| 64,50          | Bernardo Pereira      | 26-01-1997 | Sen  | AJS     |           | Lisboa (N2)    |                      | 01-07-2020 |
| <b>1 000 m</b> |                       |            |      |         |           |                |                      |            |
|                |                       |            |      |         |           |                | <i>outras provas</i> |            |
| 2.53,6         | José Branco           | 25-01-1949 | s23  | CSM     | t. manual | Funchal        |                      | 30-04-1969 |
| 2.51,0         | António Luís Gomes    | 26-07-1949 | s23  | CSM     | t. manual | Funchal        |                      | 04-04-1970 |
| 2.39,0         | José Maria Pereira    | 11-05-1951 | s23  | CSM     | t. manual | Funchal        |                      | 15-04-1971 |
| 2.36,8         | José Manuel Sol       | 14-11-1956 | s23  | CSM     | t. manual | Funchal        |                      | 03-06-1977 |
| 2.33,1         | Francisco Viveiros    | 15-11-1961 | s23  | CSM     | t. manual | Funchal        |                      | 01-02-1981 |
| 2.32,5         | Lino Correia          | 17-09-1960 | Sen  | CSM     | t. manual | Funchal        |                      | 09-01-1987 |
| 2.28,77        | Francisco Viveiros    | 15-11-1961 | Sen  | CSM     |           | Funchal        |                      | 17-03-1990 |
| 2.26,52        | Marco Rebelo          | 18-06-1973 | s23  | CDN     |           | Funchal        |                      | 16-07-1994 |
| 2.26,21        | Marco Rebelo          | 18-06-1973 | Sen  | CSM     |           | Funchal        |                      | 13-06-1996 |
| 2.22,86        | Armando Monteiro      | 20-04-1974 | Sen  | GDE     |           | Lisboa (U)     |                      | 22-05-1997 |
| <b>Milha</b>   |                       |            |      |         |           |                |                      |            |
| <b>1 609 m</b> |                       |            |      |         |           |                | <i>outras provas</i> |            |
| 4.47,0         | João Martinho Gouveia | 11-11-1948 | s23  | CDN     | t. manual | Funchal        |                      | 06-05-1969 |
| 4.42,6         | Albino João Freitas   | 04-03-1957 | s18  | ACF     | t. manual | Funchal        |                      | 26-06-1974 |
| 4.31,7         | Albino João Freitas   | 04-03-1957 | s20  | ACF     | t. manual | Funchal        |                      | 26-06-1976 |
| 4.19,0         | José Frias            | 20-06-1959 | Sen  | JAC     | t. manual | Funchal        |                      | 15-05-1983 |
| 4.18,49        | Francisco Viveiros    | 15-11-1961 | Sen  | CSM     |           | Funchal        |                      | 02-02-1991 |
| 4.16,90        | Marco Rebelo          | 18-06-1973 | s20  | CDN     |           | Lisboa (N)     |                      | 11-05-1991 |
| 4.01,36        | Marco Rebelo          | 18-06-1973 | Sen  | GDE     |           | Marinha Grande |                      | 27-04-1999 |
| <b>2 000 m</b> |                       |            |      |         |           |                |                      |            |
|                |                       |            |      |         |           |                | <i>outras provas</i> |            |
| 6.05,3         | João Martinho Gouveia | 11-11-1948 | s23  | CDN     | t. manual | Funchal        |                      | 29-03-1969 |
| 6.00,8         | José Maria Pereira    | 11-05-1951 | s23  | CSM     | t. manual | Funchal        |                      | 01-04-1971 |
| 5.43,7         | Leonardo Caetano      | 10-02-1950 | s23  | ACF     | t. manual | Funchal        |                      | 27-02-1972 |
| 5.40,9         | Francisco Viveiros    | 15-11-1961 | s23  | CSM     | t. manual | Funchal        |                      | 15-02-1981 |
| 5.33,5         | Marco Rebelo          | 18-06-1973 | s20  | CDN     | t. manual | Funchal        |                      | 01-04-1992 |
| 5.13,23        | pc Diogo Rosário      | 02-10-2000 | Sen  | AJS     |           | Pombal - pc    |                      | 25-01-2026 |

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca          | Atleta                | Nac.       | D.N. | Escalão | Clube     | Obs          | Local                | Data       |
|----------------|-----------------------|------------|------|---------|-----------|--------------|----------------------|------------|
| <b>3 000 m</b> |                       |            |      |         |           |              |                      |            |
|                |                       |            |      |         |           |              | <i>outras provas</i> |            |
| 9.52,4         | José Vicente Lemos    | 19-07-1938 | Sen  | CSM     | t. manual | Funchal      |                      | 15-04-1962 |
| 9.34,9         | Joel Rogério Pinto    | 20-11-1939 | Sen  | CSM     | t. manual | Funchal      |                      | 20-07-1963 |
| 9.33,1         | João Martinho Gouveia | 11-11-1948 | s23  | CDN     | t. manual | Funchal      |                      | 20-04-1969 |
| 9.22,8         | José Maria Pereira    | 11-05-1951 | s23  | CSM     | t. manual | Funchal      |                      | 17-06-1971 |
| 8.37,2         | Leonardo Caetano      | 10-02-1950 | s23  | ACF     | t. manual | Funchal      |                      | 27-02-1972 |
| 8.32,4         | José Frias            | 20-06-1959 | s20  | CSM     | t. manual | Funchal      |                      | 16-04-1978 |
| 8.31,2         | José Frias            | 20-06-1959 | s23  | CSM     | t. manual | Funchal      |                      | 04-07-1979 |
| 8.22,6         | José Frias            | 20-06-1959 | Sen  | CSM     | t. manual | Funchal      |                      | 18-04-1982 |
| 8.18,4         | Cipriano Lucas        | 12-04-1963 | s23  | CSM     | t. manual | Lisboa (N)   |                      | 14-05-1983 |
| 8.15,24        | pc Marco Rebelo       | 18-06-1973 | Sen  | GDE     |           | Espinho - pc |                      | 08-01-2000 |
| 8.08,15        | pc Marco Rebelo       | 18-06-1973 | Sen  | GDE     |           | Espinho - pc |                      | 13-02-2000 |
| 8.04,95        | pc Licínio Pimentel   | 12-04-1977 | Sen  | GDE     |           | Espinho - pc |                      | 15-02-2004 |
| 8.04,48        | Alberto Paulo         | 03-10-1985 | Sen  | CSM     |           | Lisboa (U)   |                      | 26-06-2011 |
| 8.02,08        | pc Hugo Rocha         | 27-06-1997 | Sen  | GDE     |           | Pombal - pc  |                      | 19-02-2023 |
| 8.01,98        | pc Hugo Rocha         | 27-06-1997 | Sen  | GDE     |           | Pombal - pc  |                      | 09-02-2025 |
| 7.53,20        | pc Hugo Rocha         | 27-06-1997 | Sen  | GDE     |           | Pombal - pc  |                      | 23-02-2025 |

### Meia Maratona

|                   |                     |            |     |     |  |        |                      |            |
|-------------------|---------------------|------------|-----|-----|--|--------|----------------------|------------|
| <b>21 097,5 m</b> |                     |            |     |     |  |        | <i>outras provas</i> |            |
| 1.09,23           | Manuel J. Conceição | 01-12-1955 | Sen | CSM |  | Nazaré |                      | 11-11-1984 |
| 1.08,20           | Mário Caseiro       | 01-12-1969 | Sen | CSM |  | Nazaré |                      | 11-11-2001 |
| 1.07,34           | Luís Pinto          | 09-11-1975 | Sen | CSM |  | Moita  |                      | 18-10-2009 |
| 1.03,59           | Alberto Paulo       | 03-10-1985 | Sen | CSM |  | Porto  |                      | 10-10-2010 |

### 60 m Barreiras

|                                    |                     |            |     |     |           |                   |                      |            |
|------------------------------------|---------------------|------------|-----|-----|-----------|-------------------|----------------------|------------|
| <b>5b / 1,067m - 13,72 + 9,14m</b> |                     |            |     |     |           |                   | <i>outras provas</i> |            |
| 9,7                                | Luís Filipe Camacho | 17-09-1961 | Sen | CSM | t. manual | Funchal           |                      | 09-02-1985 |
| 9,28                               | José Manuel Sol     | 14-11-1956 | Sen | GSS |           | Lisboa (N)        |                      | 16-02-1985 |
| 8,7                                | Alain Monteiro      | 28-01-1970 | Sen | CSM | t. manual | Funchal           |                      | 19-01-1997 |
| 8,70                               | Pedro Feliciano     | 29-07-1973 | Sen | GDE |           | Funchal           |                      | 24-01-1998 |
| 8,28                               | pc Amâncio Santos   | 31-01-1977 | Sen | GDE |           | Braga - pc        |                      | 08-01-2000 |
| 8,11                               | pc Amâncio Santos   | 31-01-1977 | Sen | GDE |           | Espinho - pc      |                      | 22-01-2000 |
| 8,09                               | pc Amâncio Santos   | 31-01-1977 | Sen | GDE |           | Espinho - pc      |                      | 06-02-2000 |
| 8,02                               | pc Amâncio Santos   | 31-01-1977 | Sen | GDE |           | Espinho - pc      |                      | 13-02-2000 |
| 7,94                               | pc Amâncio Santos   | 31-01-1977 | Sen | GDE |           | Espinho - pc      |                      | 27-01-2001 |
| 7,93                               | pc Amâncio Santos   | 31-01-1977 | Sen | GDE |           | Valência - pc     |                      | 24-02-2001 |
| 7,91                               | pc Rafael M. Santos | 09-11-2005 | s23 | AJS |           | Ourense /ESP - pc |                      | 21-02-2026 |
| 7,87                               | pc Rafael M. Santos | 09-11-2005 | s23 | AJS |           | Ourense /ESP - pc |                      | 21-02-2026 |

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca | Atleta | Nac. | D.N. | Escalão | Clube | Obs | Local | Data |
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|

#### 200 m Barreiras

| 10b / 0,76m - 18,29 + 18,29m |                  |            |     |     |           |            | outras provas |
|------------------------------|------------------|------------|-----|-----|-----------|------------|---------------|
| 30,9                         | Maurílio Silva   | 14-08-1954 | s16 | CSM | t. manual | Funchal    | 15-04-1969    |
| 27,8                         | Ricardo Oliveira | 01-12-1950 | s23 | CSM | t. manual | Funchal    | 27-02-1972    |
| 27,5                         | José Vieira      | 14-01-1954 | s23 | CDB | t. manual | Funchal    | 15-06-1974    |
| 26,3                         | José Manuel Sol  | 14-11-1956 | Sen | GSS | t. manual | Lisboa (U) | 30-03-1985    |
| 24,77                        | Sérgio Duro      | 19-02-1980 | s23 | GDE |           | Amadora    | 27-10-2001    |
| 23,60                        | Sérgio Duro      | 19-02-1980 | Sen | GDE |           | Viseu      | 01-05-2003    |

#### 5 000 m Marcha

| pista    |                       |            |      |      |           |                  | outras provas |
|----------|-----------------------|------------|------|------|-----------|------------------|---------------|
| 38.36,6  | Francisco Chaves      | 18-12-1970 | s18  | CSM  | t. manual | Lisboa (N)       | 25-07-1987    |
| 29.30,5  | Francisco Chaves      | 18-12-1970 | s20  | CSM  | t. manual | Lisboa (N)       | 16-07-1988    |
| 28.33,3  | Francisco Chaves      | 18-12-1970 | s20  | CDN  | t. manual | Funchal          | 08-04-1989    |
| 28.07,2  | Francisco Chaves      | 18-12-1970 | s20  | CDN  | t. manual | Funchal          | 06-05-1989    |
| 25.37,0  | José Carlos Fernandes | 14-01-1969 | s23  | GRCC | t. manual | Maia             | 15-07-1989    |
| 25.07,0  | José Carlos Fernandes | 14-01-1969 | s23  | CDN  | t. manual | Funchal          | 03-02-1990    |
| 23.14,33 | José Carlos Fernandes | 14-01-1969 | s23  | CDN  |           | Funchal          | 24-04-1990    |
| 23.10,71 | José Eduardo Garcia   | 11-05-1976 | s20  | CSM  |           | Lisboa (N)       | 14-05-1994    |
| 22.14,30 | José Eduardo Garcia   | 11-05-1976 | s20  | CSM  |           | Funchal          | 04-06-1994    |
| 22.08,68 | José Eduardo Garcia   | 11-05-1976 | s20  | CSM  |           | Lisboa (U)       | 25-06-1994    |
| 21.55,64 | José Eduardo Garcia   | 11-05-1976 | s20  | CSM  |           | Lisboa (U)       | 20-05-1995    |
| 21.34,47 | José Eduardo Garcia   | 11-05-1976 | s23  | CSM  |           | Funchal          | 30-03-1996    |
| 21.15,08 | José Eduardo Garcia   | 11-05-1976 | s23  | CSM  |           | Funchal          | 12-03-1997    |
| 21.14,65 | Luís Gil              | 06-04-1975 | V 35 | CSM  |           | Maia             | 29-01-2011    |
| 21.00,26 | pc Hélder Santos      | 07-03-1996 | Sen  | GDE  |           | Coruña - pc /ESP | 03-06-2023    |
| 20.59,98 | pc Hélder Santos      | 07-03-1996 | Sen  | GDE  |           | Pombal - pc      | 27-01-2024    |

#### 5 km Marcha

| estrada |              |            |     |     |  |            | outras provas |
|---------|--------------|------------|-----|-----|--|------------|---------------|
| 24,38   | Daniel Neves | 20-10-1982 | s20 | CSM |  | Rio Maior  | 15-04-2000    |
| 24,14   | Daniel Neves | 20-10-1982 | s23 | CSM |  | Porto      | 23-06-2002    |
| 22,41   | Luís Gil     | 06-04-1975 | Sen | CSM |  | Alvaiázere | 06-11-2004    |
| 22,21   | Luís Gil     | 06-04-1975 | Sen | CSM |  | Lourosa    | 21-04-2007    |

#### 10 000 m Marcha

| pista    |                       |            |      |     |           |               | outras provas |
|----------|-----------------------|------------|------|-----|-----------|---------------|---------------|
| 54.23,5  | José Carlos Fernandes | 14-01-1969 | s23  | CDN | t. manual | Funchal       | 29-07-1989    |
| 48.48,6  | José Carlos Fernandes | 14-01-1969 | s23  | CDN | t. manual | Lisboa (L)    | 26-05-1990    |
| 48.21,06 | José Eduardo Garcia   | 11-05-1976 | s20  | CSM |           | Maia          | 02-07-1994    |
| 45.13,30 | José Eduardo Garcia   | 11-05-1976 | s20  | CSM |           | Funchal       | 03-06-1995    |
| 45.11,36 | Xavier Sousa          | 20-10-1996 | s23  | AJS |           | Ribeira Brava | 18-06-2016    |
| 45.09,76 | Xavier Sousa          | 20-10-1996 | s23  | AJS |           | Maia          | 25-06-2016    |
| 43.33,85 | Manuel Marques        | 04-09-1978 | V 40 | AJS |           | Leiria        | 25-06-2022    |
| 43.07,42 | Hélder Santos         | 07-03-1996 | Sen  | GDE |           | Leiria        | 16-06-2023    |

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca | Atleta | Nac. | D.N. | Escalão | Clube | Obs | Local | Data |
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|

#### 10 km Marcha

| <i>estrada</i> |              |  |            |     |     |  |            | <i>outras provas</i> |
|----------------|--------------|--|------------|-----|-----|--|------------|----------------------|
| 50,28          | Daniel Neves |  | 20-10-1982 | s20 | GDE |  | Rio Maior  | 15-04-2000           |
| 49,20          | Daniel Neves |  | 20-10-1982 | s20 | CSM |  | Rio Maior  | 07-04-2001           |
| 48,54          | Daniel Neves |  | 20-10-1982 | s23 | CSM |  | Porto      | 23-06-2002           |
| 45,39          | Luís Gil     |  | 06-04-1975 | Sen | CSM |  | St Marinha | 13-11-2004           |

#### 1 hora em Marcha

| <i>pista</i> |              |  |            |     |     |  |               | <i>outras provas</i> |
|--------------|--------------|--|------------|-----|-----|--|---------------|----------------------|
| 12 390 m     | Daniel Neves |  | 20-10-1982 | s20 | CSM |  | VR St António | 05-05-2001           |
| 12 556 m     | Daniel Neves |  | 20-10-1982 | s23 | GDE |  | Quarteira     | 17-04-2004           |

#### 15 km Marcha

| <i>estrada</i> |               |  |            |     |     |  |               | <i>outras provas</i> |
|----------------|---------------|--|------------|-----|-----|--|---------------|----------------------|
| 1:12.56        | Luís Gil      |  | 06-04-1975 | Sen | CSM |  | Mirandela     | 11-06-2005           |
| 1:09.37        | Luís Gil      |  | 06-04-1975 | Sen | CSM |  | Rio Maior     | 25-04-2007           |
| 1:06.30        | Hélder Santos |  | 07-03-1996 | Sen | GDE |  | Rio Maior     | 06-05-2023           |
| 1:04.00        | Hélder Santos |  | 07-03-1996 | Sen | GDE |  | La Coruña/ESP | 03-06-2023           |

#### 30 km Marcha

| <i>estrada</i> |              |  |            |     |     |  |               | <i>outras provas</i> |
|----------------|--------------|--|------------|-----|-----|--|---------------|----------------------|
| 2:32.04        | Rui Teixeira |  | 27-07-1977 | s23 | CSM |  | Torres Vedras | 10-01-1999           |
| 2:23.52        | Luís Gil     |  | 06-04-1975 | Sen | CSM |  | Cucujães      | 04-02-2007           |

#### 35 km Marcha

| <i>estrada</i> |                |  |            |      |     |  |              | <i>outras provas</i> |
|----------------|----------------|--|------------|------|-----|--|--------------|----------------------|
| 2:59.45        | Luís Gil       |  | 06-04-1975 | V 35 | CSM |  | Porto de Mós | 29-01-2011           |
| 2:52.01        | Manuel Marques |  | 04-09-1978 | V 40 | AJS |  | Dudince /SVK | 23-04-2022           |

#### 50 km Marcha

| <i>estrada</i> |          |  |            |      |     |  |                   | <i>outras provas</i> |
|----------------|----------|--|------------|------|-----|--|-------------------|----------------------|
| 4:14.58        | Luís Gil |  | 06-04-1975 | Sen  | CSM |  | Ferreira Alentejo | 03-03-2007           |
| 4:07.46        | Luís Gil |  | 06-04-1975 | V 35 | CSM |  | Pontevedra (ESP)  | 04-03-2012           |

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca         | Atleta                                                                             | Nac. | D.N. | Escalão | Clube  | Obs       | Local         | Data       |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------|------|------|---------|--------|-----------|---------------|------------|
| 4 x 200 m     |                                                                                    |      |      |         |        |           |               |            |
| outras provas |                                                                                    |      |      |         |        |           |               |            |
| 1.46,4        | CD Nacional                                                                        |      |      | s20     | CDN    | t. manual | Funchal       | 20-05-1969 |
|               | António Nunes 51, Manuel Araújo 50, Emanuel Abreu 50, Carlos Rodrigues 50          |      |      |         |        |           |               |            |
| 1.44,0        | CS Marítimo                                                                        |      |      | Sen     | CSM    | t         | Funchal       | 26-04-1970 |
|               | Valdemar Romão 54, Arlindo Rodrigues 44, José Fernandes 52, Lomelino Freitas 53    |      |      |         |        |           |               |            |
| 1.38,0        | CS Marítimo                                                                        |      |      | s20     | CSM    | t         | Funchal       | 21-06-1972 |
|               | Carlos Faria 54, Valdemar Romão 54, José Rui Silva 55, José Camara 54              |      |      |         |        |           |               |            |
| 1.33.73       | pc GD Estreito                                                                     |      |      | Sen     | GDE    |           | Espinho - pc  | 21-02-1998 |
|               | João Ciriaco 76, Eurico Teixeira 80, Pedro Feliciano 73, Vitor Jorge 74            |      |      |         |        |           |               |            |
| 1.32,55       | pc CS Marítimo                                                                     |      |      | s23     | CSM    |           | Espinho - pc  | 10-02-2001 |
|               | Hermano Gouveia 81, Nuno Mendes 81, Bruno Aguiar 81, Alberto Fraga 80              |      |      |         |        |           |               |            |
| 4 x 800 m     |                                                                                    |      |      |         |        |           |               |            |
| outras provas |                                                                                    |      |      |         |        |           |               |            |
| 8.58,9        | CD Nacional                                                                        |      |      | Sen     | CDN    | t. manual | Funchal       | 13-04-1969 |
|               | Ilídio Correia 51, Agostinho Xavier 45, Vicente Lemos 38, Martinho Gouveia 48      |      |      |         |        |           |               |            |
| 8.58,2        | CS Marítimo                                                                        |      |      | Sen     | CSM    | t. manual | Funchal       | 27-04-1969 |
|               | Alvarino Mendonça 39, Timóteo Azevedo 47, Martinho Vieira 38, Miguel Branco 47     |      |      |         |        |           |               |            |
| 8.37,00       | ADR Água de Pena                                                                   |      |      | Sen     | ADRAP  |           | Ribeira Brava | 05-04-2025 |
|               | Tomás Rosário 04, HÉlvio Nascimento 02, Pedro Monteiro 04, Francisco Belo 02       |      |      |         |        |           |               |            |
| 4 x 1.000 m   |                                                                                    |      |      |         |        |           |               |            |
| outras provas |                                                                                    |      |      |         |        |           |               |            |
| 12.04,9       | CS Marítimo                                                                        |      |      | Sen     | CSM    | t. manual | Funchal       | 20-04-1969 |
|               | Timóteo Azevedo 47, Martinho Vieira 38, Alvarino Mendonça 39, Joel Pinto 39        |      |      |         |        |           |               |            |
| 11.22,4       | CS Marítimo                                                                        |      |      | Sen     | CSM    | t. manual | Funchal       | 11-07-1976 |
|               | José Maria Pereira 51, Silvío Ferreira 58, Manuel Dionísio 57, Rui Manuel Silva 58 |      |      |         |        |           |               |            |
| 4 x 1.500 m   |                                                                                    |      |      |         |        |           |               |            |
| outras provas |                                                                                    |      |      |         |        |           |               |            |
| 18.58,4       | CS Marítimo                                                                        |      |      | Sen     | CSM    | t. manual | Funchal       | 20-05-1969 |
|               | Alvarino Mendonça 39,Timóteo Azevedo 47, Martinho Vieira 38, Miguel Branco 47      |      |      |         |        |           |               |            |
| 18.46,5       | CD Nacional                                                                        |      |      | Sen     | CDN    | t. manual | Funchal       | 25-04-1970 |
|               | João Luís Nobrega 53, António Câmara 45, Egídio Fernandes 53, Ilídio Correia 51    |      |      |         |        |           |               |            |
| 18.25,66      | CCDT Horários do Funchal                                                           |      |      | Sen     | CCDTHF |           | Machico       | 08-07-2009 |
|               | Nelson Silva 76, José Rodrigues 73, António Gonçalves 69, Amândio Correia 69       |      |      |         |        |           |               |            |
| 17.33,48      | CA Funchal                                                                         |      |      | Sen     | CAFH   |           | Ribeira Brava | 13-07-2011 |
|               | João Sá 80, Emídio Rodrigues 65, Alcino Abreu 89, Américo Caldeira 77              |      |      |         |        |           |               |            |
| 17.03,16      | ADR Água de Pena                                                                   |      |      | Sen     | ADRAP  |           | Machico       | 16-05-2015 |
|               | J.Manuel Gomes 94,Vitor Morgado 96, Tiago F. Silva 86, Bruno Moniz 91              |      |      |         |        |           |               |            |
| 17.00,59      | ADR Água de Pena                                                                   |      |      | Sen     | ADRAP  |           | Ribeira Brava | 29-04-2017 |
|               | Bruno Moniz 91, Edwin Nunes 89, Paulo Macedo 93, Silvestre Rodrigues 82            |      |      |         |        |           |               |            |
| 16.31,67      | GD Estreito                                                                        |      |      | Sen     | GDE    |           | Ribeira Brava | 22-04-2018 |
|               | Roberto Prioste 83, Manuel Fernandes 92, Bruno Silva 89, Nuno Pereira 00           |      |      |         |        |           |               |            |

## EVOLUÇÃO DOS RECORDES REGIONAIS

### ABSOLUTOS - Masculinos

Até: 7/2026

| Marca | Atleta | Nac. | D.N. | Escalão | Clube | Obs | Local | Data |
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|
|-------|--------|------|------|---------|-------|-----|-------|------|

#### Estafeta Sueca (Medley)

| 100m + 200m + 300m + 400m |                                                                               |  |  |     |     |           |               | outras provas |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|-----|-----------|---------------|---------------|
| 2.16,2                    | CD Nacional                                                                   |  |  | Sen | CDN | t. manual | Funchal       | 13-05-1969    |
|                           | António Camara 45, António Cunha 50, Martinho Gouveia 47, Agostinho Xavier 45 |  |  |     |     |           |               |               |
| 2.13,0                    | CS Marítimo                                                                   |  |  | s18 | CSM | t. manual | Funchal       | 01-04-1971    |
|                           | Maurilio Silva 54, Valdemar Romão 54, Timóteo Velosa 54, Carlos Faria 54      |  |  |     |     |           |               |               |
| 2.05,56                   | ACD Jardim da Serra                                                           |  |  | Sen | AJS |           | Ribeira Brava | 16-05-2015    |
|                           | Rodrigo Ramos 98, Roberto Faria 91, Hugo Silva 91, Ricardo Ribeiro 95         |  |  |     |     |           |               |               |
| 1.56,82                   | ACD Jardim da Serra                                                           |  |  | Sen | AJS |           | Ribeira Brava | 13-07-2016    |
|                           | Rodrigo Ramos 98, Dany Gonçalves 85, Roberto Faria 91, Ricardo Ribeiro 95     |  |  |     |     |           |               |               |

#### Estafeta Olímpica

| 100m + 200m + 400m + 800m |                                                                           |  |  |     |     |           |               | outras provas |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|-----|-----------|---------------|---------------|
| 4.02,6                    | CD Nacional                                                               |  |  | s20 | CDN | t. manual | Funchal       | 20-05-1969    |
|                           | Leandro Sousa 51, Manuel Araújo 50, Carlos Rodrigues 50, Emanuel Abreu 50 |  |  |     |     |           |               |               |
| 3.37,0                    | CS Marítimo                                                               |  |  | s18 | CSM | t. manual | Funchal       | 27-02-1970    |
|                           | José Rui Silva 55, José Camara 54, Valdemar Romão 54 Lomelino Freitas 53  |  |  |     |     |           |               |               |
| 3.25,3                    | ACD Jardim da Serra                                                       |  |  | Sen | AJS | t. manual | Machico       | 17-05-2015    |
|                           | Ricardo Ribeiro 95, Roberto Faria 91, Hugo Silva 91, Bruno Silva 89       |  |  |     |     |           |               |               |
| 3.24,05                   | ACD Jardim da Serra                                                       |  |  | Sen | AJS |           | Ribeira Brava | 07-07-2016    |
|                           | Dany Gonçalves 85, Ricardo Ribeiro 95, Roberto Faria 91, Bruno Silva 89   |  |  |     |     |           |               |               |
| 3.21,7                    | GD Estreito                                                               |  |  | Sen | GDE | t. manual | Ribeira Brava | 18-04-2018    |
|                           | Rodrigo Barros 01, Renan Gregório 96, Davide Teixeira 92, Nuno Pereira 00 |  |  |     |     |           |               |               |

#### Heptatlo

| 100m + Comprimento + Peso + Altura + 400m / 110m barr + Disco + Vara + Dardo + 1500m |    |                                                    |            |     |     |  |              | outras provas |
|--------------------------------------------------------------------------------------|----|----------------------------------------------------|------------|-----|-----|--|--------------|---------------|
| ?                                                                                    | ?  |                                                    |            |     |     |  |              |               |
| 4 878 p                                                                              | pc | Alberto Fraga                                      | 29-02-1980 | s23 | GDE |  | Espinho - pc | 20-02-2000    |
|                                                                                      |    | 7"27 . 5,68 . 11,92 . 1,84 / 8"98 . 4,20 . 3'00"03 |            |     |     |  |              |               |
| 5 000 p                                                                              | pc | Alberto Fraga                                      | 29-02-1980 | Sen | CSM |  | Espinho - pc | 23-02-2003    |
|                                                                                      |    | 7"16 . 6.52 . 13.03 . 1.87 / 8"74 . 4,10 . 2'59"72 |            |     |     |  |              |               |
| 5 252 p                                                                              | pc | Alberto Fraga                                      | 29-02-1980 | Sen | CSM |  | Espinho - pc | 15-02-2004    |
|                                                                                      |    | 7"05 . 7,01 . 13,46 . 1,90 / 8"53 . 4,30 . 3'05"99 |            |     |     |  |              |               |
| 5 282 p                                                                              | pc | Guilherme Almeida                                  | 11-06-2002 | s23 | AJS |  | Braga - pc   | 22-06-2023    |
|                                                                                      |    | 7"05 . 6,65 . 11,92 . 1,91 / 8"35 . 4,30 . 2'50"35 |            |     |     |  |              |               |
| 5 490 p                                                                              | pc | Guilherme Almeida                                  | 11-06-2002 | s23 | AJS |  | Pombal - pc  | 03-03-2024    |
|                                                                                      |    | 7"12 . 6,91 . 13,32 . 1,87 / 8"48 . 4,55 . 2'42"68 |            |     |     |  |              |               |

Nota: A partir do ano 2000 os resultados obtidos em pista coberta são também considerados para efeitos de recordes (regra WA).