



Rank	Marca	Vento	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Obs
------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-----

**60 metros planos**

1º	<b>7,81</b>	1,1	<b>João Ramos</b>	1986	GDE	Leiria	10/04/1999	
2º	<b>7,98</b>	-1,5	<b>Pedro Vasconcelos</b>	1989	GDE	Funchal	24/07/2002	
3º	<b>8,08</b>		<b>Silvio Fernandes</b>	1980	CDRB	Lisboa (N)	08/05/1993	
4º	<b>8,32</b>	-1,5	<b>Joel Rodrigues</b>	1989	AJS	Funchal	24/07/2002	
5º	<b>8,33</b>		<b>Fábio Brito</b>	1982	INDIV	Lisboa (U)	01/04/1995	
6º	<b>8,36</b>	1,9	<b>Décio Andrade</b>	1997	GDE	Ribeira Brava	27/11/2010	
7º	<b>8,37</b>	1,0	<b>Inácio Agostinho</b>	1997	Esc.Torre	Ribeira Brava	27/11/2010	
8º	<b>8,40</b>	0,4	<b>Vitor Gonçalves</b>	1996	GDE	Machico	04/04/2009	
9º	<b>8,44</b>	-1,3	<b>Tomás Pereira</b>	1997	GDE	Machico	23/05/2010	
10º	<b>8,45</b>	0,5	<b>Rui Santos</b>	1989	CSM	Funchal	21/04/2002	
	<b>8,1</b>		<b>Carlos Coelho</b>	1975	SCM	Lisboa (N)	08/05/1988	
	<b>8,2</b>		<b>Adriano Gonçalves</b>	1961	CSM	Funchal	22/05/1974	

**150 metros planos**

1º	<b>20,25</b>	-1,9	<b>João Pedro Sousa</b>	1996	GDE	Ribeira Brava	24/06/2009	
2º	<b>20,52</b>	-0,2	<b>Tomás Pereira</b>	1997	GDE	Machico	22/05/2010	
3º	<b>20,53</b>	-1,9	<b>Vitor Gonçalves</b>	1996	GDE	Ribeira Brava	24/06/2009	
4º	<b>20,56</b>	0,6	<b>Pedro Fernandes</b>	1997	CSM	Machico	18/04/2010	
5º	<b>20,63</b>	0,6	<b>Diogo Rodrigues</b>	1997	GDE	Machico	18/04/2010	
6º	<b>20,69</b>	-0,2	<b>Raul Antunes</b>	1997	CSM	Machico	22/05/2010	
7º	<b>21,04</b>	0,0	<b>André N. Fernandes</b>	1995	ADRPD	Ribeira Brava	15/06/2008	
8º	<b>21,27</b>	0,0	<b>Fábio Fernandes</b>	1995	ADRPD	Ribeira Brava	15/06/2008	
9º	<b>21,80</b>	0,0	<b>José Mário Mendes</b>	1997	ACDSJ	Machico	25/04/2010	
10º	<b>21,84</b>	-2,9	<b>João Henrique Neves</b>	1998	EHBG	Machico	09/04/2011	
	<b>19"9</b>	2,0	<b>João Pedro Sousa</b>	1996	GDE	Ribeira Brava	21/03/2009	Manual
	<b>20"0</b>		<b>Adriano Gonçalves</b>	1961	CSM	Funchal	27/04/1974	
	<b>20"2</b>		<b>Marcelino Correia</b>	1960	CDN	Funchal	13/05/1973	
	<b>20"6</b>	2,0	<b>Vitor Gonçalves</b>	1996	GDE	Ribeira Brava	21/03/2009	
	<b>20"9</b>	1,3	<b>João Duarte</b>	1999	ACDSJ	Ribeira Brava	01/05/2011	
	<b>21"6</b>	2,0	<b>Tiago Henriques</b>	1996	AJS	Ribeira Brava	21/03/2009	



Rank	Marca	Vento	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Obs
------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-----

600 metros planos

1º	<b>1.36,48</b>		<b>Tomás Pereira</b>	1997	GDE	Machico	19/12/2010	
2º	<b>1.43,52</b>		<b>Fábio Fernandes</b>	1995	ADRPD	Machico	19/04/2008	
3º	<b>1.46,63</b>		<b>Diogo Rodrigues</b>	1997	GDE	Machico	19/12/2010	
4º	<b>1.52,33</b>		<b>Valentim Fernandes</b>	1995	AJS	Machico	19/04/2008	
5º	<b>1.53,1</b>		<b>Belarmino Silva</b>	1994	ADRAP	Machico	21/04/2007	
6º	<b>1.53,15</b>		<b>João Henrique Neves</b>	1998	EHBG	Machico	10/04/2011	
7º	<b>1.54,06</b>		<b>Tiago Henriques</b>	1996	AJS	Machico	24/01/2009	
8º	<b>1.56,51</b>		<b>Duarte Fernandes</b>	1995	ADCSP	Machico	24/11/2007	
9º	<b>1.56,77</b>		<b>Dinarte Correia</b>	1999	ACDSJ	Machico	10/04/2011	
10º	<b>1.56,90</b>		<b>João Pedro Sousa</b>	1996	GDE	Machico	24/01/2009	

1.000 metros planos

1º	<b>2.51,5</b>		<b>Gilberto Andrade</b>	1979	ACDSJ	VR StºAntónio	17/05/1992	
2º	<b>2.57,2</b>		<b>Nuno Freitas</b>	1976	ESC	Lisboa (N)	06/05/1989	
3º	<b>3.03,4</b>		<b>Horácio Alves</b>	1963	ESC	Funchal	06/05/1976	
4º	<b>3.06,15</b>		<b>Fábio Fernandes</b>	1995	ADRPD	Ribeira Brava	26/04/2008	
5º	<b>3.06,4</b>		<b>Miguel Pita</b>	1989	ADPS	Funchal	20/04/2002	
6º	<b>3.06,89</b>		<b>Gilberto Serrão</b>	1992	AJS	Funchal	11/12/2004	
7º	<b>3.07,3</b>		<b>Nelson Pinto</b>	1974	ESC	Lisboa (N)	09/05/1987	
8º	<b>3.07,31</b>		<b>Élvio Melim</b>	1977	CDN	Lisboa (N)	06/05/1990	
9º	<b>3.08,69</b>		<b>Tiago Figueira</b>	1992	CAM	Almada	10/06/2005	
10º	<b>3.12,6</b>		<b>Karim Andrade</b>	1989	CSM	Funchal	20/04/2002	



Rank	Marca	Vento	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Obs
------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-----

**50 metros barreiras (0,65)**

1º	<b>8,33</b>	-2,0	<b>João Duarte</b>	1999	ACDSJ	Machico	18/12/2011	
2º	<b>8,45</b>	-2,8	João Pedro Sousa	1996	GDE	Machico	05/04/2009	
3º	<b>8,64</b>	0,6	Tomás Pereira	1997	GDE	Machico	11/04/2010	
4º	<b>8,71</b>	0,6	Décio Andrade	1997	GDE	Machico	11/04/2010	
5º	<b>8,74</b>	-2,8	Vítor Gonçalves	1996	GDE	Machico	05/04/2009	
6º	<b>8,92</b>	-2,8	Tiago Henriques	1996	AJS	Machico	05/04/2009	
7º	<b>9,02</b>	0,6	Pedro Fernandes	1997	CSM	Machico	11/04/2010	
8º	<b>9,20</b>	0,1	José Mário Mendes	1997	ACDSJ	Machico	11/04/2010	
9º	<b>9,22</b>	1,2	Vítor J. Gouveia	1995	ADRPD	Machico	13/04/2008	
10º	<b>9,32</b>	-2,8	Igor Lucena	1996	CSM	Machico	05/04/2009	
	<b>8"2</b>	-0,2	<b>João Pedro Sousa</b>	1996	GDE	Ribeira Brava	21/03/2009	
	<b>8"4</b>	-0,3	Ricardo Afonso	1994	CDCPM	Machico	13/01/2007	
	<b>8"6</b>	-0,2	Tiago Henriques	1996	AJS	Ribeira Brava	21/03/2009	
	<b>8"7</b>	vc	Vítor Chaves	1993	GDE	Machico	18/03/2006	

**60 metros barreiras (0,76)**

1º	<b>10,05</b>	-1,2	<b>João Pedro Sousa</b>	1996	GDE	Ribeira Brava	24/06/2009	
	<b>10,05</b>	-3,3	<b>João Duarte</b>	1999	ACDSJ	Machico	18/12/2011	
3º	<b>10,19</b>	pc	Ricardo Afonso	1994	CDCPM	Alpiarça	03/02/2007	
4º	<b>10,27</b>	1,2	Tomás Pereira	1997	GDE	Machico	17/04/2010	
5º	<b>10,38</b>	-1,2	Tiago Henriques	1996	AJS	Ribeira Brava	24/06/2009	
6º	<b>10,43</b>	0,9	Samuel Oliveira	1995	CSM	Ribeira Brava	26/04/2008	
7º	<b>10,46</b>	0,7	Luís Silva	1992	UDST	Almada	10/06/2005	
8º	<b>10,52</b>	-0,3	António Ornelas	1989	CSM	Melgaço	27/04/2002	
9º	<b>10,69</b>	-4,0	Vitor Gonçalves	1996	GDE	Ribeira Brava	16/05/2009	
10º	<b>11,03</b>	-1,2	Igor Lucena	1996	CSM	Ribeira Brava	24/06/2009	



Rank	Marca	Vento	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Obs
------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-----

Salto em Altura

1º	<b>1,58</b>		<b>Ricardo Afonso</b>	<b>1994</b>	<b>CDCPM</b>	<b>Machico</b>	<b>19/05/2007</b>	
2º	<b>1,56</b>		<b>Pedro Vasconcelos</b>	1989	GDE	Funchal	17/07/2002	
3º	<b>1,52</b>		<b>Vitor Chaves</b>	1993	GDE	Machico	06/03/2006	
4º	<b>1,51</b>		<b>Vitor Viveiros</b>	1984	GDE	Funchal	10/05/1997	
	<b>1,51</b>		<b>João Pedro Sousa</b>	1996	GDE	Ribeira Brava	13/06/2009	
6º	<b>1,50</b>		<b>Tomás Pereira</b>	1997	GDE	Machico	17/04/2010	
7º	<b>1,47</b>		<b>Gilberto Andrade</b>	1979	ACDSJ	Canárias	03/07/1992	
8º	<b>1,46</b>		<b>Vasco Mendes</b>	1995	ADRPD	Ribeira Brava	26/04/2008	
9º	<b>1,45</b>		<b>Nuno Jesus</b>	1992	CAM	Porto Moniz	09/07/2005	
10º	<b>1,43</b>		<b>Luís Vieira</b>	1995	ADRAP	Ribeira Brava	26/04/2008	

Vara em Distância

1º	<b>5,33</b>		<b>Luís Vieira</b>	<b>1995</b>	<b>ADRAP</b>	<b>Ribeira Brava</b>	<b>15/06/2008</b>	
2º	<b>4,88</b>		<b>José Mário Mendes</b>	<b>1977</b>	ACDSJ	Machico	18/04/2010	
3º	<b>4,83</b>		<b>Valentim Fernandes</b>	1995	AJS	Machico	19/04/2008	
4º	<b>4,79</b>		<b>Eusébio Costa</b>	1996	ADRAP	Machico	24/05/2009	
5º	<b>4,64</b>		<b>Ricardo Afonso</b>	1994	CAM	Machico	22/04/2006	
6º	<b>4,62</b>		<b>Belarmino Silva</b>	1994	ADRAP	Machico	20/05/2007	
7º	<b>4,59</b>		<b>Leandro Oliveira</b>	1995	ADRAP	Ribeira Brava	15/06/2008	
8º	<b>4,56</b>		<b>Pedro Conceição</b>	1993	UDST	Machico	30/06/2006	
9º	<b>4,53</b>		<b>Vasco Mendes</b>	1995	ADRPD	Machico	19/04/2008	
10º	<b>4,49</b>		<b>Paulo Melim</b>	1994	ADRAP	Machico	21/04/2007	
	<b>4,49</b>		<b>Nídio Frederico</b>	4,49	AJS	Machico	18/04/2010	

Salto em Comprimento

1º	<b>5,35</b>	<b>1,1</b>	<b>João Ramos</b>	<b>1986</b>	<b>GDE</b>	<b>Funchal</b>	<b>20/03/1999</b>	
2º	<b>5,12</b>		<b>Vitor Viveiros</b>	1984	GDE	Funchal	11/05/1997	
3º	<b>5,04</b>	-1,4	<b>Pedro Vasconcelos</b>	1989	GDE	Mafra	12/05/2002	
4º	<b>4,94</b>		<b>Vitor Vieira</b>	1976	ESC	Funchal	26/05/1989	
5º	<b>4,87</b>	-1,2	<b>Pedro Fernandes</b>	1997	CSM	Machico	08/05/2010	
6º	<b>4,85</b>	-1,0	<b>Tomás Pereira</b>	1997	GDE	Machico	10/04/2010	
7º	<b>4,82</b>	0,9	<b>João Pedro Sousa</b>	1996	GDE	Ribeira Brava	18/04/2009	
8º	<b>4,66</b>		<b>Vitor Freitas</b>	1974	CSM	Funchal	28/03/1987	
9º	<b>4,61</b>	0,4	<b>Ricardo Afonso</b>	1994	CDCPM	Machico	31/03/2007	
10º	<b>4,60</b>		<b>Silvio Fernandes</b>	1980	CDRB	Funchal	14/03/1993	



Rank	Marca	Vento	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Obs
------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-----

**Lançamento do Peso (3 kg)**

1º	<b>15,20</b>		<b>Décio Andrade</b>	1997	GDE	Machico	18/12/2010	
2º	<b>12,31</b>		<b>André Gonçalves</b>	1986	CSM	Funchal	18/04/1999	
3º	<b>11,66</b>		<b>Vitor Viveiros</b>	1984	GDE	Funchal	19/04/1997	
4º	<b>10,96</b>		<b>Aurélio Abreu</b>	1980	GDE	Funchal	30/05/1993	
5º	<b>10,88</b>		<b>Vitor Chaves</b>	1993	GDE	Machico	23/06/2003	
6º	<b>10,72</b>		<b>Helder Pestana</b>	1987	CAM	Funchal	30/04/2000	
7º	<b>10,61</b>		<b>Luís Moniz</b>	1991	CST	Funchal	10/01/2004	
8º	<b>10,54</b>		<b>Fernando Teixeira</b>	1964	ESC	Funchal	27/05/1977	
9º	<b>10,47</b>		<b>José Emídio Fernandes</b>	1985	CSM	Funchal	02/05/1998	
10º	<b>10,26</b>		<b>João Alves</b>	1997	GDE	Machico	18/12/2010	

**Lançamento do Disco (0,750 kg)**

1º	<b>52,64</b>		<b>Décio Andrade</b>	1997	GDE	Funchal	22/05/2010	MM Nacional
2º	<b>39,31</b>		<b>André Gonçalves</b>	1986	CSM	Funchal	21/07/1999	1 kg
3º	<b>33,96</b>		<b>Vitor Chaves</b>	1993	GDE	Funchal	08/06/2006	
4º	<b>27,86</b>		<b>David Ferreira</b>	1995	ADRAP	Funchal	24/11/2007	
5º	<b>24,63</b>		<b>Leonardo Fernandes</b>	1997	AJS	Funchal	22/05/2010	
6º	<b>24,61</b>		<b>José Mário Mendes</b>	1997	ACDSJ	Ribeira Brava	27/11/2010	
7º	<b>24,36</b>		<b>João Igor Fernandes</b>	1995	AJS	Ribeira Brava	03/05/2008	
8º	<b>23,63</b>		<b>António Silva</b>	1993	GDE	Funchal	20/07/2006	
9º	<b>21,70</b>		<b>Paulo David Rocha</b>	1994	AJS	Machico	19/05/2007	
10º	<b>20,65</b>		<b>João Alves</b>	1997	GDE	Ribeira Brava	27/11/2010	

**Lançamento do Martelo (3 kg)**

1º	<b>60,86</b>		<b>Décio Andrade</b>	1997	GDE	Funchal	08/06/2010	MM Nacional
2º	<b>33,96</b>		<b>Vitor Chaves</b>	1993	GDE	Funchal	20/07/2006	
3º	<b>28,90</b>		<b>António Silva</b>	1993	GDE	Funchal	20/07/2006	
4º	<b>27,38</b>		<b>José Mário Mendes</b>	1997	ACDSJ	Funchal	18/12/2010	
5º	<b>23,99</b>		<b>David Ferreira</b>	1995	ADRAP	Funchal	15/03/2008	
6º	<b>23,21</b>		<b>Leonardo Fernandes</b>	1997	AJS	Funchal	13/03/2010	
7º	<b>22,89</b>		<b>João Igor Fernandes</b>	1995	AJS	Funchal	26/04/2008	
8º	<b>21,12</b>		<b>José Valentim Fernandes</b>	1991	AJS	Funchal	13/05/2008	
9º	<b>18,99</b>		<b>Paulo David Rocha</b>	1994	AJS	Funchal	10/03/2007	
10º	<b>18,91</b>		<b>João Paulo Fernandes</b>	2000	ACDSJ	Funchal	17/12/2011	



Rank	Marca	Vento	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Obs
------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-----

Lançamento do Dardo (400 gr)

1º	<b>47,57</b>		<b>Décio Andrade</b>	1997	GDE	Ribeira Brava	09/07/2010	500g
2º	<b>29,61</b>		<b>David Ferreira</b>	1995	ADRAP	Ribeira Brava	14/06/2008	
3º	<b>29,22</b>		<b>José Mário Mendes</b>	1997	ACDSJ	Machico	23/05/2010	
4º	<b>29,13</b>		<b>Tomás Pereira</b>	1997	GDE	Ribeira Brava	09/07/2010	500g
5º	<b>28,90</b>		<b>Vitor Chaves</b>	1993	GDE	Machico	03/06/2006	
6º	<b>27,24</b>		<b>José Valentim Fernandes</b>	1991	AJS	Ribeira Brava	14/06/2009	
7º	<b>26,38</b>		<b>Leandro Oliveira</b>	1995	ADRAP	Ribeira Brava	26/04/2008	
8º	<b>25,81</b>		<b>Rúben Costa</b>	1997	ADRAP	Machico	24/05/2009	
9º	<b>25,72</b>		<b>Vitor J. Gouveia</b>	1995	ADRPD	Ribeira Brava	14/06/2008	
10º	<b>25,54</b>		<b>João Alves</b>	1997	GDE	Ribeira Brava	27/11/2010	500g

3.000 metros marcha

1º	<b>21.24,9</b>		<b>Dinarte Correia</b>	1999	ACDSJ	Machico	18/06/2011	RR Infantis
2º	<b>25.08,09</b>		<b>Carlos David Viveiros</b>	1995	ADRAP	Ribeira Brava	14/06/2008	
3º	<b>25.08,52</b>		<b>Ricardo N. Gouveia</b>	1995	ADRAP	Ribeira Brava	14/06/2008	
4º	<b>27.15,9</b>		<b>Micael Gonçalves</b>	1995	CDCPM	Machico	20/05/2007	
5º	<b>27.27,8</b>		<b>J. Leonardo Abreu</b>	1999	GDE	Machico	18/06/2011	

PENTATLONac (60 + Cp / 60b(0,76) + Ps(3) + 1000) ou Reg (60 + Cp / 50b(0,65) + Ps(2) + 1000)

1º	<b>2 060 p</b>		<b>Tomás Pereira</b>	1997	GDE	Machico	11/04/2010	Reg
			8"49 + 4,85 / 8"64 + 9,60 + 3'16"30					
2º	<b>2 047 p</b>		<b>Décio Andrade</b>	1997	GDE	Machico	11/04/2010	Reg
			9"00 + 4,39 / 8"71 + 15,13 + 3'31"73					
3º	<b>1 815 p</b>		<b>João Pedro Sousa</b>	1996	GDE	Machico	05/04/2009	Reg
			8"76 + 4,60 / 8"45 + 10,20 + 3'42"80					
4º	<b>1 792 p</b>		<b>Fábio Fernandes</b>	1995	ADRPD	Lisboa U	04/05/2008	Nac (60b, Ps3)
			8"96 + 4,10 / 11"28 + 7,61 + 3'07"88					
5º	<b>1 760 p</b>		<b>Diogo Rodrigues</b>	1997	GDE	Machico	11/04/2010	Reg
			8"84 + 4,11 / 9"39 + 10,88 + 3'18"91					
6º	<b>1 715 p</b>		<b>Vítor Gonçalves</b>	1996	GDE	Machico	05/04/2009	Reg
			8"40 + 3,78 / 8"74 + 10,33 + 3'42"99					
7º	<b>1 704 p</b>		<b>Pedro Fernandes</b>	1997	CSM	Machico	11/04/2010	Reg
			8"72 + 4,49 / 9"02 + 9,16 + 3'32"80					
8º	<b>1 600 p</b>		<b>Ricardo Afonso</b>	1994	CDCPM	Beja	22/04/2007	Nac (60b, Ps3)
			8"63 + 4,52 / 10"72 + 7,37 + 4'04"81					
9º	<b>1 546 p</b>		<b>Tiago Henriques</b>	1996	AJS	Machico	05/04/2009	Reg
			9"24 + 4,10 / 8"92 + 8,82 + 3'29"41					
10º	<b>1 513 p</b>		<b>João Henrique Neves</b>	1998	EHBG	Machico	03/04/2011	Reg
			9"01 + 4,11 / 9"60 + 9,28 + 3'28"66					



# Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

## Os Melhores de Sempre

### INFANTIS

Até  
31/Dez/2011

Rank	Marca	Vento	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Obs
<b>4 X 60 METROS</b>								
1º	<b>32,21</b>		<b>Seleção da Madeira</b>			Almada	10/06/2004	
			Décio Faria(91);João Mendes(92);João Frias(91);Luis Moniz(91)					
2º	<b>32,61</b>		<b>Seleção da Madeira</b>			Lisboa (N)	06/05/1989	
			Fernando Faria (76), Nuno Freitas (76), Duarte Vieira (76), Vitor Vieira (76)					
3º	<b>33,94</b>		<b>ADRPD</b>			Ribeira Brava	14/06/2008	
			João Pedro Sousa(96); Fábio Fernandes(95); Vitor J. Gouveia(95); André N. Fernandes(95)					
4º	<b>34,64</b>		<b>Seleção da Madeira</b>			Lisboa (N)	03/05/1992	
			Gilberto Andrade (79), Miguel Moreira (79), Silvio Fernandes (80), Paulo Correia (79)					
5º	<b>34,77</b>		<b>Seleção da Madeira</b>			Almada	10/06/2005	
			César Ornelas(92);Vitor Chaves(92);Luis Silva(92);Bibiano Serrão(92)					
6º	<b>34,80</b>		<b>CSM</b>			Funchal	26/05/2001	
			Fábio Castro (88), Pedro Azevedo (88), Rui Cristiano (89), Rui Santos (89)					
7º	<b>34"6</b>		<b>Seleção da Madeira</b>			Mafra	12/05/2002	
			António Ornelas (89), Rui Santos (89), Joel Rodrigues (89), Michael Abreu (89)					
8º	<b>35,02</b>		<b>GDE</b>			Machico	24/05/2009	
			Tomás Pereira(97); João Pedro Sousa(96); Vitor Gonçalves(96); Décio Andrade(97)					
9º	<b>35,34</b>		<b>Colégio Santa Teresinha</b>			Funchal	07/05/2004	
			Oscar Pereira(92);George Woods(92);João Guedes(92);Luis Moniz(91)					
10º	<b>35,36</b>		<b>CSM</b>			Machico	23/05/2010	
			César Mata (99), João Sousa (97), Pedro Fernandes (97), Raul Antunes (97)					
<b>Outros Clubes:</b>								
	<b>35,60</b>		<b>ADRAP</b>			Ribeira Brava	14/06/2008	
			Luís Vieira(95); C. David Viveiros(95); Leandro Oliveira(95); Ricardo N. Gouveia(95);					
	<b>36"4</b>		<b>ACDSJ</b>			Machico	19/06/2011	
			Luís A. Gonçalves 99 + Dinarte Correia 99 + João Duarte 99 + Alexandre Fernandes 99					



Rank	Marca	Vento	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Obs
------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-----

**60 metros planos**

1º	<b>8,61</b>	-1,3	<b>Cizina Pestana</b>	1985	GDE	Funchal	02/05/98	
2º	<b>8,69</b>		<b>Carmo Viveiros</b>	1977	CSM	Lisboa (N)	06/05/89	
3º	<b>8,69</b>	-1,7	<b>Catarina Filipa</b>	1988	CSM	Funchal	26/05/01	
4º	<b>8,76</b>		<b>Sónia Camacho</b>	1979	CAM	Funchal	06/06/92	
5º	<b>8,79</b>	0,7	<b>Suse Conceição</b>	1992	UDST	Funchal	08/06/05	
6º	<b>8,84</b>	-2,5	<b>Sílvia Correia</b>	1997	GDE	Machico	10/04/10	
	<b>8,84</b>	-0,8	<b>Mariza Santos</b>	1997	ACDSJ	Ribeira Brava	27/11/10	
8º	<b>8,96</b>	-0,3	<b>Adriana Jardim</b>	1993	CAM	Almada	10/06/05	
9º	<b>9,02</b>	1,3	<b>Anabela Ornelas</b>	1995	AJS	Machico	19/04/08	
10º	<b>9,06</b>	0,5	<b>Carina Silva</b>	1995	ADRPD	Machico	12/04/08	
	<b>8"2</b>		<b>Sandra Camacho</b>	1979	CAM	Funchal	25/05/91	
	<b>8"2</b>	-1,8	<b>Anabela Correia</b>	1984	CAM	Funchal	20/04/97	
	<b>8"2</b>	-1,8	<b>Tatiana Marques</b>	1984	CSM	Funchal	20/04/97	
	<b>8"4</b>		<b>Lúcia Fernandes</b>	1978	GDME	Funchal	25/05/91	
	<b>8"6</b>		<b>Sandra Veiga</b>	1974	ESC	Lisboa (N)	10/05/86	
	<b>8"7</b>	1,9	<b>Adriana Jardim</b>	1993	CAM	Machico	18/02/06	

**150 metros planos**

1º	<b>21,17</b>	0,5	<b>Sílvia Correia</b>	1997	GDE	Ribeira Brava	17/04/10	
2º	<b>22,19</b>	0,3	<b>Mariza Santos</b>	1997	ACDSJ	Machico	27/03/10	
3º	<b>22,66</b>	-1,5	<b>Diana Pereira</b>	1996	GDE	Ribeira Brava	24/06/09	
4º	<b>22,67</b>	0,3	<b>Vanessa Sousa</b>	1997	CSM	Machico	27/03/10	
5º	<b>22,73</b>	-0,5	<b>Renata Rocha</b>	1999	ACDSJ	Machico	09/04/11	
6º	<b>22,85</b>	-0,5	<b>Catarina Rosa</b>	1998	CSM	Machico	09/04/11	
7º	<b>22"8</b>	-1,8	<b>Ema Camacho</b>	2000	CSM	Machico	18/06/11	
8º	<b>23,19</b>	1,3	<b>Isaura Sofia Correia</b>	1996	ADRPD	Machico	26/01/08	
9º	<b>23,22</b>	0,3	<b>Cláudia Fernandes</b>	1997	AJS	Ribeira Brava	27/03/10	
10º	<b>23,34</b>	0,2	<b>Zita Pontes</b>	1995	AJS	Ribeira Brava	15/06/08	



**INFANTIS**

Rank	Marca	Vento	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Obs
------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-----

**600 metros planos**

1º	<b>1.58,95</b>		<b>Renata Rocha</b>	1999	ACDSJ	Machico	10/04/11	RR Infantis
2º	<b>2.01,1</b>		Ana Pita	1994	Indiv	Machico	21/04/07	
3º	<b>2.03,05</b>		Mónica Rodrigues	1995	CDG	Machico	19/04/08	
4º	<b>2.03,91</b>		Diana Pereira	1996	GDE	Machico	19/04/08	
5º	<b>2.04.54</b>		Sara Moura	1994	ADRAP	Machico	24/02/07	
6º	<b>2.04,88</b>		Valéria Henriques	1996	AJS	Ribeira Brava	25/04/09	
7º	<b>2.05,3</b>		Graça Pinto	1972	Indiv	Funchal	29/01/84	
8º	<b>2.06,93</b>		Lícia Soares	1995	ACDSJ	Machico	19/04/08	
9º	<b>2.07,22</b>		Manuela Baltasar	1996	GDE	Ribeira Brava	25/04/09	
10º	<b>2.07,67</b>		Vera Gouveia	1997	ADRAP	Machico	23/06/10	

**1.000 metros planos**

1º	<b>3.15,91</b>		<b>Sandra Camacho</b>	1979	CAM	Lisboa (N)	03/05/92	
2º	<b>3.16.1</b>		Olga Pinto	1975	CSM	Funchal	27/05/90	
3º	<b>3.16,16</b>		Marina Fernandes	1976	GDE	Lisboa (N)	06/05/89	
4º	<b>3.18,9</b>		Elisabete Carvalho	1965	CSM	Lisboa (A)	13/11/77	
5º	<b>3.21,0</b>		Natacha Gonçalves	1988	CSM	Funchal	24/03/01	
6º	<b>3.22,5</b>		Angélica Andrade	1980	GDE	Braga	21/03/93	
7º	<b>3.23,3</b>		Anabela Correia	1984	CAM	Funchal	11/05/77	
8º	<b>3.23,4</b>		Eduarda Ribeiro	1985	CSM	Funchal	29/06/97	
9º	<b>3.23,36</b>		Marlene Abeu	1990	AJS	Funchal	05/04/03	
10º	<b>3.25,58</b>		Lúcia Serrão	1991	AJS	Melgaço	25/04/04	

**50 metros barreiras (0,65)**

1º	<b>9,13</b>	-0,7	<b>Sílvia Correia</b>	1997	GDE	Machico	11/04/10	
2º	<b>9,64</b>	-0,7	Mariza Santos	1997	ACDSJ	Machico	11/04/10	
3º	<b>9,66</b>	-6,5	<b>Catarina Rosa</b>	1998	CSM	Machico	03/04/11	
4º	<b>9,73</b>	-0,7	Cláudia Fernandes	1997	AJS	Machico	11/04/10	
5º	<b>9,77</b>	-6,5	<b>Renata Rocha</b>	1999	ACDSJ	Machico	03/04/11	
6º	<b>9,90</b>	0,7	Daniella Olivier	1994	ADRAP	Machico	24/02/07	
7º	<b>10,01</b>	-3,0	Valéria Henriques	1996	AJS	Machico	05/04/09	
8º	<b>10,05</b>	-2,6	Daniela Gonçalves	1999	ACDSJ	Machico	18/12/11	
9º	<b>10,14</b>	-2,6	Joana C. Gonçalves	1999	ACDSJ	Machico	18/12/11	
10º	<b>10,35</b>	0,0	Alícia Freitas	1997	GDE	Ribeira Brava	15/11/08	
	<b>9"2</b>	-2,4	Sofia Santos	1994	ADRAP	Machico	21/04/2007	
	<b>10"0</b>	vc	Vanessa Jesus	1993	UDS	Machico	22/04/2006	
	<b>10"1</b>	vc	Fabiana Gomes	1993	ADRAP	Machico	18/03/2006	
	<b>10"1</b>	0,4	Vera Gouveia	1997	ADRAP	Ribeira Brava	21/03/2009	



Rank	Marca	Vento	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Obs
------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-----

**60 metros barreiras (0,76)**

1º	<b>10,33</b>		<b>Sónia Camacho</b>	1979	CAM	Lisboa (N)	02/05/92	
2º	<b>10,76</b>	-1,4	<b>Catarina Rosa</b>	1998	CSM	Machico	18/12/11	
3º	<b>11,00</b>	-2,1	<b>Silvia Correia</b>	1997	GDE	Ribeira Brava	27/11/10	
4º	<b>11,39</b>	-4,3	<b>Lúcia Serrão</b>	1991	AJS	Almada	10/06/04	
5º	<b>11,40</b>	pc	<b>Sofia Santos</b>	1994	ADRAP	Alpiarça	03/02/07	
6º	<b>11,49</b>	-0,8	<b>Carina Silva</b>	1995	ADRPD	Lisboa (U)	04/05/08	
7º	<b>11,53</b>	-3,1	<b>Suze Conceição</b>	1992	UDS	Funchal	02/04/05	
8º	<b>11,89</b>	-1,9	<b>Renata Rocha</b>	1999	ACDSJ	Machico	18/06/11	
9º	<b>11"8</b>	-3,3	<b>Jéssica C. Gouveia</b>	1999	GDE	Machico	18/06/11	
10º	<b>12,17</b>	0,8	<b>Vera Gouveia</b>	1997	ADRAP	Machico	17/04/10	
	<b>10"8</b>		<b>Sandra Camacho</b>	1979	CAM	Funchal	21/05/92	

**Salto em Altura**

1º	<b>1,52</b>		<b>Eduarda Ribeiro</b>	1985	CSM	Funchal	02/05/98	
2º	<b>1,42</b>		<b>Lúcia Serrão</b>	1991	AJS	Funchal	28/02/04	
3º	<b>1,39</b>		<b>Carla André</b>	1977	ADP	Funchal	30/05/90	
4º	<b>1,32</b>		<b>Cláudia Fernandes</b>	1997	AJS	Machico	23/05/10	
5º	<b>1,30</b>		<b>Sandra Mendonça</b>	1983	CAM	Funchal	24/03/96	
	<b>1,30</b>		<b>Sofia Matos</b>	1981	CSM	Funchal	22/01/94	
7º	<b>1,28</b>		<b>Célia Pinto</b>	1972	CSM	Funchal	27/07/85	
	<b>1,28</b>		<b>Mónica Sousa</b>	1989	GDE	Funchal	07/04/02	
	<b>1,28</b>		<b>Daniella Olivier</b>	1994	ADRAP	Machico	01/07/07	
	<b>1,28</b>		<b>Rosa Milene Jesus</b>	1999	ACDSJ	Machico	18/12/11	



Rank	Marca	Vento	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Obs
------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-----

Vara em Distância

1º	<b>4,79</b>		<b>Catarina Rosa</b>	1998	CSM	Machico	19/06/11	RR Infantis
2º	<b>4,39</b>		Daniella Olivier	1994	ADRAP	Machico	20/05/07	
3º	<b>4,19</b>		Cláudia Fernandes	1997	AJS	Machico	18/04/10	
4º	<b>4,18</b>		Mariana F. Abreu	1996	ADRAP	Ribeira Brava	15/06/08	
5º	<b>4,00</b>		Valéria Henriques	1996	AJS	Ribeira Brava	25/04/09	
6º	<b>3,98</b>		Catarina Ferreira	1994	GDE	Machico	20/05/07	
7º	<b>3,94</b>		Marisa Ascensão	1996	CSM	Machico	24/05/09	
8º	<b>3,89</b>		<b>Daniela Gonçalves</b>	1999	ACDSJ	Machico	19/06/11	
9º	<b>3,84</b>		Mariana F. Rodrigues	1994	AJS	Machico	21/04/07	
10º	<b>3,83</b>		Alicia Freitas	1997	GDE	Machico	25/04/09	

Salto em Comprimento

1º	<b>4,63</b>		<b>Carmo Viveiros</b>	1977	SCM	Funchal	23/04/89	
2º	<b>4,58</b>	1,2	Sofia Santos	1994	ADRAP	Machico	30/06/07	
3º	<b>4,55</b>	0,9	Joana Frias	1988	CAM	Rio Maior	09/06/01	
4º	<b>4,51</b>		Cláudia Jardim	1980	CAM	Funchal	19/06/93	
5º	<b>4,49</b>		Sónia Camacho	1979	CAM	VR Stº António	17/05/92	
6º	<b>4,30</b>		Luísa Filipa Freitas	1984	CAM	Funchal	11/05/97	
7º	<b>4,19</b>	-1,0	Suze Conceição	1992	UDS	Almada	10/06/05	
8º	<b>4,18</b>	0,2	<b>Catarina Rosa</b>	1998	CSM	Rio Maior	08/05/11	
9º	<b>4,14</b>		Alicea Fernandes	1975	CSM	Lisboa (N)	10/05/87	
	<b>4,14</b>	-0,1	Daniella Olivier	1994	ADRAP	Machico	30/06/07	

Lançamento do Peso (2 kg)

1º	<b>12,49</b>		<b>Catarina Ferreira</b>	1982	CAM	Funchal	22/04/95	
2º	<b>11,11</b>		Paula Freitas	1980	CAM	Funchal	30/05/93	
3º	<b>10,03</b>		Cátia Silva	1984	CAM	Funchal	11/05/97	
4º	<b>9,62</b>		Adriana Jardim	1993	CAM	Machico	27/05/06	
5º	<b>9,61</b>		Rita Afonseca	1993	UDS	Machico	27/05/06	
6º	<b>9,61</b>		Marília Brito	1994	GDE	Machico	19/05/07	
7º	<b>9,55</b>		Sara Gonçalves	1991	CSM	Funchal	13/12/03	
8º	<b>9,51</b>		Mariza Santos	1997	ACDSJ	Machico	18/12/10	
9º	<b>9,46</b>		Rosa Pereira	1991	AJS	Funchal	03/06/2006	
10º	<b>9,44</b>		Alejandra Ferreira	1996	GDE	Machico	04/04/09	



Rank	Marca	Vento	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Obs
------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-----

**Lançamento do Disco (0,600 kg)**

1º	<b>24,51</b>		<b>Miliza Cabral</b>	1997	ADRAP	Funchal	22/05/10	
2º	<b>22,15</b>		Mariana F. Rodrigues	1994	AJS	Machico	19/05/07	
3º	<b>21,30</b>		<b>Rosa Milene Jesus</b>	1999	ACDSJ	Ribeira Brava	22/05/11	750 g
4º	<b>18,71</b>		Renata Jardim	1994	ADRAP	Machico	19/05/07	
5º	<b>16,66</b>		Adriana Jardim	1993	CAM	Funchal	10/06/06	
6º	<b>16,49</b>		Laura Góis	1997	GDE	Funchal	22/05/10	
7º	<b>16,40</b>		Elisabete Gomes	1993	UDS	Funchal	10/06/06	
8º	<b>16,19</b>		Mónica Abreu	1995	ADRPD	Ribeira Brava	03/05/08	
9º	<b>16,12</b>		Carla P. Abreu	1997	AJS	Funchal	03/05/08	
10º	<b>15,97</b>		Alejandra Ferreira	1996	GDE	Ribeira Brava	21/03/09	

**Lançamento do Martelo (2 kg)**

1º	<b>31,83</b>		<b>Rosa Milene Jesus</b>	1999	ACDSJ	Funchal	11/06/11	RR Infantis
2º	<b>25,42</b>		Mariana F. Abreu	1996	ADRAP	Funchal	26/04/08	
3º	<b>23,95</b>		Soraia Oliveira	1996	ADRPD	Funchal	15/03/08	
4º	<b>21,96</b>		Diana A. Gonçalves	1997	AJS	Funchal	18/12/10	
5º	<b>21,38</b>		Miliza Cabral	1997	ADRAP	Funchal	18/12/10	
6º	<b>21,22</b>		Mariana F. Rodrigues	1994	AJS	Funchal	10/03/07	
7º	<b>21,16</b>		Carla P. Abreu	1997	AJS	Funchal	25/04/09	
8º	<b>20,68</b>		Carla Mariana Abreu	1995	AJS	Funchal	26/04/08	
9º	<b>20,11</b>		<b>Sara Henriques</b>	1999	ACDSJ	Funchal	09/04/11	
10º	<b>19,77</b>		Mónica Abreu	1995	ADRPD	Funchal	15/03/08	

**Lançamento do Dardo (400 gr)**

1º	<b>24,15</b>		<b>Laura Góis</b>	1997	GDE	Machico	23/05/10	
2º	<b>22,88</b>		Jessica Soares	1996	AJS	Machico	24/05/09	
3º	<b>22,71</b>		<b>Sara Nóbrega</b>	1998	GDE	Machico	19/06/11	
4º	<b>22,20</b>		Sílvia Correia	1997	GDE	Ribeira Brava	27/11/10	
5º	<b>22,00</b>		Iolanda Gomes	1994	ADRAP	Machico	06/07/07	
6º	<b>21,19</b>		Carolina Rodrigues	1993	ADRAP	Machico	04/06/06	
7º	<b>20,53</b>		Miliza Cabral	1997	GDE	Machico	25/04/09	
8º	<b>20,44</b>		<b>Rosa Milene Jesus</b>	1999	ACDSJ	Machico	18/12/11	
9º	<b>19,93</b>		Mariana F. Rodrigues	1994	AJS	Machico	06/07/07	
10º	<b>18,63</b>		Marília Brito	1994	GDE	Machico	20/05/07	



**INFANTIS**

Rank	Marca	Vento	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Obs
------	-------	-------	--------	------	-------	-------	------	-----

**3.000 metros marcha**

1º	<b>20.37,8</b>		<b>Rosa Milene Jesus</b>	1999	ACDSJ	Machico	18/06/2011	RR Infantis
2º	<b>20.39,8</b>		<b>Patrícia Ornelas</b>	1999	CSM	Machico	18/06/2011	
3º	<b>21.30,9</b>		<b>Rute Soares</b>	1999	AJS	Machico	18/06/2011	
4º	<b>21.48,47</b>		<b>Miliza Cabral</b>	1997	ADRAP	Machico	13/03/2010	
5º	<b>22.01,6</b>		<b>Mariana F. Rodrigues</b>	1994	AJS	Machico	20/05/07	
6º	<b>22.06,6</b>		<b>Rubina Marques</b>	1999	AJS	Machico	18/06/2011	
7º	<b>23.07,81</b>		<b>Vanda Silva</b>	1997	AJS	Machico	22/05/10	
8º	<b>23.46,80</b>		<b>Carla Rodrigues</b>	1996	AJS	Ribeira Brava	14/06/08	
9º	<b>24.11,75</b>		<b>Laura Abreu</b>	1995	CDG	Ribeira Brava	14/06/08	
10º	<b>24.16,05</b>		<b>Beatriz Alves</b>	1997	GDE	Machico	23/05/09	

**PENTATLO**

Nac (60 + Ps(2) / 60b(0,76) + Cp + 1000) ou Reg (60 + Ps(2) / 50b(0,65) + Cp + 1000)

1º	<b>2 228 p</b>		<b>Sílvia Correia</b>	1997	GDE	Machico	11/04/2010	Reg
			8"84 + 8,05 / 9"13 + 3,86 + 3'52"06					
2º	<b>2 084 p</b>		<b>Cláudia Fernandes</b>	1997	AJS	Machico	11/04/2010	Reg
			9"41 + 8,28 / 9"73 + 3,88 + 3'41"42					
3º	<b>1 938 p</b>		<b>Catarina Rosa</b>	1998	CSM	Machico	03/04/2011	Reg
			9"85 + 8,57 / 9"66 + 3,83 + 3'49"56					
4º	<b>1 846 p</b>		<b>Carina Silva</b>	1995	GDE	Lisboa U	04/05/2008	Nac (60b)
			9"35 + 6,71 / 11"49 + 3,90 + 4'10"90					
5º	<b>1 837 p</b>		<b>Mariza Santos</b>	1997	ACDSJ	Machico	11/04/2010	Reg
			8"98 + 8,42 / 9"64 + 3,57 + 4'24"39					
6º	<b>1 792 p</b>		<b>Valéria Henriques</b>	1996	AJS	Machico	05/04/2009	Reg
			9"93 + 6,99 / 10"01 + 3,53 + 3'38"27					
7º	<b>1 756 p</b>		<b>Sara Moura</b>	1994	ADRAP	Beja	22/04/2007	Nac (60b)
			9"22 + 7,15 / 12"22 + 3,79 + 4'14"06					
8º	<b>1 654 p</b>		<b>Renata Rocha</b>	1999	ACDSJ	Machico	03/04/2011	Reg
			9"57 + 5,81 / 9"77 + 3,22 + 3'52"61					
9º	<b>1 495 p</b>		<b>Daniella Olivier</b>	1994	ADRAP	Machico	01/04/2007	Reg
			9"7 + 7,20 / 10"8 + 3,93 + 4'10"1					
10º	<b>1 480 p</b>		<b>Anabela Ornelas</b>	1995	AJS	Machico	13/04/2008	Reg
			9"36 + 6,47 / 10"32 + 3,63 + 4'31"71					



# Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

## As Melhores de Sempre

### INFANTIS

Até  
31/Dez/2011

Rank	Marca	Vento	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Obs
<b>4 X 60 METROS</b>								
1º	<b>34,36</b>		<b>Seleção da Madeira</b>			Lisboa (N)	25/05/1990	
			Carla André (77), Filipa Fernandes (78), Mónica Cró (77), Lisete Mondim (77)					
2º	<b>35,17</b>		<b>Seleção da Madeira</b>			Funchal	08/06/2005	
			Vanessa Jesus(93);Dorisa Aguiar(92);Mónica Jardim(92);Adriana Jardim(92)					
3º	<b>35,59</b>		<b>Seleção da Madeira</b>			Almada	10/06/2004	
			Suse Conceição(92);Flávia Farinha(92);Lara Mendes(91);Nídia Encarnação(91)					
4º	<b>35"4</b>		<b>CSM</b>			Funchal	26/05/2001	
			Natasha Gonçalves (88), Sara Gonçalves (91), Catarina Filipa (88), Cátia Cristina (88)					
5º	<b>35,84</b>		<b>UDST</b>			Funchal	19/03/2005	
			Rita Afonseca(93);Fátima Pacheco(93);Vanessa Jesus(93);Elisabete Gomes(93)					
6º	<b>35"9</b>		<b>ADRAP</b>			Machico	28/04/2007	
			Sofia Santos(94);Sara Moura (94);Daniella Olivier(94); Renata Jardim(94)					
7º	<b>36"4</b>		<b>ACDSJ</b>			Machico	19/06/2011	
			Linda Mendes 00 + Daniela Gonçalves 99 + Joana C Gonçalves 99 + Renata Rocha 99					
8º	<b>36,84</b>		<b>Seleção da Madeira</b>			Lisboa (N)	08/05/1993	
			Angélica Andrade (80), Cátia Aguiar (80), Sofia Matos (81), Tina Silva (80)					
9º	<b>37,01</b>		<b>CAM</b>			Funchal	29/06/2005	
			Stacey Castro(93);Diana Gonçalves(92);Mónica Jardim(93);Adriana Jardim(93)					
10º	<b>37,03</b>		<b>CSM</b>			Machico	23/05/2010	
			Teresa Silva (98), Cassandra Oliveira (98), Catarina Rosa (98), Vanessa Sousa (98)					
<b>Outros Clubes/Escolas:</b>								
	<b>37,23</b>		<b>GDE</b>			Machico	24/05/2009	
			Diana Pereira(96); Isaura Sofia Correia(96); Alejandra Ferreira*(96); Mariza Santos(97)					
	<b>37,32</b>		<b>ES Porto Moniz</b>			Funchal	12/03/2005	
			Diana Gonçalves(93);Adriana Jardim(93);Stacey Castro(93);Monica Jardim(92)					