



Recordes Regionais

Em 22/01/12

Sexo:	Feminino	Escalão:	Iniciados	Tipo de Provas:	Progr. Oficial e Progr. Regional		
Prova	Marca	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
80 m	10"44	Joana Frias	1988	CAM	Guimarães	17.Mai.2003	
250 m	36"00	Sílvia Correia	1997	GDE	Ribeira Brava	21.Mai.2011	
800 m	2'16"36	Lúcia Costa	1973	CSM	Lisboa (N)	26.Jun.1988	
1.500 m	4'41"5	Lúcia Costa	1973	CSM	Lisboa (N)	15.Jun.1988	
80 m Barr. (76cm)	12"38	Sandra Camacho	1979	CAM	Lisboa (U)	8.Mai.1994	
250 m Barr. (76cm)	41"16	Suse Conceição	1992	UDS	Machico	1.Jul.2007	
1.500 m Obst. (76cm)	5'31"84	Sofia Pinto	1996	AJS	Leiria	4.Jun.2011	
Altura	1,60	Camila Lucena	1994	CSM	Ribeira Brava	3.Mai.2009	
Vara	3,00	Camila Lucena	1994	CSM	Ribeira Brava	17.Jul.2009	
Comprimento	5,24	Joana Frias	1988	CAM	Terceira	8.Jun.2003	
Triplo	11,43	Claudia Jardim	1980	CAM	Funchal	12.Dez.1995	
Peso - 3 kg	12,58	Catarina Ferreira	1982	CAM	Lisboa (U)	3.Mai.1997	
Disco - 750 g	36,90	Rosa Pereira	1991	AJS	Funchal	29.Jun.2006	
Martelo - 3 kg	47,86	Cláudia Nóbrega	1990	CSM	Funchal	13.Jul.2005	
Dardo - 500 g	37,67 (600g)	Cátia Silva	1984	CAM	Funchal	28.Jul.1999	
4.000 m Marcha	23'50"54	Mariana F. Rodrigues	1994	AJS	Leiria	17.Mai.2008	
Heptatlo	3.496 pts	Sofia Santos	1994	ADRAP	Machico	13.Abr.2008	(13"58 + 14,93 + 1,44 / 11"02 + 4,94 + 8,51 + 2'51"26)
4 x 80 m	42"78	Seleção da Madeira	1993	SM	Leiria	17.Mai.2008	Joana Soares 1993 + Camila Lucena 1994 + Stacey Castro 1993 + Carlota Pestana 1994
Programa Regional:							
60 m	8"10	Joana Frias	1988	CAM	Funchal	15.Fev.2003	
1.000 m	3'01"8	Lúcia Costa	1973	CSM	Lisboa (N)	13.Mar.1988	
60 m Barr. (76cm)	9"93	Sofia Santos	1994	ADRAP	Alpiarça - pc	7.Mar.2009	
Quádruplo	13,37	Sofia Santos	1994	ADRAP	Ribeira Brava	17.Jun.2009	
Triatlo Técnico Regional	1.650 pts	Sofia Santos	1994	ADRAP	Alpiarça - pc	7.Fev.2009	(4,82 + 10"23 + 9,07)



Recordes Regionais

Em 22/01/12

Sexo:	Feminino	Escalão:	Iniciados	Tipo de Provas:	Pista Coberta e Outras Provas		
Prova	Marca	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
<u>Pista Coberta:</u>							
60 m	8"48	Camila Lucena	1994	CSM	Alpiarça	7.Mar.2009	
60 m Barr. (76cm)	9"93	Sofia Santos	1994	ADRAP	Alpiarça	7.Mar.2009	
Altura	1,48	Camila Lucena	1994	CSM	Alpiarça	7.Mar.2009	
Vara	2,10	Daniella Olivier	1994	ADRAP	Alpiarça	16.Fev.2008	
Comprimento	4,82	Sofia Santos	1994	ADRAP	Alpiarça	7.Fev.2009	
Peso - 3 kg	9,26	Sandra Silva	1994	ADRAP	Alpiarça	7.Mar.2009	
Triatlo Opcional	1.810 pts	Camila Lucena	1994	CSM	Alpiarça	7.Fev.2009	(60b-10"72 + 60m-8"49 + Alt-1,41)
Triatlo Técnico	1.650 pts	Sofia Santos	1994	ADRAP	Alpiarça	7.Fev.2009	(4,82 + 10"23 + 9,07)
<u>Outras provas (ar livre):</u>							
100 m	12"98	Joana Frias	1988	CAM	Funchal	11.Jul.2003	
200 m	25"82	Joana Frias	1988	CAM	Abrantes	22.Jun.2003	
300 m	40"7	Joana Frias	1988	CAM	Funchal	4.Jul.2003	
100 m Barr. (76cm)	15"92	Sandra Camacho	1979	CAM	Viseu	18.Jun.1994	
300 m Barr. (76cm)	47"29	Ivone Camacho	1974	CSM	Lisboa (N)	9.Jul.1989	
Disco - 1 kg	30,81	Rosa Pereira	1991	AJS	Luso	18.Jun.2006	
Dardo - 600 g	37,67	Cátia Silva	1984	CAM	Funchal	28.Jul.1999	
3.000 m Marcha	18'56"04	Ana Jesus	1989	AJS	Elvas	15.Mai.2004	
5.000 m Marcha	32'22"04	Laura Ramos	1992	AJS	Machico	16.Jun.2007	
Hexatlo	3.317 pts	Joana Frias	1988	CAM	Abrantes	27.Abr.2003	(13"55 + 1,40 + 27,97 / 5,10 + 8,45 + 2'29"71)