



Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

Recordes Regionais

Em 22/01/12

Sexo:	Feminino	Escalão:	Juniores	Tipo de Provas:	Programa Oficial Nacional		
Prova	Marca	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
100 m	12"10	Tânia Freitas	1980	CAM	Maia	18.Jul.1998	
200 m	25"05	Joana Arduíno	1982	CAM	Braga	30.Jul.2000	
400 m	55"39	Joana Frias	1988	CAM	Lignano (Itália)	7.Jul.2005	
800 m	2'13"3	Neide Vieira	1979	CAM	Funchal	6.Jul.1997	
1.500 m	4'37"47	Susana Faria	1966	CSM	Lisboa (N)	21.Jul.1984	
3.000 m	10'10"68	Sara Moreira	1985	GDE	Viseu	18.Jul.2004	
100 m Barr. (84cm)	14"61	Patricia Vieira	1979	CSM	Mafra	28.Jun.1998	
400 m Barreiras	60"06	Tânia Freitas	1980	CAM	Maia	21.Jul.1999	
3.000 m Obstáculos	11'16"2	Inocência Faria	1989	GDE	Leiria	26.Mai.2007	
Altura	1,81	Liliana Viana	1985	GDE	Seia	3.Ago.2003	
Vara	3,85	M ^a Eleonor Tavares	1985	CSM	Aulnay	26.Jun.2002	
Comprimento	5,70	Vanessa Rocha	1990	GDE	Faro	7.Jun.2008	
Triplo	12,44	Vanessa Rocha	1990	GDE	Lisboa (U)	28.Jun.2008	
Peso	13,79	Cristiana Oliveira	1984	CSM	Funchal	15.Jun.2003	
Disco	46,85	Sandra Leitão	1982	CAM	Aveiro	25.Mar.2000	
Dardo	46,52	Marisela Silva	1985	GDE	Funchal	23.Mai.2004	
Martelo	52,34	Claudia Nóbrega	1990	GDE	V.N. Cerveira	5.Abr.2009	
10.000 m Marcha	53'26"92	Andreia Freitas	1984	CAM	Lisboa (U)	13.Jul.2002	
Heptatlo	4.695 pts	Cristina Ferreira	1979	CSM	Lisboa (U)	18.Jul.2004	(16"44+1,55+11,32+27"12 / 5,33+46,93+2'38"87)
4 x 100 m	49"30	C. A. Madeira	1979	CAM	Funchal	30.Mai.1998	Rubina Serrão 1981 + Claudia Jardim 1980 + Noemi Faria 1979 + Tânia Freitas 1980
4 x 400 m	3'53"14	C. A. Madeira	1979	CAM	Braga	10.Mai.1997	Sandra Camacho 1979 + Marisa Vieira 1979 + Neide Vieira 1979 + Tânia Freitas 1980



Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

Recordes Regionais

Em 22/01/12

Sexo:	Feminino	Escalão:	Juniores	Tipo de Provas:	Pista Coberta		
Prova	Marca	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
60 m	7"70	Tânia Freitas	1980	CAM	Braga	13.Fev.1999	
200 m	25"07	Tânia Freitas	1980	CAM	Braga	2.Fev.1997	
400 m	57"16	Joana Frias	1988	CAM	Espinho	5.Fev.2005	
800 m	2'16"76	Liliana Henriques	1990	AJS	Espinho	25.Jan.2009	
1.500 m	4'45"63	Isabel Gouveia	1978	CAM	Braga	17.Fev.1996	
3.000 m	10'11"06	Sara Moreira	1985	GDE	Espinho	7.Mar.2004	
60 m Barr. (84cm)	9"05	Carine Silva	1984	GDE	Espinho	15.Fev.2003	
Altura	1,74	Liliana Viana	1985	GDE	Espinho	7.Mar.2004	
Vara	3,75	Leonor Tavares	1985	CSM	Espinho	23.Fev.2002	
Comprimento	5,67	Vanessa Rocha	1990	GDE	Espinho	2.Fev.2008	
Triplo	12,33	Vanessa Rocha	1990	GDE	Pombal	1.Mar.2009	
Peso	13,03	Cristiana Oliveira	1984	CSM	Espinho	16.Fev.2003	
3.000 m Marcha	15'38"22	Andreia Freitas	1983	CAM	Espinho	23.Fev.2002	
Pentatlo	2.842 pts	Filipa Freitas	1984	CAM	Espinho	22.Fev.2003	(10"55+1,47+9,12+4,86+2'33"72)
4 x 400 m	4'03"04	C. A. Madeira	1979	CAM	Braga	11.Fev.1996	Sandra Camacho 1979 + Marisa Vieira 1979 + Neide Vieira 1979 + Tânia Freitas 1980



Recordes Regionais

Em 22/01/12

Sexo:	Feminino	Escalão:	Juniores	Tipo de Provas:	Outras provas		
Prova	Marca	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
300 m	40"7	Joana Frias	1988	CAM	Funchal	4.Jul.2003	Cronometragem manual
300 m	41"34	Joana Frias	1988	CAM	Funchal	11.Dez.2004	
500 m	1'15"40	Jessica Gouveia	1986	GDE	Elvas	8.Mai.2005	
1.000 m	2'58"9	Lúcia Costa	1973	CDN	Lisboa (N)	12.Mar.1989	
5.000 m	18'56"85	Isabel Gouveia	1978	CAM	Viseu	1.Jun.1996	
10.000 m	40'21"98	Ivone Rodrigues	1970	CSM	Maia	17.Jul.1988	
3.000 m Marcha (al)	15'20"73	Andreia Freitas	1984	CAM	Lisboa (U)	8.Jun.2002	
5.000 m Marcha	26'29"0	Andreia Freitas	1984	CAM	Lisboa (U)	13.Jul.2002	
5 km Marcha (Estrada)	27'36"	Andreia Freitas	1984	CAM	Rio Maior	13.Abr.2002	
10 Km Marcha (Estrada)	55'34"	Andreia Freitas	1984	CAM	Rio Maior	13.Abr.2002	
Pentatlo Técnico	3.619 pts	Liliana Viana	1985	GDE	Alpiarça - pc	10.Jan.2004	(9"52+1,71+9,88+8"47+5,09)