



## Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

### Recordes Regionais

Em 22/01/12

Sexo:	<b>Masculino</b>	Escalão:	<b>Absolutos</b>	Tipo de Provas:	<b>Programa Olímpico</b>		
Prova	Marca	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
100 m	10"39	Dany Gonçalves	1985	CSM	Ribeira Brava	17.Jun.2009	e Leiria 20.Jun.2009
200 m	21"12	Vitor Jorge	1974	GDE	Lisboa (U)	18.Jul.1998	
400 m	46"77	Sérgio Duro	1980	GDE	Lisboa (U)	5.Jun.2004	
800 m	1'47"46	Diogo Sousa	1983	GDE	Barcelona	9.Jul.2004	
1.500 m	3'40"98	Marco Rebelo	1973	CSM	Funchal	25.Jul.1998	
5.000 m	13'59"25	Alberto Paulo	1985	CSM	Leiria	17.Jul.2010	
10.000 m	29'40"3	José Frias	1959	GSS	Lisboa (N)	21.Abr.1984	
Maratona	2:21'49"0	José Frias	1959	GSS	Jersey	5.Mai.1985	
110 m Barreiras	14"46	Amâncio Santos	1977	GDE	Lisboa (U)	5.Ago.2000	
400 m Barreiras	50"04	Sérgio Duro	1980	GDE	V.R.S.António	10.Jun.2003	
3.000 m Obstáculos	8'22"41	Alberto Paulo	1985	CSM	Daegu /KOR	29.Ago.2011	
Altura	2,15	Paulo J. Gonçalves	1985	GDE	Covilhã	9.Jun.2007	
Vara	4,90	Décio Faria	1977	AJS	Ribeira Brava	14.Jan.2012	
Comprimento	7,41	Diogo Espinha	1987	CSM	Guarda	5.Jul.2008	
Triplo	15,39	Diogo Espinha	1987	CSM	Guarda	6.Jul.2008	
Peso	16,04	Marçal Rodrigues	1990	CSM	Funchal	1.Jul.2010	
Disco	49,07	António Miguel Pinto	1984	GDE	Faro	8.Jun.2008	
Dardo	68,41	Hélder Pestana	1987	GDE	Covilhã	9.Jun.2007	
Martelo	67,17	André Vital e Silva	1980	GDE	Lagos	9.Abr.2006	
20 Km Marcha (Estrada)	1:31'55"	Luís Gil	1975	CSM	Montemor-o-velho	8.Jan.2011	
20.000 m Marcha (pista)	1:32'53"8	Luís Gil	1975	CSM	Rio Maior	25.Abr.2007	
50 Km Marcha (Estrada)	4:14'58"	Luís Gil	1975	CSM	Ferreira Alentejo	3.Mar.2007	
Decatlo	6.802 pts	Alberto Miguel Fraga	1980	GDE	Lisboa (U)	20.Jun.2004	(10"94+6,86+12,72+1,88+51"66 / 15"42+33,93+4,05+45,62+4'59"11)
4 x 100 m	42"01	G. D. Estreito	1971	GDE	Viseu	13.Jun.1998	Pedro Feliciano 1973 + Vitor Jorge 1974 + Eurico Teixeira 1980 + Daniel Pó 1971
4 x 400 m	3'16"0	C. S. Marítimo	1981	CSM	Lisboa(U)	8.Jun.2003	Hermano Gouveia 1981 + Nuno Mendes 1981 + Ivo Graça 1984 + Bruno Santos 1985



## Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

### Recordes Regionais

Em 22/01/12

Sexo:	<b>Masculino</b>	Escalão:	<b>Absolutos</b>	Tipo de Provas:	<b>Pista Coberta</b>		
Prova	Marca	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
60 m	6"81	Dany Gonçalves	1985	CSM	Pombal	14.Fev.2009	
200 m	21"44	Vitor Jorge	1974	GDE	Espinho	21.Fev.1998	
400 m	47"26	Sérgio Duro	1980	GDE	Espinho	8.Mar.2003	
800 m	1'49"08	Duarte Ponte	1973	GDE	Espinho	6.Fev.2000	
1.500 m	3'48"91	Marco Rebelo	1973	GDE	Espinho	12.Fev.2000	
3.000 m	8'04"95	Licínio Pimentel	1977	GDE	Espinho	15.Fev.2004	
60 m Barreiras	7"93	Amâncio Santos	1977	GDE	Valência	24.Fev.2001	
Altura	2,13	Paulo J. Gonçalves	1985	GDE	Espinho	14.Fev.2007	
Vara	4,85	Helder Fernandes	1977	CSM	Espinho	13.Fev.2005	
Comprimento	7,25	Diogo Espinha	1987	CSM	Espinho	18.Fev.2007	
Triplo	15,05	Diogo Espinha	1987	GDE	Alpiarça	9.Jan.2011	
Peso	15,84	André Vital e Silva	1980	GDE	Espinho	26.Fev.2006	
5.000 m Marcha	21'21"01	Luís Gil	1975	CSM	Pombal	13.Fev.2010	
Heptatlo	5.252 pts	Alberto Miguel Fraga	1980	CSM	Espinho	15.Fev.2004	(7"05+7,01+13,46+1,90 / 8"53+4,30+3'05"99)
4 x 200 m	1'32"55	C. S. Marítimo	1980	CSM	Espinho	10.Fev.2001	Hermano Gouveia 1981 + Nuno Mendes 1981 + Bruno Aguiar 1981 + Alberto Miguel Fraga 1980
4 x 400 m	3'20"16	G. D. Estreito	1978	GDE	Espinho	8.Fev.2003	João Santos 1983 + Vitor Ferreira 1978 + Roberto Aguiar 1984 + Sérgio Duro 1980



## Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

### Recordes Regionais

Em 22/01/12

Sexo:	<b>Masculino</b>	Escalão:	<b>Absolutos</b>	Tipo de Provas:	<b>Outras provas</b>		
Prova	Marca	Atleta	A.N.	Clube	Local	Data	Detalhes
50 m	6"09	Alberto Miguel Fraga	1980	CSM	Funchal	15.Dez.2001	
100 jardas	10"05	Pedro Antunes	1977	GDE	Lisboa (U)	19.Fev.2000	
300 m	33"30	Sérgio Duro	1980	GDE	Viseu	1.Mai.2003	
500 m	1'04"59	Nuno Mendes	1981	CSM	Lisboa (U)	6.Jan.2001	
1.000 m	2'22"86	Armando Monteiro	1974	GDE	Lisboa (A)	22.Mai.1997	
Milha	4'01"36	Marco Rebelo	1973	CDN	Marinha Grande	27.Abr.1999	
2.000 m	5'24"2	Marco Rebelo	1973	CSM	Funchal	10.Abr.1996	
3.000 m	8'04"48	Alberto Paulo	1985	CSM	Lisboa (U)	26.Jun.2011	
15.000 m	49'18"0	José Frias	1959	CDN	Funchal	16.Jul.1994	
Hora	18.550 m	José Frias	1959	CDN	Funchal	16.Jul.1994	
20.000 m	1:04'27"0	José Frias	1959	CDN	Funchal	16.Jul.1994	
Meia Maratona	1:07'52"	Ricardo Abreu	1979	GDE	Moita	16.Out.2005	
25.000 m	1:20'07"8	José Frias	1959	CDN	Funchal	16.Jul.1994	
30.000 m	1:41'56"6	José Frias	1959	GDE	Funchal	25.Jul.1996	
200 m Barr.	23"60	Sérgio Duro	1977	GDE	Viseu	1.Mai.2003	
5.000 m Marcha	21'14"65	Luís Gil	1975	CSM	Maia	29.Jan.2011	
10.000 m Marcha	45'13"30	José Eduardo Garcia	1976	CSM	Funchal	3.Jun.1995	
1 hora Marcha (pista)	12.556 m	Daniel Neves	1982	GDE	Quarteira	17.Abr.2004	
15.000 m Marcha	1:09'37"0	Luís Gil	1975	CSM	Rio Maior	25.Abr.2007	
30 Km Marcha (Estrada)	2:23'52"	Luís Gil	1975	CSM	Cucujães	4.Fev.2007	
35 Km Marcha (Estrada)	3:12'22"	Daniel Neves	1982	CSM	Valongo	16.Fev.2002	
40 Km Marcha (Estrada)	3:21'55"	Luís Gil	1975	CSM	Ferreira Alentejo	3.Mar.2007	
Pentatlo Técnico	3.826 pts	Alberto Miguel Fraga	1980	CSM	Alpiarça - pc	20.Dez.2003	(7"14+6,67+13,65+8"92+1,91)
4 x 200 m	1'32"55	C. S. Marítimo	1980	CSM	Espinho - pc	10.Fev.2001	Hermano Gouveia 1981 + Nuno Mendes 1981 + Bruno Aguiar 1981 + Alberto Fraga 1980
4 x 800 m	8'58"2	C. S. Marítimo	1938	CSM	Funchal	27.Abr.1969	Alvarino Mendonça 1939 + Timóteo Azevedo 1947 + Martinho Vieira 1938 + Miguel Branco 1947
4 x 1500 m	17'33"48	C. A. Funchal	1965	CAFH	Ribeira Brava	13.Jul.2011	João Sá 1980 + Emídio Rodrigues 1965 + Alcino Abreu 1989 + Américo Caldeira 1977
Estafeta Sueca	2'13"0	C. S. Marítimo	1954	CSM	Funchal	1.Abr.1971	Maurilio Silva 1954 + Valdemar Romão 1954 + Timóteo Velosa 1954 + Carlos Faria 1954
Estafeta Olímpica	3'37"0	C. S. Marítimo	1955	CSM	Funchal	27.Fev.1972	José Rui Silva 1955 + Lomelino Freitas 1953 + José Camara 1954 + Valdemar Romão 1954