

RECORDES FEMININOS

(actualizados a 09.07.2019)

JUNIORES - FEMININOS

Disciplina	Atleta	Clube	Local	Data	Marca
100 m	Janete Ferreira (82)	JD Neves	Beja	07-03-1998	12.6
	Patrícia Vaz (94)	FC Castrense		11-06-2011	12.6 (+1.9)
	Liliane Amaro (92)	JD Neves		30-04-2011	12.6 (-1.4)
100 m/Barr 0,84	Débora Encarnação (89)	CCD BNS Conceição	Guimarães	09-07-2006	15.44 (+0.7)
200 m	Liliane Amaro (92)	JD Neves	Quarteira	20-07-2011	26.19 (0.0)
200 m PC	Liliane Amaro (92)	JD Neves	Pombal	30-01-2010	27.72
400 m	Sara Inácio (95)	JD Neves	Abrantes	08-06-2013	61.59
400 m/Barr 0,76	Carla Barros (83)	JD Neves	Lisboa	07-07-2001	68.23
800 m	Sara Inácio (95)	JD Neves	Lisboa	10-07-2011	2.18,10
800 m PC	Catalina Turcu (00)	CCD BNS Conceição	Pombal	21-01-2018	2.22,45
1 500 m	Avelina Brites (79)	Individual	VRS António	09-05-1998	4.49,21
3 000 m	Ana Catarina Dias (94)	NDC Odemira	Odemira	12-01-2013	10.39,4
3 000 m PC	Ana Catarina Dias (94)	NDC Odemira	Pombal	03-03-2013	10.32,83
3 000 m/Obstáculos	Rita Guerreiro (92)	NDC Odemira	Odemira	02-04-2010	12.06,4
5 000 m/Marcha Pista	Avelina Brites (79)	Individual	Beja	03-05-1998	19.41,5
4 000 m/Marcha	Carina Carmo (95)	Beja AC	Beja	11-06-2011	24.07,7
5 000 m/Marcha Pista	Maria João Liso (88)	CN Alvito	Seixal	25-06-2005	28.58,14
10 000 m/Marcha Estrada	Margarida Piçarra (80)	JD Neves	Setúbal	07-02-1999	1h05,16
1/2 Hora Marcha	Cláudia Sacramento (80)	FC Castrense	Rio Maior	24-05-1998	4.908m
Milha	Sara Inácio (95)	JD Neves	Beja	26-05-2012	5.20,4
4x100 m	CCD BNS Conceição		Abrantes	24-06-2017	52.53
	Sara Patola (00); Nadine Ferro (01); Catalina Turcu (00); Ana Alice Morais (00)				
4x400 m	Juventude Desportiva das Neves		VRS António	25-26/05/2013	4.24,74
	Patrícia Ferreira (95), Ana Figueira (96), Helena Reis (94), Sara Inácio (95)				
4x400 m PC	CCD BNS Conceição		Pombal	28-01-2018	4.22,46
	Sara Patola (00); Catalina Turcu (00); Ana Alice Morais (00); Nadine Ferro (02)				
4x800 m	Seleccção de Beja		Ponte de Sôr	04-04-2009	10.47,0
	Rita Guerreiro 92, Tânia Santiago 93, Teresa Mestre 92, Olga Tkachuk 92				
Altura	Ana Alice Morais (00)	CCD BNS Conceição	Faro	23-12-2017	1,57
Altura PC	Ana Alice Morais (00)	CCD BNS Conceição	Pombal	28-01-2018	1,55
Comprimento	Janete Ferreira (82)	JD Neves	Quarteira	01-05-1998	5,39
Comprimento PC	Rute Limpo (90)	JD Neves	Pombal	13-01-2008	5,00
	Ana Alice Morais (00)	CCD BNS Conceição		21-01-2018	
Peso 4 kg	Catarina Abreu (96)	JD Neves	Beja	02-02-2014	10,81
Peso 4 kg PC	Catarina Abreu (96)	JD Neves	Pombal	08-02-2014	9,79
Disco 1 kg	Lidia Damião (72)	SC Cuba	Lisboa	25-06-1989	31,94
Dardo 600 grs	Elsa Patriarca (95)	JD Neves	VRS António	26-05-2013	33,31
Martelo 4 kg	Catarina Abreu (96)	JD Neves	Luso	05-07-2014	47,51
Vara	Catarina Charrua (84)	JD Neves	Beja	16-06-2001	2,30
Triplo Salto	Rute Limpo (90)	JD Neves	Beja	08-06-2008	11,01 (0.0)
Triplo Salto PC	Liliane Amaro (92)	JD Neves	Alpiarça	10-01-2010	10,20
Heptatlo	Rute Limpo (90)	JD Neves	Luso	30/5-01/06/2008	3.672 Pts
	100m/B (084) - 17.00 (2.6) + ALT-1,41 + Peso4kg- 7,51 + 200m-27.28 (0.9) + Comp - 5,05 (0.1) + Dardo - 26,20+ 800M- 2.44,94				
Pentatlo PC	Ana Alice Morais (00)	CCD BNS Conceição	Pombal	21-01-2018	2.954 Pts
	60B084 - 9.86; Altura - 1.51; Peso4 - 7.74; Comp - 5.00; 800M - 2.34.16				

PROVAS NÃO OLIMPICAS - JUN/FEM

50 m/Barr PC	Isabel Rosário (76)	JD Neves	Alpiarça	28-01-1995	9.3
60 m	Patrícia Vaz (94)	FC Castrense	Beja	09-02-2013	7.9 (+2.0)
60 m PC	Patrícia Vaz (94)	FC Castrense	Pombal	19-01-2013	8.15
60 m/Barr 0,84	Débora Encarnação (89)	ACR Zona Azul	VRS António	06-02-2005	9.66
60 m/Barr 0,84 PC	Débora Encarnação (89)	ACR Zona Azul	Espinho	13-02-2005	9.42
80 m/Barr	Isabel Rosário (76)	Despertar S.Clube	Lisboa	22-05-1993	12.96
150 m	Liliane Amaro (92)	JD Neves	Beja	29-06-2011	19.2 (+0.5)
300 m	Rute Limpo (90)	JD Neves	Beja	27-06-2007	44.04
500 m	Ana Mestre (85)	JD Neves	Beja	31-05-2003	1.26,9
1 000 m	Sara Inácio (95)	JD Neves	Odemira	19-03-2011	3.04,4
3 000 m/Marcha	Ana Larginho (69)	DJ Aljustrelense	Coimbra	18-05-1982	17.11,8