

RECORDES FEMININOS

(actualizados a 09.07.2019)

JUVENIS - 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	Beja	11-06-2011	12.6 (+1.9)
100 m/Barr 0,76	Débora Encarnação (89)	CCD BNS Conceição	Luso	17-06-2005	14.70 (+1.9)
200 m	Débora Encarnação (89)	CCD BNS Conceição	Jerez	24-06-2006	26.90 (+0.8)
300 m	Isabel Braz (97)	Beja AC	Beja	22-05-2011	43.5
300 m/Barr 0,76	Maria Rosário Silva (96)	NAR Messejana	Beja	16-06-2012	47.8
800 m	Sara Inácio (95)	JD Neves	Lisboa	10-07-2011	2.18,10
800 m PC	Catalina Turcu (00)	CCD BNS Conceição	Pombal	05-02-2017	2.25,24
1 500 m	Sara Inácio (95)	JD Neves	Beja	29-06-2011	4.49,3
1 500 m/Obstáculos PC	Catalina Turcu (00)	CCD BNS Conceição	Pombal	04-02-2017	5.20,02
2 000 m/Obstáculos	Maria Rosário Silva (96)	NAR Messejana	Fátima	02-06-2012	7.21,40
3 000 m	Ana Catarina Dias (94)	NDC Odemira	Pombal	19-06-2011	10.55,47
5 000 m/Marcha Pista	Maria João Liso (88)	CN Alvito	Seixal	25-06-2005	28.58,14
1/2 Hora Marcha	Ana Galvão (82)	JD Neves	Rio Maior	24-05-1998	4.626m
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)				
4x300 m	Juventude Desportiva das Neves		Abrantes	24-06-2017	3.10,44
	3.10,44 Elisa Contreiras (91); Liliane Amaro (92); Joana Laurindo (91); Rute Limpo (90)				
Estafeta Medley 1234	CCD BNS Conceição		Abrantes	25-06-2017	2.25,81
	Sara Patola00; Nadine Ferro 02; Ana Morais 00; Sofia Miranda 01				
Altura	Ana Alice Morais (00)	CCD BNS Conceição	Faro	23-12-2017	1,57
Altura PC	Ana Alice Morais (00)	CCD BNS Conceição	Alpiarça	18-03-2017	1,52
Comprimento	Janete Ferreira (82)	JD Neves	Quarteira	01-05-1998	5,39
Comprimento PC	Isabel Braz (97)	Beja AC	Lisboa	06-01-2013	4,76
Vara	Catarina Charrua (84)	JD Neves	Beja	16-06-2001	2,30
Triplo Salto	Liliane Amaro (92)	JD Neves	Beja	20-06-2009	10,97 (+0.1)
Triplo Salto PC	Ana Alice Morais (00)	CCD BNS Conceição	Pombal	05-02-2017	10,77
Peso 3 kg	Catarina Abreu (96)	JD Neves	Beja	28-05-2011	11,92
Peso 3 kg PC	Catarina Abreu (96)	JD Neves	Alpiarça	02-03-2013	11,58
Dardo 500 grs	Elsa Patriarca (95)	JD Neves	Abrantes	01-07-2012	34,72
Dardo 600 grs	Elsa Patriarca (95)	JD Neves	Beja	29-01-2011	32,80
Disco 1 kg	Lídia Damião (72)	SC Cuba	Lisboa	25-06-1989	31,94
Martelo 3 kg	Catarina Abreu (96)	JD Neves	Beja	12-06-2013	49,31
Triatlo	Débora Encarnação (89)	CCD BNS Conceição	Beja	28-01-2006	1.973 Pts
	Altura-1,47; 60B076-8.9; Peso3kg -9,61				
Triatlo PC	Débora Encarnação (89)	CCD BNS Conceição	Braga	11-02-2006	1.944 Pts
	Altura-1,44; 60B076-9.16; Peso3kg -9,73				
Heptatlo	Maria do Rosário Silva (96)	NAR Messejana	Lisboa	18-19/05/2013	3.735 Pts
	100B076-17.03 Alt-1.50; Peso3kg-7,20; 200M-28.22; Comp-4.79; Dardo500g-22,89; 800M-2.28.42				

PROVAS NÃO OLIMPICAS - JUV/FEM

50 m PC	Avelina Brites (79)	Individual	Alpiarça	05-03-1994	7.3
	Fátima Silva (78)	ACR Zona Azul		28-01-1995	
50 m/Barr PC	Sílvia Ferreira (77)	DJ Aljustrelense	Alpiarça	05-03-1994	9.6
60 m	Ana Luísa Santos (92)	CCD BNS Conceição	Odemira	06-01-2008	8.1 (+1.8)
	Patrícia Vaz (94)	FC Castrense	Beja	26-02-2011	8.1 (+1.6)
60 m PC	Patrícia Vaz (94)	SRD Entradense	Alpiarça	07-03-2009	8.36
60 m/Barr 0,76	Ana Alice Morais (00)	CCD BNS Conceição	Castro Verde	25-02-2017	10.03 (+0.8)
60 m/Barr 0,76 PC	Débora Encarnação (89)	CCD BNS Conceição	Braga	11-02-2006	9.16
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	Paula Fitas (77)	Escola C+S Cuba	Lisboa	04-05-1991	10.93
80 m/Barr	Isabel Rosário (76)	Despertar S.Clube	Lisboa	22-05-1993	12.96
100 m/Barr 0,84	Débora Encarnação (89)	CCD BNS Conceição	Guimarães	07-09-2006	15.44 (+0.7)
150 m	Patrícia Vaz (84)	FC Castrense	Beja	29-06-2011	19.6 (+0.5)
400 m	Sara Inácio (95)	JD Neves	Vendas Novas	06-07-2012	62.1
400 m/Barr 0,76	Maria Rosário Silva (96)	NAR Messejana	Elvas	15-06-2013	1.09,00
500 m	Bárbara Resende (91)	Beja AC	Quarteira	02-12-2007	1.33,74
1 000 m	Sara Inácio (95)	JD Neves	Odemira	19-03-2011	3.04,4
2 000 m	Carla Oliveira (77)	NDC Odemira	Beja	30-01-1993	8.46,2
2 000 m/Marcha	Ana Isabel (66)	DJ Aljustrelense	Coimbra	23-05-1982	10.26,8
3 000 m/Marcha	Ana Isabel (66)	DJ Aljustrelense	Beja	1982	17.11,0
4 000 m/Marcha	Carina Carmo (95)	Beja AC	Beja	11-06-2011	24.07,7
1/2 Hora Marcha	Cláudia Sacramento (80)	FC Castrense	Coimbra	17-05-1997	4.728m
Triatlo	Dora Pinto (84)	JD Neves	Beja	08-01-2000	1.686 Pts
	60m – 8.3 (+0.8); Altura – 1,45; Peso 3kg – 9,00				
4x60 m	ACR Zona Azul		Beja	18-02-1995	35.9
4x400 m	Desportivo da Juventude Aljustrelense		Coimbra	23-05-1982	4.35,2
	Maria da Fé; C. Maria; L. Silva; Paula Branquinho				
4x800 m	Seleção de Beja		Ponte de Sôr	04-04-2009	10.47,0
	Rita Guerreiro 92, Tânia Santiago 93, Teresa Mestre 92, Olga Tkachuk 92				
Peso 4 kg	Catarina Abreu (96)	JD Neves	Vendas Novas	04-05-2013	10,08
Dardo 400 grs	Vera Ribeiro (72)	Escola Secundária nº.2	Beja	22-04-1989	30,16
Dardo 600 grs Antigo	Joana Landim (80)	JD Neves	Beja	24-05-1997	30,80
Martelo 4 kg	Catarina Abreu (96)	JD Neves	Faro	20-04-2013	43,33
Hexatlo	Isabel Rosário (76)	Despertar S.Clube	Lisboa	15-06-1905	2.625 Pts
	100m - 13.65; Comp - 4,74; Peso - 9,92; Altura - 1,25; Dardo - 19,26; 800m - 2.37,08				
Hexatlo	Débora Encarnação (89)	ACR Zona Azul	Beja	02-03/04/2005	2.804 Pts
	100M/B (0.76) – 16.74 + Alt – 1.39 + Peso4kg – 8.56 + 800m – 2.50.99 + Comp – 4.73 + Dardo600g – 20.58				
Tetratlo	Ana Alice Morais (00)	CCD BNS Conceição	Torres Vedras	01-07-2017	2.138 Pts
	100M/B0.76 - 15.94(6.2); Comp – 4,72(-6.0); Peso 3kg – 7,45; 800M – 2.40,49				