

RECORDES FEMININOS

(actualizados a 09.07.2019)

SENIORES - 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	Beja	17-06-2012	25.8 +(0.9)
200 m PC	Liliane Amaro (92)	JD Neves	Espinho	05-02-2012	26.75
400 m	Sara Inácio (95)	Beja AC	Odemira	24-06-2018	61.51
400 m/Barr 0,76	Carla Barros (83)	JD Neves	Lisboa	07-07-2001	68.23
800 m	Sara Inácio (95)	Beja AC	Leiria	07-07-2018	2.13,25
800 m PC	Sara Inácio (95)	Beja AC	Pombal	11-02-2018	2.20,19
1 500 m	Sara Inácio (95)	Beja AC	Lisboa	26-05-2018	4.40,81
1 500 m PC	Ana Limpo (82)	JD Neves	Pombal	30-01-2010	6.03,22
3 000 m	Patrícia Serafim (83)	Beja AC	Odemira	20-01-2019	10,34,65
3 000 m PC	Ana Catarina Dias (94)	NDC Odemira	Pombal	19-03-2017	10.15,45
3 000 m/Obstáculos	Rita Guerreiro (92)	NDC Odemira	Odemira	02-04-2010	12.06,4
5 000 m/Marcha Pista	Ana Catarina Dias (94)	NDC Odemira	Beja	29-06-2014	19.16,32
10 000 m/Marcha Estrada	Patrícia Serafim (83)	Beja AC	Huelva	08-04-2017	36.04,89
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	Seleção de Beja		Ponte de Sôr	04-04-2009	10.47,0
	Rita Guerreiro 92, Tânia Santiago 93, Teresa Mestre 92, Olga Tkachuk 92				
4x1 500 m	Seleção de Beja		Portalegre	05-03-2005	24.23,7
	Branca Dias (74), Cátia Freitas (89), Deolinda Zacarias (88), Patrícia Belchior (87)				
10 000 m/Marcha Estrada	Margarida Piçarra (80)	JD Neves	Setúbal	07-02-1999	1h05,16
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	Liliane Amaro (92)	JD Neves	Beja	12-05-2012	5,78 (+0.3)
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	Maia	25-06-2016	48,08
Vara	Catarina Charrua (84)	JD Neves	Beja	16-06-2001	2,30
Vara PC	Telma Guerreiro (90)	JD Neves	Pombal	30-01-2010	2,00
Triplo Salto	Liliane Amaro (92)	JD Neves	Beja	21-04-2012	11,16 (-1.7)
Triplo Salto PC			Alpiarça	10-01-2010	10,33
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 – SEN/FEM

50 m/Barr PC	Isabel Rosário (76)	JD Neves	Alpiarça	28-01-1995	9.3
60 m	Patrícia Vaz (94)	FC Castrense	Odemira	21-01-2017	8.07 (+1.7)
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	Rita Gonçalves (80)	JD Neves	Lisboa	24-05-2003	15.07,4
5 000 m/Marcha Estrada	Rita Gonçalves (80)	JD Neves	Santo André	12-04-2003	26,51
5 000 m/Marcha Pista	Maria João Liso (88)	CN Alvito	Seixal	25-06-2005	28.58,14
15 000 m/Marcha Estrada	Rita Gonçalves (80)	JD Neves	Rio Maior	05-04-2003	1h24,34
20 000 m/Marcha Estrada	Rita Gonçalves (80)	JD Neves	Beja	21-02-2004	1h54,23
1/2 Maratona	Patrícia Serafim (83)	Beja AC	Córdoba	11-02-2018	1h17,58