



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE VISEU



155373216

# RECORDES AR LIVRE

até 31.12.2023

## Infantis masculinos

<b>60 m</b>						<b>7.95</b>
<i>Jorge Guilherme</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>13/03/1999</i>
<b>60 m (marca manual)</b>						<b>7.6</b>
<i>Mário Neves</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Seia</i>				<i>21/12/2013</i>
<b>150 m</b>						<b>19.35</b>
<i>Vítor Coito</i>	<i>CSCRD Leões da Beira</i>	<i>Viseu</i>				<i>10/07/2015</i>
<b>600 m</b>						<b>1.41.65</b>
<i>Gonçalo Dias</i>	<i>Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco</i>	<i>Viseu</i>				<i>06/04/2008</i>
<b>1.000 m</b>						<b>2.43.85</b>
<i>Bruno Albuquerque</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Marinha Grande</i>				<i>28/07/2002</i>
<b>60 m Bar. (0.76)</b>						<b>10.11</b>
<i>Jorge Guilherme</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>23/05/1999</i>
<b>Altura</b>						<b>1,48</b>
<i>Rui Costa</i>	<i>Escola Preparatória de Abraveses</i>	<i>Lisboa (N)</i>				<i>07/05/1988</i>
<b>Vara</b>						
<b>Comprimento</b>						<b>5,22</b>
<i>Jorge Guilherme</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>05/06/1999</i>
<b>Quadruplo Salto (E + D + E + D + queda ou D + E + D + E + queda)</b>						<b>12,75</b>
<i>Rui Ferreira</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>				<i>21/04/2013</i>
<b>Peso 3 Kg</b>						<b>12,75</b>
<i>Jorge Guilherme</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Leiria</i>				<i>18/07/1999</i>
<b>Dardo 500 Grs.</b>						<b>35,50</b>
<i>André Osório</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>31/05/2018</i>
<b>Disco 750 Grs.</b>						<b>37,40</b>
<i>Jorge Guilherme</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Coimbra (M)</i>				<i>19/06/1999</i>
<b>Martelo 3 Kg</b>						<b>36,11</b>
<i>Jorge Guilherme</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>22/05/1999</i>
<b>3.000 m Marcha</b>						<b>24.41.44</b>
<i>Jorge Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>13/05/2000</i>
<b>Tetratlo [ 60 m / Comprimento / Peso 3 Kg / 1.000 m ]</b>						<b>1.524 Pts</b>
<i>Rafael Carrilho</i>	<i>Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"</i>	<i>Seia</i>				<i>10/06/2022</i>
	8.53	4,72	9,47	3.38.46		
	403	330	454	337		
<b>Pentatlo [ 60 m / Comprimento / 60 m Bar. (0.76) / Peso 3 Kg / 1.000 m ]</b>						<b>2.119 Pts</b>
<i>Daniel Vieira</i>	<i>Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco</i>	<i>Beja</i>				<i>21-22/04/2007</i>
	8.29	4,41	11.19	9,00	3.06.45	
	478	274	339	426	602	
<b>4 x 60 m</b>						<b>33.26</b>
<i>João Neves (ACRS Viso)</i>	<i>Seleção da Associação de Atletismo de Viseu</i>	<i>Viseu</i>				<i>25/04/2008</i>
<i>Luís Leira (ACR Cambra)</i>						
<i>Carlos Garrido (E.B. 2,3 G. Vasco)</i>						
<i>Gonçalo Dias (E.B. 2,3 G. Vasco)</i>						

## Outras marcas - infantis masculinos

<b>80 m</b>						<b>10.49</b>
<i>Guilherme Almeida</i>	<i>Atlético Viseu</i>	<i>Viseu</i>				<i>04/05/2002</i>
<b>250 m</b>						<b>33.64</b>
<i>Daniel Vieira</i>	<i>Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco</i>	<i>Viseu</i>				<i>05/06/2007</i>
<b>100 m Bar. (0.84)</b>						<b>19.65</b>
<i>André Osório</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>04/07/2018</i>
<b>Arremesso de Bola</b>						<b>66,14</b>
<i>José Baptista</i>	<i>Liceu Nacional de Viseu</i>					<i>16/06/1973</i>
<b>Dardo 400 Grs.</b>						<b>36,46</b>
<i>André Osório</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Guarda</i>				<i>27/05/2018</i>
<b>Dardo 600 Grs.</b>						<b>31,85</b>
<i>André Osório</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>04/07/2018</i>
<b>Disco 1 Kg</b>						<b>34,43</b>
<i>Jorge Guilherme</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>10/06/1999</i>
<b>Peso 4 Kg</b>						<b>9,72</b>
<i>Bruno Albuquerque</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>				<i>05/05/2002</i>

<b>Martelo 4 Kg</b>					<b>30,70</b>
<i>Jorge Guilherme</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>			<i>05/06/1999</i>
<b>1.000 m Marcha</b>					<b>5.22.2</b>
<i>Adelino Esteves</i>	<i>Núcleo de Atletismo "Águias do Rossio"</i>	<i>Viseu</i>			<i>07/03/1987</i>
<b>2.000 m Marcha</b>					<b>11.45.48</b>
<i>Bernardino Silva</i>	<i>Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"</i>	<i>Lisboa (N)</i>			<i>08/05/1993</i>
<b>4.000 m Marcha</b>					<b>34.03.87</b>
<i>Hugo Pessoa</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>				<i>1996</i>
<b>Triatlo Técnico [ 60 m Bar. (0.76) / Peso 3 Kg / Comprimento ]</b>					<b>936 Pts.</b>
<i>Bruno Albuquerque</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>			<i>08/12/2001</i>
	<i>11.71</i>	<i>7,74</i>		<i>4,67</i>	
	<i>264</i>	<i>351</i>		<i>321</i>	

## Iniciados masculinos

<b>80 m</b>					<b>9.38</b>
<i>Mário Neves</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>			<i>23/05/2015</i>
<b>250 m</b>					<b>30.05</b>
<i>Mário Neves</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>			<i>19/12/2015</i>
<b>800 m</b>					<b>1.57.96</b>
<i>Bruno Albuquerque</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>			<i>01/06/2004</i>
<b>1.000 m</b>					<b>2.36.59</b>
<i>Bruno Albuquerque</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Elvas</i>			<i>16/05/2004</i>
<b>1.500 m</b>					<b>4.04.94</b>
<i>Bruno Albuquerque</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>			<i>10/06/2004</i>
<b>1.500 m Obstáculos</b>					<b>4.36.18</b>
<i>Miguel Almeida</i>	<i>Individual</i>	<i>Fátima</i>			<i>01/06/2013</i>
<b>100 m Bar. (0.84)</b>					<b>15.01</b>
<i>Rui Ferreira</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>			<i>12/07/2015</i>
<b>250 m Bar. (0.76)</b>					<b>36.28</b>
<i>Daniel Vieira</i>	<i>Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco</i>	<i>Leiria</i>			<i>01/05/2009</i>
<b>Altura</b>					<b>1,79</b>
<i>Mário Pereira</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Marinha Grande</i>			<i>06/05/2017</i>
<i>Francisco Castro</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Vagos</i>			<i>15/07/2018</i>
<b>Vara</b>					<b>2,70</b>
<i>Pedro Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>			<i>22/05/1999</i>
<b>Comprimento</b>					<b>6,32</b>
<i>Francisco Castro</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Guarda</i>			<i>15/12/2018</i>
<b>Quadruplo Salto (E + E + D + D + queda ou D + D + E + E + queda)</b>					<b>15,00</b>
<i>Rui Ferreira</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>			<i>24/05/2015</i>
<b>Dardo 600 Grs.</b>					<b>48,52</b>
<i>Mário Pereira</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Leiria</i>			<i>29/07/2017</i>
<b>Disco 1 Kg</b>					<b>44,23</b>
<i>Tiago Costa</i>	<i>Atlético Viseu</i>	<i>Viseu</i>			<i>05/06/2005</i>
<b>Peso 4 Kg</b>					<b>14,89</b>
<i>Jorge Guilherme</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>			<i>08/04/2001</i>
<b>Martelo 4 Kg</b>					<b>38,44</b>
<i>Jorge Guilherme</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Leiria</i>			<i>20/05/2001</i>
<b>4.000 m Marcha – pista</b>					<b>24.18.87</b>
<i>Jorge Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Seixal</i>			<i>18/05/2002</i>
<b>5.000 m Marcha – estrada</b>					<b>33.18</b>
<i>Jorge Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>			<i>17/02/2001</i>
<b>Tetratlo 1 [ 100 m Bar. (0.84) / Peso 4 Kg / Altura / 1.000 m ]</b>					<b>1.788 Pts</b>
<i>Xavier Tavares</i>	<i>Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"</i>	<i>Seia</i>			<i>10/06/2022</i>
	<i>16.25</i>	<i>7,40</i>	<i>1,54</i>	<i>3.23.01</i>	
	<i>563</i>	<i>349</i>	<i>419</i>	<i>457</i>	
<b>Tetratlo 2 [ 80 m / Comprimento / Peso 4 Kg / 1.000 m ]</b>					<b>2.312 Pts</b>
<i>Francisco Castro</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Viana do Castelo</i>			<i>07/07/2018</i>
	<i>9.43</i>	<i>5,68</i>	<i>9,81</i>	<i>3.11.27</i>	
	<i>761</i>	<i>519</i>	<i>474</i>	<i>558</i>	
<b>Heptatlo [ 80 m / Comprimento / Dardo 600 Grs. / 100 m Bar. (0.84) / Peso 4 Kg / Altura / 1.000 m ]</b>					<b>3.639 Pts.</b>
<i>Xavier Tavares</i>	<i>Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"</i>	<i>Maia</i>			<i>02-03/07/2022</i>
<b>9.76</b>	<b>5,72</b>	<b>31,37</b>	<b>15,64</b>	<b>8,72</b>	<b>1,55</b>
<b>681</b>	<b>527</b>	<b>319</b>	<b>630</b>	<b>409</b>	<b>426</b>
					<b>647</b>

<b>4 x 80 m</b>				<b>37.51</b>
<i>Ruben Almeida (C.D. Drizes)</i>	<i>Seleção da Associação de Atletismo de Viseu</i>	<i>Leiria</i>		<i>05/06/2010</i>
<i>Bruno Pestana (Cardes)</i>				
<i>Gonçalo Dias (E.B. 2,3 G. Vasco)</i>				
<i>Carlos Garrido (E.B. 2,3 G. Vasco)</i>				

## Outras marcas - iniciados masculinos

<b>60 m</b>				<b>7.31</b>
<i>Mário Neves</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>		<i>19/12/2015</i>
<b>100 m</b>				<b>11.45</b>
<i>Adriano Costa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>		<i>21/04/2013</i>
<b>150 m</b>				<b>19.67</b>
<i>Carlos Garrido</i>	<i>Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco</i>	<i>Guarda</i>		<i>11/07/2008</i>
<b>200 m</b>				<b>24.50</b>
<i>Bruno Pestana</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>		<i>01/05/2010</i>
<b>300 m</b>				<b>38.96</b>
<i>Rodrigo Correia</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Viseu</i>		<i>28/06/2019</i>
<b>400 m</b>				<b>55.79</b>
<i>José Almeida</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>		<i>01/06/2002</i>
<b>Milha</b>				<b>5.26.93</b>
<i>David Leira</i>	<i>Associação Cultural e Recreativa de Cambra</i>	<i>Viseu</i>		<i>30/07/2011</i>
<b>60 m Bar. (0.84)</b>				<b>9.36</b>
<i>Rui Ferreira</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>		<i>14/03/2015</i>
<b>80 m Bar. (0.84)</b>				<b>11.6</b>
<i>Fernando Marques</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>		<i>04/05/1975</i>
<b>110 m Bar. (0.91)</b>				<b>18.20</b>
<i>Rui Ferreira</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>		<i>03/05/2015</i>
<b>300 m Bar. (0.76)</b>				<b>42.5</b>
<i>Bruno Fernandes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Guarda</i>		<i>26/05/1999</i>
<b>300 m Bar. (0.84)</b>				<b>46.1</b>
<i>Daniel Vieira</i>	<i>Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco</i>	<i>Viseu</i>		<i>23/05/2009</i>
<b>400 m Bar. (0.84)</b>				<b>72.80</b>
<i>António Paiva</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>		<i>13/06/2001</i>
<b>3.000 m Marcha</b>				<b>15.24.7</b>
<i>Silvério Esteves</i>	<i>Núcleo de Atletismo "Águias do Rossio"</i>			<i>24/04/1988</i>
<b>Triplo Salto</b>				<b>13.28</b>
<i>Victor Fernandes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>			<i>25/05/1974</i>
<b>Arremesso de Bola</b>				<b>66.14</b>
<i>José Baptista</i>	<i>Liceu Nacional de Viseu</i>			<i>16/06/1973</i>
<b>Dardo 400 Grs.</b>				<b>47.35</b>
<i>Tiago Costa</i>	<i>Atlético Viseu</i>	<i>Viseu</i>		<i>06/06/2004</i>
<b>Dardo 500 Grs.</b>				<b>35.54</b>
<i>Alexandre Moreira</i>	<i>Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco</i>	<i>Viseu</i>		<i>22/09/2012</i>
<b>Dardo 700 Grs.</b>				<b>46.39</b>
<i>Mário Pereira</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Abrantes</i>		<i>24/06/2017</i>
<b>Peso 5 Kg</b>				<b>11.43</b>
<i>José Silva</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>			<i>25/04/1975</i>
<b>Disco 1,5 Kg</b>				<b>37.26</b>
<i>António Almeida</i>	<i>Clube Académico de Futebol</i>			<i>02/08/1970</i>
<b>Martelo 5 Kg</b>				<b>26.96</b>
<i>Jorge Guilherme</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>		<i>13/05/2000</i>
<b>Triatlo Técnico [ 60 m Bar. (0.84) / Comprimento / Peso 4 Kg ]</b>				<b>1.542 Pts.</b>
<i>Rui Ferreira</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>		<i>14/03/2015</i>
	9.36	5.98	10.39	
	556	477	509	
<b>Triatlo Opcional [ Comprimento / Peso 4 Kg / 60 m ]</b>				<b>1.564 Pts.</b>
<i>Rúben Teixeira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>		<i>20/02/2016</i>
	4,35	6,92	7.93	
	391	303	870	



Adriano Costa  
Filipe Rosa

<b>Estafeta Medley Mista ( 100 m femininos + 200 m masculinos + 300 m femininos + 400 m masculinos )</b>				<b>2.19.87</b>
Sofia Amaral	Associação Grão Vasco	(AAV)	Lagoa	21/05/2023
Xavier Tavares	Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"	(AAV)		
Marta Machado	Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"	(AAV)		
Pedro Lemos	Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"	(AAV)		

## Outras marcas – juvenis masculinos

<b>60 m</b>				<b>7.11</b>				
Mário Neves	Cardes - Barbeita		Viseu	11/02/2017				
<b>150 m</b>				<b>16.95</b>				
Carlos Maia	Cardes - Barbeita		Viseu	21/09/2013				
<b>400 m</b>				<b>51.49</b>				
Carlos Garrido	Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco		Viseu	16/06/2012				
<b>500 m</b>				<b>74.48</b>				
Pedro Pereira	Sport Viseu e Benfica		Viseu	05/03/2000				
<b>Milha</b>								
<b>2.000 m</b>				<b>6.08.73</b>				
Ricardo Pereira	Associação Cultural e Recreativa de Cambra		Viseu	02/12/2006				
<b>60 m Bar. (0.91)</b>				<b>8.91</b>				
Márcio Coelho	Cardes - Barbeita		Viseu	06/12/2008				
<b>100 m Bar. (0.91)</b>				<b>14.88</b>				
Pedro Pereira	Sport Viseu e Benfica		Óbidos	28/04/2001				
<b>110 m Bar. (1.00)</b>				<b>17.71</b>				
Manuel d'Almeida	Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco		Viseu	13/05/2012				
<b>110 m Bar. (1.06)</b>				<b>17.36</b>				
Pedro Pereira	Sport Viseu e Benfica		Maia	27/05/2001				
<b>200 m Bar. (0.76)</b>				<b>27.17</b>				
Pedro Pereira	Sport Viseu e Benfica		Viseu	01/05/2001				
<b>400 m Bar. (0.84)</b>				<b>56.2</b>				
José Almeida	Casa do Povo de Mangualde		Viseu	30/05/2004				
<b>400 m Bar. (0.91)</b>				<b>60.89</b>				
Pedro Pereira	Sport Viseu e Benfica		Viseu	15/07/2000				
<b>Dardo 800 Grs.</b>				<b>45.83</b>				
Tiago Ribeiro	Cardes - Barbeita		Viseu	03/06/2006				
<b>Disco 1,750 Kg</b>				<b>35.30</b>				
Tiago Costa	Casa do Povo de Mangualde		Viseu	08/07/2007				
<b>Disco 2 Kg</b>				<b>33.29</b>				
Tiago Costa	Casa do Povo de Mangualde		Leiria	26/05/2007				
<b>Peso 6 Kg</b>				<b>12.44</b>				
Jaime Ribeiro	Casa do Povo de Mangualde		Viseu	10/04/2022				
<b>Martelo 6 Kg</b>				<b>44.96</b>				
António Almeida	Clube Académico de Futebol			09/04/1972				
<b>3.000 m Marcha – pista</b>				<b>15.01.1</b>				
Adelino Esteves	Clube Desportivo de Drizes			31/05/1990				
<b>Triatlo Técnico [ 60 m Bar. (0.91) / Peso 5 Kg / Altura ]</b>				<b>1.799 Pts.</b>				
Mário Pereira	Associação Grão Vasco		Viseu	09/02/2019				
	9.75	11,61	1,80					
	598	583	627					
<b>Triatlo Opcional [ 60 m / Peso 5 Kg / Comprimento ]</b>				<b>1.825 Pts.</b>				
Francisco Castro	Associação Grão Vasco		Guarda	11/01/2020				
	7.42	9,73	6,14					
	739	469	617					
<b>Octatlo [ 100 m / Comprimento / Peso 5 Kg / 300 m / 110 Bar. (0.91) / Altura / Dardo 700 Grs. / 1.000 m ] – ( TORNEIO ATLETA COMPLETO )</b>				<b>4.772 Pts.</b>				
Ricardo Figueiredo	Sport Viseu e Benfica		Viseu	17-18/06/2018				
11.37	6,29	8,81	37.41	17.97	1,76	40.78	3.04.63	
780	650	414	735	527	593	453	620	
<b>4 x 100 m (clubes)</b>								<b>46.01</b>
Carlos M. Pinto Fernandes	Sport Viseu e Benfica		Viseu					21/06/1998
Nuno Fernandes								
Diogo Almeida								
Ricardo Almeida								

<b>4 x 300 m</b>			<b>2.43.85</b>
<i>Filipe Rosa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>	<i>23/02/2015</i>
<i>Gonçalo Gomes</i>			
<i>José Paredes</i>			
<i>Adriano Costa</i>			
<b>4 x 400 m</b>			<b>3.41.08</b>
<i>Rui Tavares</i>	<i>Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"</i>	<i>Viseu</i>	<i>24/05/1998</i>
<i>Ricardo Veiga</i>			
<i>Ricardo Caiado</i>			
<i>Rui Dias</i>			

## Juniores masculinos

<b>100 m</b>			<b>11.11</b>
<i>Guilherme Amaral</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Seia</i>	<i>30/04/2006</i>
<b>200 m</b>			<b>22.56</b>
<i>Guilherme Amaral</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Leiria</i>	<i>27/05/2007</i>
<b>400 m</b>			<b>49.9</b>
<i>Francisco Valença</i>	<i>Clube Académico de Futebol</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>11/06/1977</i>
<b>800 m</b>			<b>1.53.21</b>
<i>Bruno Albuquerque</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Seia</i>	<i>23/07/2006</i>
<b>1.000 m</b>			<b>2.30.11</b>
<i>Bruno Albuquerque</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Seia</i>	<i>12/07/2006</i>
<b>1.500 m</b>			<b>3.47.43</b>
<i>Bruno Albuquerque</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Barcelona (ESP)</i>	<i>02/06/2007</i>
<b>3.000 m</b>			<b>8.27.07</b>
<i>Bruno Albuquerque</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Maia</i>	<i>17/05/2006</i>
<b>5.000 m</b>			<b>14.32.02</b>
<i>António Silva</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Seia</i>	<i>29/06/2005</i>
<b>3.000 m Obstáculos</b>			<b>9.36.97</b>
<i>Nelson Gomes</i>	<i>Artenave</i>	<i>Maia</i>	<i>21/05/2000</i>
<b>110 m Bar. (1.00)</b>			<b>15.92</b>
<i>Jin Xin</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Viseu</i>	<i>10/07/2016</i>
<b>400 m Bar. (0.91)</b>			<b>57.9</b>
<i>Mário Laranjo</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>17/06/1979</i>
<b>Altura</b>			<b>1,93</b>
<i>Tiago Ribeiro</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Coimbra</i>	<i>12/07/2008</i>
<b>Vara</b>			<b>3,50</b>
<i>Mário Laranjo</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Madrid (ESP)</i>	<i>08/07/1979</i>
<b>Comprimento</b>			<b>6,98</b>
<i>Pedro Marques</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>	<i>19/08/2006</i>
<b>Triplo Salto</b>			<b>13,69</b>
<i>Paulo Palma</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>27/07/1975</i>
<b>Dardo 800 Grs.</b>			<b>51,04</b>
<i>Marco Almeida</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Viseu</i>	<i>07/06/1997</i>
<b>Disco 1,750 Kg</b>			<b>37,72</b>
<i>Tiago Costa</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>	<i>26/04/2008</i>
<b>Peso 6 Kg</b>			<b>13,40</b>
<i>Tiago Costa</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Luso</i>	<i>14/06/2008</i>
<b>Martelo 6 kg</b>			<b>44,96</b>
<i>António Almeida</i>	<i>Clube Académico de Futebol</i>		<i>09/04/1972</i>
<b>10 Km Marcha – pista</b>			<b>48.04.4</b>
<i>Carlos Tenreiro</i>	<i>Casa do Pessoal da Empresa Nacional de Urânio</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>11/07/1987</i>
<b>20 Km Marcha – estrada</b>			
<b>Decatlo [ 100 m / Comprimento / Peso 6 Kg / Altura / 400 m / 110 m Bar. ( 1.06 ) / Disco 1,750 Kg / Vara / Dardo 800 Grs. / 1.500 m ]</b>			<b>4.691 Pts.</b>
<i>Bruno Fernandes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>22-23/03/2003</i>
<i>11.92</i>	<i>6,01</i>	<i>8,81</i>	<i>1,79</i>
<i>56.14</i>	<i>19.97</i>	<i>26,15</i>	<i>2,40</i>
<i>37,90</i>	<i>5.15.20</i>	<i>412</i>	<i>475</i>
<i>667</i>	<i>589</i>	<i>414</i>	<i>619</i>
<i>554</i>	<i>352</i>	<i>389</i>	<i>220</i>
<b>4 x 100 m</b>			<b>44.40</b>
<i>Tiago Magalhães (AG Vasco)</i>	<i>Coordenação Local Desporto Escolar de Viseu</i>	<i>Elvas</i>	<i>02/06/2019</i>
<i>José Pinto (CARDES Barbeita)</i>	<i>(seleção escolar)</i>		
<i>Francisco Castro (AG Vasco)</i>			
<i>Ricardo Figueiredo (SV Benfica)</i>			

<b>4 x 400 m</b>				<b>3.30.33</b>
Rui Tavares	Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"	Braga		29/06/1997
Nuno Dias				
Márcio Gomes				
Ricardo Figueiredo				

## Outras marcas – juniores masculinos

<b>60 m</b>				<b>7.11</b>
Mário Neves	Cardes - Barbeita	Viseu		11/02/2017
<b>150 m</b>				<b>16.95</b>
Carlos Maia	Cardes - Barbeita	Viseu		21/09/2013
<b>300 m</b>				<b>36.04</b>
Carlos Garrido	Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco	Guarda		26/05/2012
<b>500 m</b>				<b>70.4</b>
Francisco Ferreira	Sport Viseu e Benfica			30/04/1988
<b>Milha</b>				
<b>2.000 m</b>				<b>6.08.60</b>
Ricardo Caiado	Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"	Viseu		02/12/2000
<b>10.000 m</b>				<b>32.32.1</b>
José Figueiredo	Sport Viseu e Benfica	Lisboa (N)		29/06/1986
<b>60 m Bar. (1.00)</b>				<b>8.97</b>
Miguel Tipakov	Associação Grão Vasco	Viseu		05/12/2020
<b>60 m Bar. (1.06)</b>				<b>9.04</b>
Pedro Pereira	Sport Viseu e Benfica	Viseu		08/12/2001
<b>110 m Bar. (1.06)</b>				<b>16.06</b>
Pedro Pereira	Sport Viseu e Benfica	Abrantes		26/05/2002
<b>200 m Bar. (0.76)</b>				<b>27.17</b>
Pedro Pereira	Sport Viseu e Benfica	Viseu		01/05/2001
<b>Disco 2 Kg</b>				<b>36,50</b>
José Silva	Sport Viseu e Benfica	Viseu		25/05/1980
<b>Peso 7,260 Kg</b>				<b>12,17</b>
António Silva	Sport Viseu e Benfica			03/06/1979
<b>Martelo 7,260 Kg</b>				<b>41,56</b>
António Almeida	Clube Académico de Futebol			03/06/1973
<b>5.000 m Marcha – pista</b>				<b>24.30.4</b>
Carlos Tenreiro	Casa do Pessoal da Empresa Nacional de Urânio	Aveiro		29/07/1984
<b>Triatlo Técnico [ 60 m Bar. (1.06) / Peso 7,260 Kg / Comprimento ]</b>				<b>1.711 Pts.</b>
Pedro Pereira	Sport Viseu e Benfica	Viseu		08/12/2001
	9,04	9,17	6,51	
	575	436	700	
<b>Decatlo [ 100 m / Comprimento / Peso 7,260 Kg / Altura / 400 m / 110 m Bar. (1.06) / Disco 2 Kg / Vara / Dardo 800 Grs. / 1.500 m ]</b>				<b>5.224 Pts.</b>
Pedro Pereira	Sport Viseu e Benfica	Viseu		06-07/04/2002
	11,88	6,30	8,71	1,79
	54,72	17,21	22,95	3,20
	27,57	4,43,92		
	675	652	409	619
	610	603	328	406
				266
				656
<b>4 x 100 m (clubes)</b>				<b>45.3</b>
Jorge Borges	Sport Viseu e Benfica	Lisboa (N)		16/06/1979
José Carreiró				
Mário Laranjo				
João Machado				
<b>4 x 200 m</b>				<b>1.36.41</b>
Ayrton Nascimento	Associação Cultural e Recreativa de Cambra	Luso		22/07/2012
Fábio Lopes				
Hugo Lopes				
Bruno Veríssimo				

## Absolutos masculinos

<b>100 m</b>				<b>10.96</b>
José Rui Viana	Sport Viseu e Benfica	Maia		29/05/1996
<b>200 m</b>				<b>22.37</b>
José Rui Viana	Sport Viseu e Benfica	Braga		02/06/1996
<b>400 m</b>				<b>49.21</b>



<i>Carlos Silva</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>13/06/1992</i>
<b>800 m</b>			<b>1.51.07</b>
<i>Carlos Silva</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>07/05/1989</i>
<b>1.000 m</b>			<b>2.29.40</b>
<i>Vitor Abrantes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>04/07/1994</i>
<b>1.500 m</b>			<b>3.46.0</b>
<i>Fernando Reis</i>	<i>Grupo Académico de Godim</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>09/05/1982</i>
<b>3.000 m</b>			<b>8.06.11</b>
<i>José Figueiredo</i>	<i>Clube Académico de Futebol</i>	<i>Maia</i>	<i>21/07/1993</i>
<b>5.000 m</b>			<b>13.43.0</b>
<i>José Abreu</i>	<i>Clube Académico de Futebol</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>27/04/1980</i>
<b>10.000 m</b>			<b>29.21.7</b>
<i>José Abreu</i>	<i>Clube Académico de Futebol</i>	<i>Lisboa (A)</i>	<i>12/04/1980</i>
<b>Maratona</b>			<b>2.15.18</b>
<i>Anacleto Pinto</i>	<i>Clube Académico de Futebol</i>	<i>Faro</i>	<i>09/04/1978</i>
<b>3.000 m Obstáculos</b>			<b>8.48.1</b>
<i>Óscar Santos</i>	<i>Grupo Académico de Godim</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>24/07/1982</i>
<b>110 m Bar. (1.06)</b>			<b>15.2</b>
<i>Fernando Marques</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Lisboa (A)</i>	<i>23/05/1987</i>
<b>400 m Bar. (0.91)</b>			<b>54.90</b>
<i>Fernando Marques</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>26/07/1987</i>
<b>Altura</b>			<b>2,03</b>
<i>Paulo Palma</i>	<i>Clube Académico de Futebol</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>16/09/1978</i>
<b>Vara</b>			<b>3,71</b>
<i>Paulo Palma</i>	<i>Clube Académico de Futebol</i>	<i>Lisboa (U)</i>	<i>26/06/1994</i>
<b>Comprimento</b>			<b>7,00</b>
<i>Paulo Palma</i>	<i>Clube Académico de Futebol</i>	<i>Viseu</i>	<i>01/04/1978</i>
<b>Triplo Salto</b>			<b>15,01</b>
<i>José Alberto R. M. Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>09/08/1987</i>
<b>Dardo 800 m</b>			<b>66,17</b>
<i>Elias Leal</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Corunha (ESP)</i>	<i>10/06/2003</i>
<b>Disco 2 Kg</b>			<b>40,78</b>
<i>José Monteiro</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Viseu</i>	<i>29/05/1988</i>
<b>Peso 7,260 Kg</b>			<b>13,35</b>
<i>José Monteiro</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>26/06/1993</i>
<b>Martelo 7,260 Kg</b>			<b>48,20</b>
<i>António Almeida</i>	<i>Clube Académico de Futebol</i>	<i>Viseu</i>	<i>17/05/1980</i>
<b>10 Km Marcha – pista</b>			<b>46.54.3</b>
<i>Carlos Albano</i>	<i>Casa do Pessoal da Empresa Nacional de Urânio</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>23/01/1982</i>
<b>20 Km Marcha – estrada</b>			<b>1.34.06</b>
<i>Carlos Albano</i>	<i>Casa do Pessoal da Empresa Nacional de Urânio</i>	<i>Urgeiriça</i>	<i>20/04/1980</i>
<b>50 Km Marcha – estrada</b>			<b>4.30.50</b>
<i>Carlos Albano</i>	<i>Casa do Pessoal da Empresa Nacional de Urânio</i>	<i>Nova Iorque (EUA)</i>	<i>02/05/1987</i>
<b>Decatlo [ 100 m / Comprimento / Peso 7,260 Kg / Altura / 400 m / 110 m Bar. (1.06) / Disco 2 Kg / Vara / Dardo 800 Grs. / 1.500 m ]</b>			<b>5.782 Pts.</b>
<i>Rogério Ascenção</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Coimbra (M)</i>	<i>10-11/04/1999</i>
11.45	5,74	11,50	1,69
-	-	-	52.99
-	-	-	18.93
-	-	-	36,11
-	-	-	3,30
-	-	-	51,17
-	-	-	4.46.77
<b>4 x 100 m</b>			<b>43.61</b>
<i>Nuno Fernandes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>29/05/1999</i>
<i>Marco Santos</i>			
<i>Diogo Almeida</i>			
<i>Carlos M. Pinto Fernandes</i>			
<b>4 x 400 m</b>			<b>3.27.18</b>
<i>Carlos Silva</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>27/06/1993</i>
<i>José Oliveira</i>			
<i>Luís Fernandes</i>			
<i>Rogério Ascenção</i>			

## Outras marcas – absolutos masculinos

<b>60 m</b>			<b>7.11</b>
<i>Mário Neves</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>	<i>11/02/2017</i>
<b>160 m</b>			<b>16.95</b>

<i>Carlos Maia</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>	<i>21/09/2013</i>
<b>300 m</b>			<b>36.04</b>
<i>Carlos Garrido</i>	<i>Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco</i>	<i>Guarda</i>	<i>26/05/2012</i>
<b>500 m</b>			<b>63.9</b>
<i>Carlos Silva</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>01/05/1989</i>
<b>Milha</b>			<b>4.17.47</b>
<i>Raimundo Esteves</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Maia</i>	<i>21/05/1997</i>
<b>2.000 m</b>			<b>6.00.0</b>
<i>Manuel Santos</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Castelo de Vide</i>	<i>18/07/1999</i>
<b>2 milhas</b>			<b>8.56.1</b>
<i>José Abreu</i>	<i>Clube Académico de Futebol</i>		<i>19/07/80</i>
<b>20.000 m</b>			<b>1.04.20,8</b>
<i>Óscar Santos</i>	<i>Clube Académico de Futebol</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>15/08/1981</i>
<b>Hora</b>			<b>19.025 m</b>
<i>Óscar Santos</i>	<i>Clube Académico de Futebol</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>15/08/1981</i>
<b>60 m Bar. (1.06)</b>			<b>8.5</b>
<i>Fernando Marques</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>11/04/1987</i>
<b>200 m Bar. (0.76)</b>			<b>26.47</b>
<i>Ramiro Sousa</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>04/06/1984</i>
<b>3.000 m Marcha – pista</b>			<b>13.27.2</b>
<i>Carlos Albano</i>			<i>28/04/1990</i>
<b>5.000 m Marcha – pista</b>			<b>22.59.2</b>
<i>Carlos Albano</i>	<i>Casa do Pessoal da Empresa Nacional de Urânio</i>	<i>Oliveirinha / Aveiro</i>	<i>29/07/1984</i>
<b>5.000 m Marcha – estrada</b>			<b>28.58</b>
<i>Carlos Albano</i>	<i>Clube de Veteranos de Viseu</i>	<i>Celorico da Beira</i>	<i>02/12/2006</i>
<b>Hora Marcha – pista</b>			<b>11.946 m</b>
<i>Carlos Albano</i>	<i>Casa do Pessoal da Empresa Nacional de Urânio</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>04/03/1990</i>
<b>30 Km Marcha – estrada</b>			<b>2.32.14</b>
<i>Carlos Albano</i>	<i>Casa do Pessoal da Empresa Nacional de Urânio</i>	<i>Lisboa</i>	<i>15/01/1984</i>
<b>Triatlo Técnico [ 60 m Bar. (1.06) / Peso 7,260 Kg / Comprimento ]</b>			<b>1.756 Pts.</b>
<i>Elias Leal</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>08/12/2001</i>
	<i>9,57</i>	<i>12,13</i>	<i>6,19</i>
	<i>514</i>	<i>614</i>	<i>628</i>
<b>Estafeta Sueca ( 400 m + 300 m + 200 m + 100 m )</b>			<b>2.01.77</b>
<i>Rogério Ascenção</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>01/05/1995</i>
<i>José Oliveira</i>			
<i>Ramiro Sousa</i>			
<i>Manuel Ferreira</i>			

## Infantis femininos

<b>60 m</b>			<b>8.27</b>
<i>Matilde Simões</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>31/05/2018</i>
<b>150 m</b>			<b>20.24</b>
<i>Matilde Simões</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Guarda</i>	<i>22/06/2018</i>
<b>600 m</b>			<b>1.43.37</b>
<i>Rita Figueiredo</i>	<i>Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"</i>	<i>Viseu</i>	<i>01/07/2016</i>
<b>1.000 m</b>			<b>3.13.57</b>
<i>Rita Figueiredo</i>	<i>Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"</i>	<i>Viseu</i>	<i>12/03/2016</i>
<b>60 m Bar. (0.76)</b>			<b>10.5</b>
<i>Patrícia Rodrigues</i>	<i>Águias do Rossio</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>10/05/1986</i>
<b>Altura</b>			<b>1,39</b>
<i>Sandra Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Viseu</i>	<i>02-03/05/1992</i>
<b>Vara</b>			
<b>Comprimento</b>			<b>4,62</b>
<i>Carolina Maio</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Guarda</i>	<i>17/12/2016</i>
<b>Quadruplo Salto (E + D + E + D + queda ou D + E + D + E + queda )</b>			<b>11,38</b>
<i>Margarida Figueiredo</i>	<i>CSCR e Desportivo Leões da Beira</i>	<i>Viseu</i>	<i>10/06/2014</i>
<b>Peso 2 Kg</b>			<b>11,11</b>
<i>Tânia Filipa Rodrigues Costa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>	<i>01/06/2002</i>
<b>Arremesso de Bola</b>			<b>40,44</b>
<i>Fátima Costa</i>	<i>Escola Preparatória de Abraveses</i>		<i>07/08/1976</i>
<b>Disco 600 Grs.</b>			<b>17,18</b>

<i>Inês Silva</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Vagos</i>				<i>28/07/2018</i>
<b>2.000 m Marcha – pista</b>						<b>14.28.77</b>
<i>Andreia Milheiro</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>13/05/2000</i>
<b>2.000 m Marcha – estrada</b>						
<b>Tetratlo [ 60 m / Comprimento / Peso 2 Kg / 1.000 m ]</b>						<b>1.760 Pts</b>
<i>Matilde Simões</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>17/06/2018</i>
	8.48	3,90	7,07	3.54.11		
	706	285	340	429		
<b>Pentatlo [ 60 m / Peso 2 Kg / 60 m Bar. (0.76) / Comprimento / 1.000 m ]</b>						<b>2.287 Pts.</b>
<i>Carolina Maio</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Viseu</i>				<i>25-26/06/2016</i>
	8.34	7,33	11.70	4,35	3.55.14	
	747	356	427	391	625	
<b>4 x 60 m</b>						<b>34.70</b>
<i>Joana Pereira (ACR Cambra)</i>	<i>Seleção da Associação de Atletismo de Viseu</i>	<i>Viseu</i>				<i>25/04/2008</i>
<i>Juliana Couto (Cardes - Barbeita)</i>						
<i>Catarina Figueiredo (CR Coimbrões)</i>						
<i>Jéssica Ferreira (CR Coimbrões)</i>						

## Outras marcas – infantis femininos

<b>80 m</b>						<b>11.11</b>
<i>Débora Filipas Esteves</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>23/05/2015</i>
<b>80 m Bar. (0.76)</b>						<b>15.11</b>
<i>Débora Filipa Esteves</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>27/06/2015</i>
<b>250 m</b>						<b>37.70</b>
<i>Margarida Figueiredo</i>	<i>CSCR e Desportivo Leões da Beira</i>	<i>Viseu</i>				<i>01/06/2014</i>
<b>300 m</b>						<b>54.14</b>
<i>Lúcia Carvalho</i>	<i>Associação Cultural Recreativa e Social do Viseu</i>	<i>Viseu</i>				<i>28/06/2003</i>
<b>Tripla</b>						<b>8,97</b>
<i>Inês Ferreira</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>				<i>10/05/2008</i>
<b>Quadruplo Salto ( E + E + D + D + queda ou D + D + E + E + queda )</b>						<b>10,72</b>
<i>Débora Filipas Esteves</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>23/05/2015</i>
<b>Dardo 400 Grs.</b>						<b>17,78</b>
<i>Bruna Ferreira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>31/05/2018</i>
<b>Dardo 500 Grs.</b>						<b>18,74</b>
<i>Ana Rita Sousa</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>09/05/2010</i>
<b>Disco 750 Grs.</b>						<b>20,39</b>
<i>Andreia Milheiro</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>02/06/2001</i>
<b>Disco 1 Kg</b>						<b>20,28</b>
<i>Andreia Milheiro</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>				<i>17/06/2001</i>
<b>Peso 3 Kg</b>						<b>9,19</b>
<i>Tânia Filipa Rodrigues Costa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>				<i>04/05/2002</i>
<b>Martelo 3 Kg</b>						<b>18,76</b>
<i>Ana Cláudia Silva</i>	<i>Individual</i>	<i>Viseu</i>				<i>16/03/2002</i>
<b>1.000 m Marcha – pista</b>						<b>5.14.9</b>
<i>Adélia Mendes</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>					<i>02-03/05/1992</i>
<b>Triatlo Técnico [ Peso 2 Kg / 60 m Bar. (0.76) / Comprimento ]</b>						<b>1.212 Pts.</b>
<i>Tânia Filipa Rodrigues Costa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>				<i>08/12/2001</i>
	8,88	11.68	4,04			
	456	430	317			

## Iniciados femininos

<b>80 m</b>						<b>10.41</b>
<i>Carolina Maio</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Vagos</i>				<i>28/07/2018</i>
<b>250 m</b>						<b>33.87</b>
<i>Margarida Figueiredo</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Guarda</i>				<i>08/07/2016</i>
<b>800 m</b>						<b>2.17.23</b>
<i>Rita Figueiredo</i>	<i>Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"</i>	<i>Vagos</i>				<i>24/06/2018</i>
<b>1.000 m</b>						<b>3.00.61</b>
<i>Rita Figueiredo</i>	<i>Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"</i>	<i>Macedo de Cavaleiros</i>				<i>05/05/2018</i>
<b>1.500 m</b>						<b>4.47.8</b>





<i>Margarida Figueiredo</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Vagos</i>	<i>23/06/2018</i>
<b>Triplo Salto</b>			<b>11,08</b>
<i>Sandra Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Viseu</i>	<i>20/07/1996</i>
<b>Dardo 500 Grs.</b>			<b>26,58</b>
<i>Maria Manuel Brito</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Viseu</i>	<i>13/05/2023</i>
<b>Disco 1 Kg</b>			<b>29,16</b>
<i>Joana Martins</i>	<i>Atlético Viseu</i>	<i>Seia</i>	<i>18/06/2005</i>
<b>Peso 3 Kg</b>			<b>11,99</b>
<i>Gerda Sousa</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Maia</i>	<i>16/06/1990</i>
<b>Martelo 3 Kg</b>			<b>35,82</b>
<i>Amélia Loureiro</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Guarda</i>	<i>24/02/2001</i>
<b>4.000 m Marcha – pista</b>			<b>25.31.46</b>
<i>Romina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>22/04/1999</i>
<b>5.000 m Marcha – pista</b>			<b>26.43.0</b>
<i>Laurinda Ferreira</i>	<i>Núcleo de Atletismo “Águias do Rossio”</i>	<i>Viseu</i>	<i>29/05/1988</i>
<b>5.000 m Marcha – estrada</b>			
<b>Tetratlo [ 100 m bar. (0.76) / Peso 3 Kg / Comprimento / 800 m ]</b>			<b>1.974 Pts</b>
<i>Margarida Figueiredo</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>08/04/2017</i>
	20.41	8,05	5,29
	269	4.03	640
			2.32.51
			662
<b>Heptatlo [ 100 m Bar. (0.76) / Altura / Peso 3 Kg / 200 m / Comprimento / Dardo 500 Grs. / 800 m ]</b>			<b>3.432 Pts.</b>
<i>Carolina Fernandes</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Viseu</i>	<i>08-09/06/2023</i>
	17.44	1,45	9,06
			28.21
			4,80
			21,79
	548	566	468
			614
			506
			506
			408
<b>4 x 100 m</b>			<b>51.16</b>
<i>Ana Costa</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>16/06/2001</i>
<i>Isa Gomes</i>			
<i>Romina Gomes</i>			
<i>Ana Pinheiro</i>			
<b>Estafeta Medley ( 100 m + 200 m + 300 m + 400 m )</b>			<b>2.38.54</b>
<i>Camila Rodrigues</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Guimarães</i>	<i>23/06/2013</i>
<i>Beatriz Dias</i>			
<i>Lúisa Pereira</i>			
<i>Inês Couto</i>			
<b>4 x 300 m</b>			<b>3.16.39</b>
<i>Mariana Tavares</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Luso</i>	<i>28/06/2009</i>
<i>Patrícia Machado</i>			
<i>Elisabete Gomes</i>			
<i>Daniela Belém</i>			
<b>Estafeta Medley Mista ( 100 m femininos + 200 m masculinos + 300 m femininos + 400 m masculinos )</b>			<b>2.19.87</b>
<i>Sofia Amaral</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>(AAV) Lagoa</i>	<i>21/05/2023</i>
<i>Xavier Tavares</i>	<i>Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”</i>	<i>(AAV)</i>	
<i>Marta Machado</i>	<i>Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”</i>	<i>(AAV)</i>	
<i>Pedro Lemos</i>	<i>Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”</i>	<i>(AAV)</i>	

## Outras marcas – juvenis femininos

<b>60 m</b>			<b>7.70</b>
<i>Matilde Simões</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Luso</i>	<i>03/12/2022</i>
<b>100 Jardas ( 91,44 m )</b>			<b>12.42</b>
<i>Marta Machado</i>	<i>Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”</i>	<i>Viseu</i>	<i>01/05/2023</i>
<b>150 m</b>			<b>20.93</b>
<i>Andreia Loureiro</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>15/03/2003</i>
<b>400 m</b>			<b>58.74</b>
<i>Rita Figueiredo</i>	<i>Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”</i>	<i>Viseu</i>	<i>18/05/2019</i>
<b>500 m</b>			<b>1.21.23</b>
<i>Patrícia Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>01/05/2000</i>
<b>Milha</b>			<b>6.01.48</b>
<i>Inês Sousa</i>	<i>Associação Cultural e Recreativa de Cambra</i>	<i>Aveiro</i>	<i>30/07/2011</i>
<b>2.000 m</b>			<b>7.51.7</b>
<i>Flávia Correia</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>05/12/2005</i>
<b>3.000 m Obstáculos</b>			<b>13.04.62</b>
<i>Martina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Covilhã</i>	<i>26/06/2004</i>

<b>60 m Bar. (0.76)</b>								<b>9.93</b>
<i>Tânia Filipa Rodrigues Costa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>		<i>Viseu</i>					<i>08/12/2004</i>
<b>60 m Bar. (0.84)</b>								<b>11.41</b>
<i>Marta Gazurová</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Viseu</i>					<i>22/11/2001</i>
<b>100 m Bar. (0.84)</b>								<b>16.83</b>
<i>Beatriz Sousa</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Viseu</i>					<i>10/06/2000</i>
<b>400 m Bar. (0.76)</b>								<b>67.77</b>
<i>Martina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Viseu</i>					<i>16/07/2005</i>
<b>Dardo 600 Grs.</b>								<b>30,51</b>
<i>Martina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Viseu</i>					<i>10/04/2005</i>
<b>Peso 4 Kg</b>								<b>10,09</b>
<i>Gerda Sousa</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>							<i>23/06/1990</i>
<b>Martelo 4 Kg</b>								<b>25,67</b>
<i>Amélia Loureiro</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Viseu</i>					<i>01/05/2001</i>
<b>3.000 m Marcha – pista</b>								<b>15.34.6</b>
<i>Laurinda Ferreira</i>	<i>Núcleo de Atletismo “Águias do Rossio”</i>		<i>Viseu</i>					<i>07/05/1988</i>
<b>Triatlo Técnico [ Altura / 60 m Bar. (0.76) / Peso 3 Kg ]</b>								<b>1.876 Pts.</b>
<i>Tânia Filipa Rodrigues Costa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>		<i>Viseu</i>					<i>08/12/2004</i>
		1,49	9,93		10,18			
		610	725		541			
<b>Triatlo Opcional [ Comprimento / 60 m / Peso 3 Kg ]</b>								<b>1.843 Pts.</b>
<i>Carolina Maio</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>			<i>Viana do Castelo</i>				<i>16/02/2019</i>
		5,21	8,15		8,36			
		617	803		423			
<b>Heptatlo [ 100 m Bar. (0.76) / Altura / Peso 3 Kg / 200 / Comprimento / Dardo 600 Grs. / 800 m ]</b>								<b>3.272 Pts.</b>
<i>Inês Dias</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>		<i>Viseu</i>					<i>19-20/03/2011</i>
		16.75	1,46	8,20	29.54	4,96	20,18	3.06.94
		625	577	412	515	548	292	303
<b>Pentatlo [ 60 m Bar. (0.76) / Peso 3 Kg / Comprimento / Altura / 800 m ]</b>								<b>2.368 Pts.</b>
<i>Romina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Viseu</i>					<i>13-14/01/2001</i>
		11.8	8,47	4,51	1,26	2.35.0		
		-	-	-	-	-	-	
<b>Estafeta Sueca ( 400 m + 300 m + 200 m + 100 m )</b>								<b>2.37.06</b>
<i>Romina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Viseu</i>					<i>01/05/2000</i>
<i>Beatriz Sousa</i>								
<i>Patrícia Pereira</i>								
<i>Marlene Lopes</i>								
<b>4 x 200 m</b>								<b>2.02.86</b>
<i>Cátia Bandeira</i>	<i>Associação Cultural e Recreativa de Cambra</i>		<i>Luso</i>					<i>22/07/2012</i>
<i>Inês Sousa</i>								
<i>Paula Aidos</i>								
<i>Vanessa Bandeira</i>								
<b>4 x 300 m</b>								<b>3.16.39</b>
<i>Mariana Tavares</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>		<i>Luso</i>					<i>28/06/2009</i>
<i>Patrícia Machado</i>								
<i>Elisabete Gomes</i>								
<i>Daniela Belém</i>								
<b>4 x 400 m</b>								<b>4.21.20</b>
<i>Márcia Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>		<i>Viseu</i>					<i>19/06/1994</i>
<i>Sandra Matias</i>								
<i>Anabela Lourenço</i>								
<i>Idalina Coelho</i>								

## Juniores femininos

<b>100 m</b>								<b>12.23</b>
<i>Viviana Couto</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>		<i>Viseu</i>					<i>14/06/2008</i>
<b>200 m</b>								<b>25.76</b>
<i>Matilde Simões</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Abrantes</i>					<i>03/06/2023</i>
<b>400 m</b>								<b>58.74</b>
<i>Rita Figueiredo</i>	<i>Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”</i>		<i>Viseu</i>					<i>18/05/2019</i>
<b>800 m</b>								<b>2.08.00</b>
<i>Joana Costa</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>		<i>Hengelo (HOL)</i>					<i>20/07/2007</i>
<b>1.000 m</b>								<b>2.57.16</b>
<i>Rita Figueiredo</i>	<i>Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”</i>		<i>Faro</i>					<i>06/04/2019</i>

<b>1.500 m</b>			<b>4.29.45</b>
<i>Joana Costa</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Luso</i>	<i>30/06/2007</i>
<b>3.000 m</b>			<b>9.57.72</b>
<i>Joana Costa</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Maia</i>	<i>16/05/2007</i>
<b>3.000 m Obstáculos</b>			<b>12.16.11</b>
<i>Tatiana Silva</i>	<i>Associação Cultural e Recreativa de Cambra</i>	<i>Marinha Grande</i>	<i>08/07/2017</i>
<b>100 m Bar. (0.84)</b>			<b>15.18</b>
<i>Márcia Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Maia</i>	<i>19/07/1998</i>
<b>400 m Bar. (0.76)</b>			<b>63.73</b>
<i>Sandra Ribeiro</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Maia</i>	<i>18/07/1998</i>
<b>Altura</b>			<b>1,64</b>
<i>Mónica Amaral</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Maia</i>	<i>16/05/1993</i>
<b>Vara</b>			<b>1,80</b>
<i>Ana Matos</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>01/05/1998</i>
<b>Comprimento</b>			<b>5,59</b>
<i>Margarida Figueiredo</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Vagos</i>	<i>23/06/2018</i>
<b>Triplo Salto</b>			<b>11,25</b>
<i>Márcia Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>V. R. Stº António</i>	<i>10/05/1998</i>
<b>Dardo 600 Grs.</b>			<b>33,69</b>
<i>Martina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>08/07/2007</i>
<b>Disco 1 Kg</b>			<b>29,16</b>
<i>Gerda Sousa</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Viseu</i>	<i>03/07/1992</i>
<i>Joana Martins</i>	<i>Atlético Viseu</i>	<i>Seia</i>	<i>18/06/2005</i>
<b>Peso 4 Kg</b>			<b>10,95</b>
<i>Olga Almeida</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Viseu</i>	<i>07/06/1998</i>
<b>Martelo 4 Kg</b>			<b>30,69</b>
<i>Amélia Loureiro</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>29/06/2003</i>
<b>5.000 m Marcha – pista</b>			<b>26.43.0</b>
<i>Laurinda Ferreira</i>	<i>Núcleo de Atletismo "Águias do Rossio"</i>	<i>Viseu</i>	<i>29/05/1988</i>
<b>10 Km Marcha – estrada</b>			
<b>Heptatlo [ 100 m Bar. (0.84) / Altura / Peso 4 Kg / 200 m / Comprimento / Dardo 600 Grs. / 800 m ]</b>			<b>4.013 Pts.</b>
<i>Márcia Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Lisboa (U)</i>	<i>01-02/07/1997</i>
<b>4 x 100 m</b>			<b>51.08</b>
<i>Márcia Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Viseu</i>	<i>13/06/1998</i>
<i>Ana Catarina</i>			
<i>Sandra Ribeiro</i>			
<i>Sandra Matias</i>			
<b>4 x 400 m</b>			<b>4.14.32</b>
<i>Romina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Abrantes</i>	<i>26/05/2002</i>
<i>Patrícia Pereira</i>			
<i>Ana Pinheiro</i>			
<i>Patrícia Coito</i>			

## Outras marcas – juniores femininos

<b>60 m</b>			<b>7.70</b>
<i>Matilde Simões</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Luso</i>	<i>03/12/2022</i>
<b>100 Jardas ( 91,44 m )</b>			<b>12.92</b>
<i>Flávia Correia</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>01/05/2005</i>
<b>150 m</b>			<b>19.76</b>
<i>Matilde Simões</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>23/09/2023</i>
<b>300 m</b>			<b>42.42</b>
<i>Luísa Pereira</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>	<i>31/05/2015</i>
<b>500 m</b>			<b>1.19.69</b>
<i>Patrícia Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>01/05/2002</i>
<b>Milha</b>			<b>6.01.48</b>
<i>Inês Sousa</i>	<i>Associação Cultural e Recreativa de Cambra</i>	<i>Aveiro</i>	<i>30/07/2011</i>
<b>2.000 m</b>			<b>7.07.81</b>
<i>Patrícia Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>02/12/2000</i>
<b>5.000 m</b>			<b>21.09.16</b>
<i>Marlene Lopes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Marinha Grande</i>	<i>08/06/2002</i>



<b>60 m Bar. (0.84)</b>						<b>10.0</b>
<i>Beatriz Sousa</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Viseu</i>			<i>14/01/2001</i>
<b>200 m Bar. (0.76)</b>						<b>31.92</b>
<i>Matilde Simões</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Viseu</i>			<i>01.05.2023</i>
<b>3.000 m Marcha – pista</b>						<b>15.34.6</b>
<i>Laurinda Ferreira</i>	<i>Núcleo de Atletismo “Águias do Rossio”</i>		<i>Viseu</i>			<i>07/05/1988</i>
<b>5.000 m Marcha – pista</b>						<b>26.43.0</b>
<i>Laurinda Ferreira</i>	<i>Núcleo de Atletismo “Águias do Rossio”</i>		<i>Viseu</i>			<i>29/05/1988</i>
<b>Triatlo Técnico [ 60 m Bar. (0.84) / Comprimento / Peso 4 Kg ]</b>						<b>1.289 Pts.</b>
<i>Romina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Viseu</i>			<i>08/12/2001</i>
		11.74	4,69		7,62	
		432	477		375	
<b>Pentatlo [ 60 m Bar. (0.84) / Altura / Peso 4 Kg / Comprimento / 800 m ]</b>						<b>2.213 Pts.</b>
<i>Romina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Leiria</i>			<i>19/01/2002</i>
		11.6	1,24	7,39	4,73	2.36.9
		407	350	360	487	609
<b>4 x 200 m</b>						<b>1.52.60</b>
<i>Ana Costa</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Viseu</i>			<i>01/05/2003</i>
<i>Andreia Loureiro</i>						
<i>Romina Gomes</i>						
<i>Ana Pinheiro</i>						
<b>Estafeta Sueca ( 400 m + 300 m + 200 m + 100 m )</b>						<b>2.34.07</b>
<i>Romina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Viseu</i>			<i>15/03/2003</i>
<i>Ana Pinheiro</i>						
<i>Andreia Loureiro</i>						
<i>Ana Costa</i>						

## Absolutos femininos

<b>100 m</b>						<b>12.23</b>
<i>Viviana Couto</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>		<i>Luso</i>			<i>10/06/2008</i>
<b>200 m</b>						<b>25.95</b>
<i>Matilde Simões</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Abrantes</i>			<i>03/06/2023</i>
<b>400 m</b>						<b>58.74</b>
<i>Rita Figueiredo</i>	<i>Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”</i>		<i>Viseu</i>			<i>18/05/2019</i>
<b>800 m</b>						<b>2.08.00</b>
<i>Joana Costa</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>		<i>Hengelo (HOL)</i>			<i>20/07/2007</i>
<b>1.000 m</b>						<b>2.57.16</b>
<i>Rita Figueiredo</i>	<i>Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”</i>		<i>Faro</i>			<i>06/04/2019</i>
<b>1.500 m</b>						<b>4.26.80</b>
<i>Fátima Neves</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>		<i>Maia</i>			<i>07/07/1991</i>
<b>3.000 m</b>						<b>9.21.39</b>
<i>Fátima Neves</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>		<i>Maia</i>			<i>20/07/1991</i>
<b>5.000 m</b>						<b>18.06.01</b>
<i>Cátia Almeida</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>		<i>Praga (CZE)</i>			<i>12/06/2013</i>
<b>10.000 m</b>						<b>34.38.65</b>
<i>Fátima Neves</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>		<i>Maia</i>			<i>20/02/1990</i>
<b>Maratona</b>						<b>2.56.50</b>
<i>Lídia Santos</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>		<i>Badajoz (ESP)</i>			<i>18/03/2012</i>
<b>3.000 m Obstáculos</b>						<b>12.16.11</b>
<i>Tatiana Silva</i>	<i>Associação Cultural e Recreativa de Cambra</i>		<i>Marinha Grande</i>			<i>08/07/2017</i>
<b>100 m Bar. (0.84)</b>						<b>15.18</b>
<i>Márcia Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>		<i>Maia</i>			<i>19/07/1998</i>
<b>400 m Bar. (0.76)</b>						<b>63.73</b>
<i>Sandra Ribeiro</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>		<i>Maia</i>			<i>18/07/1998</i>
<b>Altura</b>						<b>1,68</b>
<i>Mónica Amaral</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Viseu</i>			<i>25/04/1996</i>
<b>Vara</b>						<b>2,05</b>
<i>Mónica Amaral</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Viseu</i>			<i>22/06/2000</i>
<b>Comprimento</b>						<b>5,64</b>
<i>Margarida Figueiredo</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>		<i>Luso</i>			<i>08/01/2022</i>
<b>Triplo Salto</b>						<b>11,39</b>
<i>Márcia Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>		<i>Braga</i>			<i>11/06/2000</i>
<b>Dardo 600 Grs.</b>						<b>37,02</b>

<i>Márcia Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Castelo de Vide</i>	<i>30/04/2000</i>
<b>Disco 1 Kg</b>			<b>31,64</b>
<i>Olga Almeida</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Viseu</i>	<i>05/06/1999</i>
<b>Peso 4 Kg</b>			<b>10,95</b>
<i>Olga Almeida</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Viseu</i>	<i>07/06/1998</i>
<b>Martelo 4 Kg</b>			<b>40,47</b>
<i>Sandra Condenço</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>22/02/2003</i>
<b>3.000 m Marcha – pista</b>			<b>15.34.6</b>
<i>Laurinda Ferreira</i>	<i>Núcleo de Atletismo “Águias do Rossio”</i>	<i>Viseu</i>	<i>07/05/1988</i>
<b>10 Km Marcha – pista</b>			<b>55.05</b>
<i>Lídia Santos</i>	<i>Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”</i>	<i>Beja</i>	<i>22/04/2006</i>
<b>20 Km Marcha – estrada</b>			<b>1.54.41</b>
<i>Lídia Santos</i>	<i>Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”</i>	<i>Rio Maior</i>	<i>14/04/2007</i>
<b>Heptatlo [ 100 m Bar. (0.84) / Altura / Peso 4 Kg / 200 m / Comprimento / Dardo 600 Grs. / 800 m ]</b>			<b>4.013 Pts.</b>
<i>Márcia Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Lisboa (U)</i>	<i>01-02/07/1999</i>
<b>4 x 100 m</b>			<b>51.08</b>
<i>Márcia Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Viseu</i>	<i>13/06/1998</i>
<i>Ana Catarina</i>			
<i>Sandra Ribeiro</i>			
<i>Sandra Matias</i>			
<b>4 x 400 m</b>			<b>4.08.88</b>
<i>Fátima Neves</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Lisboa (N)</i>	<i>11/06/1998</i>
<i>Celeste Sousa</i>			
<i>Isabel Martins Rei</i>			
<i>Sandra Abadito</i>			

## Outras marcas – absolutos femininos

<b>60 m</b>				<b>7.70</b>
<i>Matilde Simões</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Luso</i>	<i>03/12/2022</i>	
<b>100 Jardas ( 91,44 m )</b>				<b>12.92</b>
<i>Flávia Correia</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>01/05/2005</i>	
<b>150 m</b>				<b>19.76</b>
<i>Matilde Simões</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>23/09/2023</i>	
<b>300 m</b>				<b>42.42</b>
<i>Lúisa Pereira</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>	<i>31/05/2015</i>	
<b>500 m</b>				<b>1.19.69</b>
<i>Patrícia Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>01/05/2002</i>	
<b>Milha</b>				
<b>2.000 m</b>				<b>6.43.19</b>
<i>Patrícia Antunes</i>	<i>Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”</i>	<i>Viseu</i>	<i>01/05/1996</i>	
<b>60 m Bar. (0.84)</b>				<b>9.6</b>
<i>Márcia Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Viseu</i>	<i>14/01/2001</i>	
<b>200 m Bar. (0.76)</b>				<b>31.92</b>
<i>Matilde Simões</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>01.05.2023</i>	
<b>5.000 m Marcha – pista</b>				<b>26.43.0</b>
<i>Laurinda Ferreira</i>	<i>Núcleo de Atletismo “Águias do Rossio”</i>	<i>Viseu</i>	<i>29/05/1988</i>	
<b>5 Km Marcha – estrada</b>				<b>26.45</b>
<i>Lídia Santos</i>	<i>Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”</i>	<i>Ferreira do Alentejo</i>	<i>03/03/2007</i>	
<b>10 Km Marcha – estrada</b>				<b>54.47</b>
<i>Lídia Santos</i>	<i>Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”</i>	<i>Celorico da Beira</i>	<i>02/12/2006</i>	
<b>15 Km Marcha – estrada</b>				<b>1.23.10</b>
<i>Lídia Santos</i>	<i>Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”</i>	<i>Cucujães</i>	<i>04/02/2007</i>	
<b>Triatlo Técnico [ 60 m Bar. (0.84) / Comprimento / Peso 4 Kg ]</b>				<b>1.595 Pts.</b>
<i>Mónica Amaral</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>	<i>08/12/2001</i>	
	10,79	5,04	9,12	
	553	570	472	
<b>Pentatlo [ 60 m Bar. (0.84) / Altura / Peso 4 Kg / Comprimento / 800 m ]</b>				<b>2.295 Pts.</b>
<i>Marina Gomes</i>	<i>Associação Cultural e Recreativa de Cambra</i>	<i>Viseu</i>	<i>03/02/2018</i>	
	10,98	1,35	7,62	4,96
	540	283	375	548
<b>4 x 200 m</b>				<b>1.52.60</b>

Ana Costa	Sport Viseu e Benfica	Viseu	01/05/2003
Andreia Loureiro			
Romina Gomes			
Ana Pinheiro			
<b>Estafeta Sueca ( 400 m + 300 m + 200 m + 100 m )</b>			<b>2.34.07</b>
Romina Gomes	Sport Viseu e Benfica	Viseu	15/03/2003
Ana Pinheiro			
Andreia Loureiro			
Ana Costa			

## Melhores marcas

### Benjamins masculinos

<b>50 m</b>				<b>8.10</b>
Nuno Rodrigues	Casa do Povo de Mangualde	Viseu		08/05/2004
<b>60 m</b>				<b>8.74</b>
Gonçalo Bento	Triathlon Lamego Club	Viseu		18/12/2010
<b>80 m</b>				<b>13.57</b>
Fabício Bernardo	Clube Recreativo de Coimbrões	Viseu		28/06/2003
<b>150 m</b>				<b>23.17</b>
Rui Ferreira	Cardes - Barbeita	Viseu		22/06/2011
<b>300 m</b>				<b>59.66</b>
Bruno Conceição	Convívio Jovem - Tondela	Viseu		12/13/2000
<b>600 m</b>				<b>1.56.27</b>
Santiago Ferreira	Associação Desportiva Tartarugas e Lebres	Viseu		01/05/2023
<b>1.000 m</b>				<b>3.03.73</b>
Hermenegildo Domingues	Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"	Viseu		1996
<b>60 m Bar. (0.76)</b>				<b>13.41</b>
Tiago Ribeiro	Cardes - Barbeita	Viseu		14/05/2000
<b>Altura</b>				<b>1,35</b>
Miguel Amaral	Sport Viseu e Benfica	Viseu		24/05/1998
<b>Comprimento</b>				<b>4,16</b>
André Osório	Sport Viseu e Benfica	Viseu		08/12/2016
<b>Arremesso de Bola</b>				<b>43,63</b>
José António Almeida	Associação Cultural Recreativa e Social do Viso	Viseu		24/05/1998
<b>Dardo 500 Grs</b>				<b>12,89</b>
Pedro Viegas Pereira	Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco	Viseu		27/03/2011
<b>Disco 750 Grs</b>				<b>19,89</b>
Tiago Costa	Atlético Viseu	Viseu		02/06/2001
<b>Peso 2 Kg</b>				<b>8,13</b>
Tiago Costa	Atlético Viseu	Viseu		01/07/2000
<b>Peso 3 Kg</b>				<b>8,03</b>
Tiago Costa	Atlético Viseu	Viseu		02/06/2001
<b>Triatlo Técnico [ 60 m / Peso 3 kg / Comprimento ]</b>				<b>395 Pts.</b>
João Neves	Associação Cultural Recreativa e Social do Viso	Viseu		13/01/2008
	9,51	4,49	3,67	
	78	162	155	
<b>Tetratlo [ 60 m / Comprimento / Peso 2 Kg / 1.000 m ]</b>				<b>391 Pts.</b>
Gonçalo Monteiro	Associação Cultural Recreativa e Social do Viso	Viseu		25-26/03/2005
<b>Tetratlo [ 60 m / Comprimento / Peso 3 Kg / 1.000 m ]</b>				<b>294 Pts.</b>
Ângelo Sá	Cardes - Barbeita	Viseu		20-21/03/1999
<b>4 x 60 m</b>				<b>41.47</b>
Luis Nóbrega	Escola Básico 2º e 3º Ciclos do Viso	Viseu		13/05/2000
Nuno Santos				
José Ferreira				
Telmo Amaral				

## Benjamins femininos

<b>50 m</b>				<b>7.60</b>
<i>Débora Filipa Esteves</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Guarda</i>		<i>13/09/2014</i>
<b>60 m</b>				<b>8.85</b>
<i>Débora Filipa Esteves</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>		<i>06/12/2014</i>
<b>80 m</b>				<b>13.77</b>
<i>Joana Lopes</i>	<i>Associação Cultural Recreativa e Social do Viseu</i>	<i>Viseu</i>		<i>16/06/2001</i>
<b>80 m (marca manual)</b>				<b>13.0</b>
<i>Débora Marques Esteves</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>		<i>16/06/2013</i>
<b>150 m</b>				<b>22.76</b>
<i>Débora Filipa Esteves</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>		<i>06/12/2014</i>
<b>250 m</b>				<b>39.27</b>
<i>Débora Filipa Esteves</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>		<i>01/06/2014</i>
<b>600 m</b>				<b>1.55.96</b>
<i>Débora Filipa Esteves</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Luso</i>		<i>19/07/2014</i>
<b>1.000 m</b>				<b>3.32.85</b>
<i>Martina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>		<i>16/06/1998</i>
<b>60 m Bar. (0.76)</b>				<b>12.98</b>
<i>Tânia Filipa Rodrigues Costa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>		<i>14/05/2000</i>
<b>Altura</b>				<b>1,15</b>
<i>Catarina Figueiredo</i>	<i>Clube Recreativo Coimbrões</i>	<i>Viseu</i>		<i>27/05/2007</i>
<b>Comprimento</b>				<b>3,97</b>
<i>Débora Filipa Esteves</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>		<i>06/12/2014</i>
<b>Arremesso de Bola</b>				<b>24,90</b>
<i>Débora Marques Esteves</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>		<i>14/06/2013</i>
<b>Peso 2 Kg</b>				<b>7,58</b>
<i>Juliana Couto</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>		<i>06/01/2007</i>
<b>Dardo 400 Grs</b>				<b>10,20</b>
<i>Catarina Ferreira</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>		<i>13/04/2008</i>
<b>Disco 750 Grs.</b>				<b>15,80</b>
<i>Clara Vaz</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>		<i>02/06/2001</i>
<b>2.000 m Marcha</b>				<b>15.26.28</b>
<i>Andreia Milheiro</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>		<i>22/05/1999</i>
<b>Triatlo Técnico [ 60 m / Peso 2 kg / Comprimento ]</b>				<b>576 Pts.</b>
<i>Juliana Couto</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>		<i>06/01/2007</i>
	9,59	7,58	3,21	
<b>Tetratlo [ 60 m / Peso 2 Kg / Comprimento / 1.000 m ]</b>				<b>1.228 Pts.</b>
<i>Tânia Filipa Rodrigues Costa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>		<i>01-02/04/2000</i>
<b>4 x 60 m</b>				<b>44.06</b>
<i>Carla Mendes</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Viseu</i>		<i>27/12/1998</i>
<i>Tânia Filipa Rodrigues Costa</i>				
<i>Joana Gomes</i>				
<i>Vera Almeida</i>				

## Outros registos

### Absolutos femininos

<b>Comprimento</b>				<b>5,65</b>
<i>Isabelle Lefebvre *</i>	<i>Atlético de Viseu</i>	<i>Guarda</i>		<i>23/06/2002</i>
<i>Isabelle Lefebvre *</i>	<i>Atlético de Viseu</i>	<i>Seia</i>		<i>03/08/2003</i>
<b>100 Jardas ( 91,44 m )</b>				<b>12.01</b>
<i>Isabelle Lefebvre *</i>	<i>Atlético de Viseu</i>	<i>Viseu</i>		<i>01/05/2004</i>
<b>Estafeta Sueca ( 400 m + 300 m + 200 m + 100 m )</b>				<b>2.25.09</b>
<i>Patrícia Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Viseu</i>		<i>01/05/2005</i>
<i>Martina Gomes</i>				
<i>Flávia Correia</i>				
<i>Isabelle Lefebvre *</i>				

\* - atleta de nacionalidade francesa.



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE VISEU



**RECORDES  
PISTA COBERTA**

## Infantis masculinos

<b>60 m</b>				<b>8.24</b>
Jorge Guilherme	Sport Viseu e Benfica	Braga		23/01/1999
<b>1.000 m</b>				<b>2.55.59</b>
Bruno Albuquerque	Casa do Povo de Mangualde	Braga		10/02/2002
<b>60 m Bar. (0.76)</b>				<b>10.55</b>
Bruno Albuquerque	Casa do Povo de Mangualde	Braga		05/01/2002
<b>Altura</b>				<b>1,40</b>
Pedro Martins	Escola Básico 2º e 3º Ciclos de D. Duarte	Viseu		28/02/2009
Eduardo Lopes	Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco	Viseu		12/02/2011
<b>Comprimento</b>				<b>4,78</b>
Jorge Guilherme	Sport Viseu e Benfica	Braga		23/01/1999
<b>Peso 3 Kg</b>				<b>10,91</b>
Jorge Guilherme	Sport Viseu e Benfica	Espinho		20/12/1998
<b>3.000 m Marcha</b>				
<b>Triatlo Técnico [ 60 m Bar. (0.76) / Peso 3 Kg / Comprimento ]</b>				<b>1.365 Pts</b>
Daniel Vieira	Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco	Alpiarça		02/02/2008
	10.68	9,29	5,45	
	420	443	471	

## Iniciados masculinos

<b>60 m</b>				<b>7.61</b>
Jorge Guilherme	Sport Viseu e Benfica	Braga		03/02/2001
<b>250 m</b>				<b>35.99</b>
André Osório	Sport Viseu e Benfica	Pombal		23/02/2020
<b>300 m</b>				<b>43.04</b>
Simão Nunes	Associação Desportiva Tartarugas e Lebres	Pombal		23/12/2023
<b>800 m</b>				<b>2.01.78</b>
Bruno Albuquerque	Casa do Povo de Mangualde	Braga		21/12/2003
<b>1.000 m</b>				<b>2.55.59</b>
Bruno Albuquerque	Casa do Povo de Mangualde	Braga		10/02/2002
<b>1.500 m</b>				<b>4.32.8</b>
Nuno Nogueira	Casa do Povo de Mangualde	Braga		17/02/2002
<b>60 m Bar. (0.84)</b>				<b>9.45</b>
Jorge Guilherme	Sport Viseu e Benfica	Espinho		04/02/2001
<b>Altura</b>				<b>1,61</b>
Pedro Pereira	Sport Viseu e Benfica	Espinho		20/12/1998
<b>Vara</b>				
<b>Comprimento</b>				<b>5,84</b>
Francisco Castro	Associação Grão Vasco	Alpiarça		03/03/2018
<b>Quadruplo Salto (E + E + D + D + queda ou D + D + E + E + queda)</b>				<b>14,06</b>
André Osório	Sport Viseu e Benfica	Pombal		23/02/2020
<b>Triplo Salto</b>				
<b>Peso 4 Kg</b>				<b>14,61</b>
Jorge Guilherme	Sport Viseu e Benfica	Espinho		04/02/2001
<b>3.000 m Marcha</b>				
<b>Triatlo Técnico [ 60 m Bar. (0.84) / Comprimento / Peso 4 Kg ]</b>				<b>1.365 Pts.</b>
Daniel Vieira	Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco	Alpiarça		02/02/2008
	9.98	5,00	9.20	
	545	382	438	
<b>Triatlo Opcional [ Comprimento / 60 m / Peso 4 Kg ]</b>				<b>1.610 Pts.</b>
Alexandre Moreira	Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco	Pombal		03/02/2013
	5,17	7.97	12,34	
	415	568	627	

## Juvenis masculinos

<b>60 m</b>				<b>7.17</b>
Mário Neves	Cardes - Barbeita	Braga		28/01/2017
Mário Neves	Cardes - Barbeita	Pombal		04/02/2017
<b>200 m</b>				<b>23.60</b>
Diogo Almeida	Sport Viseu e Benfica	Espinho		06/02/1999
<b>300 m</b>				<b>41.57</b>
José Rodrigues	Cardes - Barbeita	Espinho		21/01/2007
<b>800 m</b>				<b>1.59.30</b>
Bruno Albuquerque	Casa do Povo de Mangualde	Espinho		30/12/2005
<b>1.000 m</b>				<b>2.55.59</b>
Bruno Albuquerque	Casa do Povo de Mangualde	Braga		10/02/2002
<b>1.500 m</b>				<b>3.57.83</b>
Bruno Albuquerque	Casa do Povo de Mangualde	Espinho		14/01/2006
<b>3.000 m</b>				<b>8.32.16</b>
Bruno Albuquerque	Casa do Povo de Mangualde	Espinho		15/01/2006
<b>60 m Bar. (0.91)</b>				<b>8.95</b>
Rui Ferreira	Cardes - Barbeita	Alpiarça		04/03/2017
<b>Altura</b>				<b>1,87</b>
Mário Pereira	Associação Grão Vasco	Pombal		03/02/2019
<b>Vara</b>				<b>3,00</b>
Pedro Pereira	Sport Viseu e Benfica	Espinho		09/01/2000
<b>Comprimento</b>				<b>6,40</b>
Francisco Castro	Associação Grão Vasco	Braga		08/02/2020
<b>Triplo Salto</b>				<b>12,51</b>
Xavier Tavares	Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"	Braga		05/02/2023
<b>Peso 5 Kg</b>				<b>14,34</b>
Jorge Guilherme	Sport Viseu e Benfica	Braga		05/01/2002
<b>4.000 m Marcha</b>				
<b>Triatlo Técnico [ 60 m Bar. (0.91) / Peso 5 Kg / Altura ]</b>				<b>2.021 Pts.</b>
Jorge Guilherme	Sport Viseu e Benfica	Braga		05/01/2002
	9,08	14,34	1,70	
	728	749	544	
<b>Triatlo Opcional [ Peso 5 Kg / 60 m / Comprimento ]</b>				<b>1.773 Pts.</b>
José Carlos Pinto	Cardes - Barbeita	Alpiarça		02/03/2019
	11,07	7,60	5,79	
	550	681	542	
<b>4 x 200 m</b>				<b>1.45.59</b>
Pedro Videira	Cardes - Barbeita	Pombal		05/02/2017
João Simões				
Rui Ferreira				
Mário Neves				
<b>4 x 300 m</b>				<b>2.44.96</b>
António Ferreira	Associação Cultural e Recreativa de Cambra	Braga		08/02/2020
Vasco Silva				
André Laranjeira				
Cláudio Maurício				
<b>4 x 400 m</b>				<b>3.58.79</b>
Pedro Nunes	Atlético de Viseu	Espinho		11/01/2004
Igor Costa				
Guilherme Pina				
Carlos Lopes				

## Juniores masculinos

<b>60 m</b>				<b>6.8</b>
José Ferreira	Sport Viseu e Benfica	Braga		1987
<b>200 m</b>				<b>22.84</b>
Guilherme Amaral	Casa do Povo de Mangualde	Espinho		03/02/2007
<b>400 m</b>				<b>52.59</b>

<i>Pedro Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Espinho</i>	<i>02/03/2002</i>
<b>800 m</b>			<b>1.59.30</b>
<i>Bruno Albuquerque</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Espinho</i>	<i>30/12/2005</i>
<b>1.000 m</b>			<b>2.48.88</b>
<i>Pedro Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Espinho</i>	<i>10/02/2002</i>
<b>1.500 m</b>			<b>3.54.81</b>
<i>Bruno Albuquerque</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Espinho</i>	<i>09/02/2008</i>
<b>3.000 m</b>			<b>8.19.25</b>
<i>Bruno Albuquerque</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Espinho</i>	<i>10/02/2008</i>
<b>60 m Bar. (1.00)</b>			<b>9.14</b>
<i>Jin Xin</i>	<i>Escola Básico 2º e 3º Ciclos de Grão Vasco</i>	<i>Braga</i>	<i>14/02/2016</i>
<b>60 m Bar. (1.06)</b>			<b>9.14</b>
<i>Miguel Tipakov</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Pombal</i>	<i>27/02/2021</i>
<b>Altura</b>			<b>1,87</b>
<i>Mário Pereira</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Pombal</i>	<i>03/02/2019</i>
<b>Vara</b>			<b>3,10</b>
<i>Pedro Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Espinho</i>	<i>10/02/2002</i>
<b>Comprimento</b>			<b>6,45</b>
<i>Pedro Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Espinho</i>	<i>09/02/2002</i>
<b>Triplo Salto</b>			<b>12,84</b>
<i>Ricardo Figueiredo</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Pombal</i>	<i>16/02/2020</i>
<b>Peso 6 Kg</b>			
<b>5.000 m Marcha</b>			
<b>Triatlo Técnico [ 60 m Bar. (1.06) / Comprimento / Peso 6 Kg ]</b>			

#### Heptatlo [ 60 m / Comprimento / Peso 6 Kg / Altura / 60 m Bar. (1.06) / Vara / 1.000 m ]

<b>4 x 200 m</b>			<b>1.38.86</b>
<i>Fábio Lopes</i>	<i>Associação Cultural e Recreativa de Cambra</i>	<i>Pombal</i>	<i>03/02/2013</i>
<i>Rui Almeida</i>			
<i>Hugo Lopes</i>			
<i>Bruno Veríssimo</i>			
<b>4 x 400 m</b>			<b>3.44.47</b>
<i>Bruno Fernandes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Espinho</i>	<i>24/02/2002</i>
<i>Marco Marques</i>			
<i>Luís Bernardo</i>			
<i>Pedro Pereira</i>			

## Absolutos masculinos

<b>60 m</b>			<b>6.99</b>
<i>José Rui Viana</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Aveiro</i>	<i>18/01/1997</i>
<b>200 m</b>			<b>22.84</b>
<i>Guilherme Amaral</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Espinho</i>	<i>03/02/2007</i>
<b>400 m</b>			<b>52.59</b>
<i>Pedro Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Espinho</i>	<i>02/03/2002</i>
<b>800 m</b>			<b>1.53.05</b>
<i>Carlos Eduardo Carneiro da Silva</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Braga</i>	<i>05/02/1989</i>
<b>1.000 m</b>			<b>2.48.88</b>
<i>Pedro Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Espinho</i>	<i>10/02/2002</i>
<b>1.500 m</b>			<b>3.54.81</b>
<i>Bruno Albuquerque</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Espinho</i>	<i>09/02/2008</i>
<b>3.000 m</b>			<b>8.19.25</b>
<i>Bruno Albuquerque</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Espinho</i>	<i>10/02/2008</i>
<b>60 m Bar. (1.06)</b>			<b>9.14</b>
<i>Miguel Tipakov</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Pombal</i>	<i>27/02/2021</i>
<b>Altura</b>			<b>1,87</b>



Mário Pereira	Associação Grão Vasco	Pombal	03/02/2019
<b>Vara</b>			<b>3,30</b>
Rogério Ascensão	Atlético Viseu		19/12/1998
<b>Comprimento</b>			<b>6,45</b>
Pedro Pereira	Sport Viseu e Benfica	Espinho	09/02/2002
<b>Triplo Salto</b>			<b>14,64</b>
Paulo Palma	Clube Académico de Futebol	Braga	23/02/1992
<b>Peso 7,260 Kg</b>			<b>12,85</b>
Elias Leal	Sport Viseu e Benfica	Aveiro	22/12/2001
<b>5.000 m Marcha</b>			
<b>Triatlo Técnico [ 60 m Bar. (1.06) / Peso 7,260 Kg / Comprimento ]</b>			<b>1.957 Pts.</b>
Elias Leal	Sport Viseu e Benfica	Aveiro	22/12/2001
	9,34	12,85	6,18
	673	658	626
<b>Heptatlo [ 60 m / Comprimento / Peso 7,260 Kg / Altura / 60 m Bar. (1.06) / Vara / 1.000 m ]</b>			<b>4.241 Pts.</b>
Pedro Pereira	Sport Viseu e Benfica	Espinho	09-10/02/2002
	7.2	6,45	8,72
			1,75
			9.35
			3,10
	732	686	409
			585
			671
			381
			777
<b>4 x 200 m</b>			<b>1.38.86</b>
Fábio Lopes	Associação Cultural e Recreativa de Cambra	Pombal	03/02/2013
Rui Almeida			
Hugo Lopes			
Bruno Veríssimo			
<b>4 x 400 m</b>			<b>3.37.76</b>
António Rocha	Associação Cultural e Recreativa de Cambra	Pombal	17/02/2013
Ricardo Pereira			
Abílio Gonçalves			
Adelino Oliveira			

## Infantis femininos

<b>60 m</b>			<b>9.29</b>
Tânia Filipa Rodrigues Costa	Cardes - Barbeita	Braga	27/01/2001
<b>1.000 m</b>			<b>3.19.17</b>
Cátia Teixeira	Casa do Povo de Mangualde	Braga	10/02/2002
<b>60 m Bar. (0.76)</b>			<b>12.02</b>
Tânia Filipa Rodrigues Costa	Cardes - Barbeita	Braga	05/01/2002
<b>Altura</b>			<b>1,29</b>
Tânia Filipa Rodrigues Costa	Cardes - Barbeita	Guarda	05/12/2001
<b>Comprimento</b>			<b>4,13</b>
Simone Pereira	Cardes - Barbeita	Pombal	03/02/2013
<b>Peso 2 Kg</b>			<b>8,95</b>
Tânia Filipa Rodrigues Costa	Cardes - Barbeita	Braga	05/01/2002
<b>1.000 m Marcha</b>			
<b>Triatlo Técnico [ Peso 2 Kg / 60 m Bar. (0.76) / Comprimento ]</b>			<b>1.104 Pts.</b>
Tânia Filipa Rodrigues Costa	Cardes - Barbeita	Braga	05/01/2002
	8,46	12.02	3,94
	429	381	294

## Iniciados femininos

<b>60 m</b>			<b>8.35</b>
Ana Costa	Sport Viseu e Benfica	Braga	29/01/2000
<b>250 m</b>			<b>35.46</b>
Margarida Figueiredo	Sport Viseu e Benfica	Pombal	03/12/2016
<b>300 m</b>			<b>44.96</b>
Joana Ferreira	Associação Desportiva Tartarugas e Lebres	Pombal	23/12/2023
<b>400 m</b>			<b>1.10.15</b>
Martina Gomes	Sport Viseu e Benfica	Espinho	02/03/2002
<b>800 m</b>			<b>2.26.59</b>
Joana Costa	Casa do Povo de Mangualde	Espinho	21/12/2002
<b>1.000 m</b>			<b>3.12.94</b>

<i>Martina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Braga</i>	<i>28/12/2002</i>
<b>1.500 m</b>			<b>4.56.99</b>
<i>Martina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Braga</i>	<i>01/02/2003</i>
<b>60 m Bar. (0.76)</b>			<b>10.11</b>
<i>Tânia Filipa Rodrigues Costa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Braga</i>	<i>31/01/2004</i>
<b>Altura</b>			<b>1,52</b>
<i>Sandra Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Aveiro</i>	<i>16/01/1994</i>
<b>Vara</b>			
<b>Comprimento</b>			<b>4,95</b>
<i>Margarida Figueiredo</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Pombal</i>	<i>03/12/2016</i>
<b>Triplo Salto</b>			
<b>Peso 3 Kg</b>			<b>11,07</b>
<i>Tânia Filipa Rodrigues Costa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Espinho</i>	<i>11/01/2004</i>
<b>2.000 m Marcha</b>			
<b>Triatlo Técnico [ Comprimento / 60 m Bar. (0.76) / Peso 3 Kg ]</b>			<b>1.652 Pts.</b>
<i>Tânia Filipa Rodrigues Costa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Espinho</i>	<i>28/12/2002</i>
	4,27	10,17	11,07
	371	681	600
<b>Triatlo Opcional [ Peso 3 Kg / 60 m / Comprimento ]</b>			<b>1.358 Pts.</b>
<i>Lúisa Pereira</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Espinho</i>	<i>22/01/2012</i>
	5,41	8,63	4,62
	234	665	459

## Juvenis femininos

<b>60 m</b>			<b>7.84</b>
<i>Matilde Simões</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Pombal</i>	<i>12/03/2022</i>
<b>200 m</b>			<b>27.55</b>
<i>Margarida Figueiredo</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Pombal</i>	<i>05/02/2017</i>
<b>300 m</b>			<b>46.64</b>
<i>Martina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Braga</i>	<i>27/12/2003</i>
<b>400 m</b>			<b>62.16</b>
<i>Martina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Espinho</i>	<i>15/01/2005</i>
<b>800 m</b>			<b>2.21.48</b>
<i>Joana Costa</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Espinho</i>	<i>26/12/2004</i>
<b>1.000 m</b>			<b>3.12.94</b>
<i>Martina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Braga</i>	<i>28/12/2002</i>
<b>1.500 m</b>			<b>4.47.75</b>
<i>Rita Figueiredo</i>	<i>Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"</i>	<i>Braga</i>	<i>13/02/2019</i>
<b>3.000 m</b>			<b>12.52.48</b>
<i>Inês Sousa</i>	<i>Associação Cultural e Recreativa de Cambra</i>	<i>Espinho</i>	<i>22/01/2012</i>
<b>60 m Bar. (0.76)</b>			<b>9.57</b>
<i>Tânia Filipa Rodrigues Costa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Braga</i>	<i>29/01/2005</i>
<b>Altura</b>			<b>1,56</b>
<i>Tânia Filipa Rodrigues Costa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Braga</i>	<i>29/01/2005</i>
<b>Vara</b>			
<b>Comprimento</b>			<b>5,36</b>
<i>Carolina Maio</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Pombal</i>	<i>02/02/2019</i>
<b>Triplo Salto</b>			<b>10,12</b>
<i>Martina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Braga</i>	<i>19/02/2005</i>
<b>Peso 3 Kg</b>			<b>11,77</b>
<i>Tânia Filipa Rodrigues Costa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Braga</i>	<i>29/01/2005</i>
<b>3.000 m Marcha</b>			
<b>Triatlo Técnico [ Altura / 60 m Bar. (0.76) / Peso 3 Kg ]</b>			<b>2.129 Pts.</b>
<i>Tânia Filipa Rodrigues Costa</i>	<i>Cardes - Barbeita</i>	<i>Braga</i>	<i>29/01/2005</i>
	1,56	9,57	11,77
	689	794	646
<b>Triatlo Opcional [ 60 m / Peso 3 Kg / Comprimento ]</b>			<b>1.965 Pts.</b>
<i>Carolina Maio</i>	<i>Associação Grão Vasco</i>	<i>Alpiarça</i>	<i>29/02/2020</i>
	7.89	9,19	5,17

<b>4 x 200 m</b>				
<b>4 x 400 m</b>				<b>4.31.55</b>
Beatriz Sousa	Sport Viseu e Benfica	Espinho		16/01/2000
Romina Gomes				
Ana Matos				
Patrícia Pereira				

## Juniores femininos

<b>60 m</b>					<b>7.76</b>
Matilde Simões	Sport Viseu e Benfica	Pombal			11/02/2023
<b>200 m</b>					<b>27.15</b>
Lúisa Pereira	Cardes - Barbeita	Pombal			15/02/2015
<b>300 m</b>					<b>45.48</b>
Romina Gomes	Sport Viseu e Benfica	Braga			10/02/2002
<b>400 m</b>					<b>61.68</b>
Lúisa Pereira	Cardes - Barbeita	Pombal			12/02/2016
<b>800 m</b>					<b>2.20.64</b>
Patrícia Pereira	Sport Viseu e Benfica	Espinho			24/02/2002
<b>1.000 m</b>					<b>3.01.29</b>
Patrícia Pereira	Sport Viseu e Benfica	Braga			28/12/2002
<b>1.500 m</b>					<b>4.47.75</b>
Rita Figueiredo	Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"	Braga			13/02/2019
<b>3.000 m</b>					<b>11.21.34</b>
Tatiana Silva	Associação Cultural e Recreativa de Cambra	Braga			29/01/2017
<b>60 m Bar. (0.84)</b>					<b>9.34</b>
Márcia Matias	Clube Desportivo de Drizes	Espinho			01/03/1998
<b>Altura</b>					<b>1,58</b>
Sandra Matias	Clube Desportivo de Drizes	Braga			24/01/1998
<b>Vara</b>					
<b>Comprimento</b>					<b>5,49</b>
Margarida Figueiredo	Sport Viseu e Benfica	Braga			23/02/2019
<b>Triplo Salto</b>					<b>10,51</b>
Ana Rita Mano	Cardes - Barbeita	Pombal			16/02/2020
<b>Peso 4 Kg</b>					<b>11,20</b>
Katrina Skujina	Sport Viseu e Benfica	Pombal			16/02/2020
<b>3.000 m Marcha</b>					
<b>Triatlo Técnico [ 60 m Bar. (0.84) / Comprimento / Peso 4 Kg ]</b>					<b>1.184 Pts.</b>
Ana Matos	Sport Viseu e Benfica	Aveiro			22/12/2001
	11.59	4,01		8,48	
	444	310		430	
<b>Pentatlo [ 60 m Bar. (0.84) / Altura / Peso 4 Kg / Comprimento / 800 m ]</b>					<b>3.016 Pts.</b>
Márcia Matias	Clube Desportivo de Drizes	Espinho			27-28/02/1999
	9.58	1,35	9,40	5,32	2.35.49
	792	460	490	648	626
<b>4 x 200 m</b>					<b>1.54.34</b>
Daniela Matos	Associação Cultural e Recreativa de Cambra	Braga			29/01/2017
Ana Luísa Fontes					
Tatiana Silva					
Natacha Fonseca					
<b>4 x 400 m</b>					<b>4.17.56</b>
Patrícia Coito	Sport Viseu e Benfica	Espinho			24/02/2002
Patrícia Pereira					
Romina Gomes					
Ana Pinheiro					

## Absolutos femininos

<b>60 m</b>								<b>7.76</b>
<i>Matilde Simões</i>	<i>11/02/2023</i>	<i>Pombal</i>						<i>12/03/2022</i>
<b>200 m</b>								<b>27.03</b>
<i>Sandra Ribeiro</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Espinho</i>						<i>12/02/2000</i>
<b>300 m</b>								<b>45.48</b>
<i>Romina Gomes</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Braga</i>						<i>10/02/2002</i>
<b>400 m</b>								<b>60.34</b>
<i>Patrícia Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Espinho</i>						<i>15/01/2005</i>
<b>800 m</b>								<b>2.15.30</b>
<i>Patrícia Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Espinho</i>						<i>18/02/2007</i>
<b>1.000 m</b>								<b>3.01.29</b>
<i>Patrícia Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Braga</i>						<i>28/12/2002</i>
<b>1.500 m</b>								<b>4.41.10</b>
<i>Patrícia Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Espinho</i>						<i>14/02/2004</i>
<b>Milha</b>								<b>5.21.67</b>
<i>Patrícia Pereira</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Braga</i>						<i>20/12/2003</i>
<b>3.000 m</b>								<b>11.13.50</b>
<i>Patrícia Antunes</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Braga</i>						<i>17/01/1998</i>
<b>60 m Bar. (0.84)</b>								<b>9.34</b>
<i>Márcia Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Espinho</i>						<i>01/03/1998</i>
<b>Altura</b>								<b>1,66</b>
<i>Mónica Amaral</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Braga</i>						<i>18/02/1996</i>
<b>Vara</b>								
<b>Comprimento</b>								<b>5,72</b>
<i>Margarida Figueiredo</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Pombal</i>						<i>05/03/2022</i>
<b>Triplo Salto</b>								<b>10,51</b>
<i>Ana Rita Mano</i>	<i>16/02/2020</i>	<i>Pombal</i>						<i>16/02/2020</i>
<b>Peso 4 Kg</b>								<b>11,20</b>
<i>Katrina Skujina</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Pombal</i>						<i>16/02/2020</i>
<b>3.000 m Marcha</b>								<b>17.59.6</b>
<i>Lídia Santos</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Espinho</i>						<i>06/01/2001</i>
<b>Pentatlo [ 60 m Bar. (0.84) / Altura / Peso 4 Kg / Comprimento / 800 m ]</b>								<b>3.038 Pts.</b>
<i>Márcia Matias</i>	<i>Clube Desportivo de Drizes</i>	<i>Espinho</i>						<i>19-20/02/2000</i>
	9.74	1,41	9,10	5,42	2.37.19			
	761	523	471	677	606			
<b>4 x 200 m</b>								<b>1.53.12</b>
<i>Ana Costa</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Braga</i>						<i>08/02/2003</i>
<i>Romina Gomes</i>								
<i>Ana Pinheiro</i>								
<i>Patrícia Pereira</i>								
<b>4 x 400 m</b>								<b>4.17.56</b>
<i>Patrícia Coito</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Espinho</i>						<i>24/02/2002</i>
<i>Patrícia Pereira Romina Gomes</i>								
<i>Ana Pinheiro</i>								

## Outros registos

### Absolutos femininos

<b>Comprimento</b>								<b>5,63</b>
<i>Isabelle Lefebvre *</i>	<i>Atlético de Viseu</i>	<i>Espinho</i>						<i>04/01/2003</i>
<b>4 x 400 m</b>								<b>4.09.17</b>
<i>Isabelle Lefebvre *</i>	<i>Sport Viseu e Benfica</i>	<i>Espinho</i>						<i>16/01/2005</i>
<i>Flávia Correia</i>								
<i>Martina Gomes</i>								
<i>Patrícia Pereira</i>								
<b>Triatlo Técnico [ 60 m Bar. (0.84) / Comprimento / Peso 4 Kg ]</b>								<b>1.819 Pts.</b>
<i>Isabelle Lefebvre *</i>	<i>Atlético de Viseu</i>	<i>Espinho</i>						<i>28/12/2003</i>
	10.10	5,42	8,76					
	693	667	449					

\* - atleta de nacionalidade francesa.



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE VISEU



**RECORDES ADAPTADO**

## Adaptado masculinos

### Síndrome Down

<b>60 m pc</b>			<b>10.92</b>
<i>João Estrela Azevedo (n. 1995)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Braga</i>	<i>04/02/2017</i>
<b>100 m</b>			<b>17.87</b>
<i>João Estrela Azevedo (n. 1995)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Luso</i>	<i>29/04/2017</i>
<b>200 m pc</b>			<b>38.55</b>
<i>João Estrela Azevedo (n. 1995)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Braga</i>	<i>31/01/2015</i>
<b>400 m</b>			<b>2.03.71</b>
<i>Sérgio Rafael Gomes (n. 1995)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Luso</i>	<i>29/04/2017</i>
<b>400 m pc</b>			<b>1.47.74</b>
<i>Sérgio Rafael Gomes (n. 1995)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Braga</i>	<i>19/01/2020</i>
<b>Comprimento</b>			<b>3.34</b>
<i>João Estrela Azevedo (n. 1995)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>	<i>17/01/2016</i>
<b>Comprimento pc</b>			<b>3.24</b>
<i>João Estrela Azevedo (n. 1995)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Braga</i>	<i>31/01/2015</i>

### Tricicleta RR2

<b>100 m tricicleta (iniciado)</b>			<b>35.02</b>
<i>Cristiano Mateus Ferreira Pinto (n. 2006)</i>	<i>Associação Mover Viseu</i>	<i>Viseu</i>	<i>20/03/2021</i>
<b>200 m tricicleta (iniciado)</b>			<b>1.40.98</b>
<i>Cristiano Mateus Ferreira Pinto (n. 2006)</i>	<i>Associação Mover Viseu</i>	<i>Viseu</i>	<i>20/03/2021</i>

### Tricicleta RR3

<b>100 m tricicleta</b>			<b>24.74</b>
<i>André Carvalho Pinto (n. 1983)</i>	<i>Associação Mover Viseu</i>	<i>Seia</i>	<i>29/05/2021</i>
<b>200 m tricicleta</b>			<b>52.07</b>
<i>André Carvalho Pinto (n. 1983)</i>	<i>Associação Mover Viseu</i>	<i>Seia</i>	<i>29/05/2021</i>
<b>400 m tricicleta</b>			<b>1.49.40</b>
<i>André Carvalho Pinto (n. 1983)</i>	<i>Associação Mover Viseu</i>	<i>Lisboa (Moniz Pereira)</i>	<i>22/05/2019</i>

### F40

<b>Dardo 600 grs.</b>			<b>24.59</b>
<i>Miguel Marques Monteiro (n. 2000)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Cracóvia (POL)</i>	<i>24/08/2020</i>
<b>Peso 3 kg</b>			<b>11.05</b>
<i>Miguel Marques Monteiro (n. 2000)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Nottwil (SUI)</i>	<i>06/08/2017</i>
<b>Peso 4 kg</b>			<b>10.92</b>
<i>Miguel Marques Monteiro (n. 2000)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Bydgoszcz (POL)</i>	<i>01/06/2021</i>
<b>Peso 4 kg pc</b>			<b>11.60</b>
<i>Miguel Marques Monteiro (n. 2000)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Pombal</i>	<i>27/02/2022</i>

### T20

<b>400 m</b>			<b>55.03</b>
<i>Cristiano Daniel Pinto Pereira (n. 1996)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Póvoa de Varzim</i>	<i>11/06/2014</i>
<b>400 m pc</b>			<b>55.90</b>
<i>Cristiano Daniel Pinto Pereira (n. 1996)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Braga</i>	<i>23/01/2016</i>
<b>800 m</b>			<b>1.58.15</b>
<i>Cristiano Daniel Pinto Pereira (n. 1996)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Luso</i>	<i>06/07/2014</i>
<b>800 m pc</b>			<b>1.59.53</b>
<i>Cristiano Daniel Pinto Pereira (n. 1996)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Reims (FRA)</i>	<i>02/03/2014</i>
<b>1.000 m</b>			<b>2.41.55</b>
<i>Cristiano Daniel Pinto Pereira (n. 1996)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Lisboa (Inatel)</i>	<i>24/03/2012</i>

<b>1.500 m</b>				<b>3.55.39</b>
<i>Cristiano Daniel Pinto Pereira (n. 1996)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Londres (GBR)</i>		<i>17/07/2017</i>
<b>1.500 m pc</b>				<b>3.57.70</b>
<i>Cristiano Daniel Pinto Pereira (n. 1996)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Pombal</i>		<i>20/02/2018</i>
<b>3.000 m</b>				<b>8.40.97</b>
<i>Cristiano Daniel Pinto Pereira (n. 1996)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>		<i>17/01/2016</i>
<b>3.000 m pc</b>				<b>8.27.14</b>
<i>Cristiano Daniel Pinto Pereira (n. 1996)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Pombal</i>		<i>11/02/2018</i>
<b>5.000 m</b>				<b>14.29.80</b>
<i>Cristiano Daniel Pinto Pereira (n. 1996)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Londres (GBR)</i>		<i>23/07/2017</i>
<b>10.000 m</b>				<b>30.23.91</b>
<i>Cristiano Daniel Pinto Pereira (n. 1996)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Braga</i>		<i>07/04/2018</i>

## T52

<b>100 m cadeira de rodas</b>				<b>17.67</b>
<i>Mário Miguel Pereira Trindade (n. 1975)</i>	<i>Associação Mover Viseu</i>	<i>Nottwil (SUI)</i>		<i>30/05/2015</i>
<b>200 m cadeira de rodas</b>				<b>32.54</b>
<i>Mário Miguel Pereira Trindade (n. 1975)</i>	<i>Associação Mover Viseu</i>	<i>Nottwil (SUI)</i>		<i>02/06/2017</i>
<b>400 m cadeira de rodas</b>				<b>1.02.51</b>
<i>Mário Miguel Pereira Trindade (n. 1975)</i>	<i>Associação Mover Viseu</i>	<i>Rio de Janeiro (BRA)</i>		<i>12/08/2016</i>
<b>800 m cadeira de rodas</b>				<b>2.28.33</b>
<i>Mário Miguel Pereira Trindade (n. 1975)</i>	<i>Individual (Viseu)</i>	<i>Sharjah (Dubai)</i>		<i>13/03/2018</i>
<b>1.500 m cadeira de rodas</b>				<b>4.38.46</b>
<i>Mário Miguel Pereira Trindade (n. 1975)</i>	<i>Associação Mover Viseu</i>	<i>Nottwil (SUI)</i>		<i>30/05/2015</i>

## Lançamento Club

<b>Lançamento club</b>				<b>10,84</b>
<i>Cristiano Pinto (n. 1975)</i>	<i>Associação Mover Viseu</i>	<i>Viseu</i>		<i>29/09/2023</i>

## Adaptado feminino

### Tricicleta RR3

<b>100 m tricicleta</b>				<b>32.99</b>
<i>Andreia Sofia Castanheira Cardoso (n. 1995)</i>	<i>Associação Mover Viseu</i>	<i>Viseu</i>		<i>27/04/2019</i>
<b>200 m tricicleta</b>				<b>1.11.17</b>
<i>Andreia Sofia Castanheira Cardoso (n. 1995)</i>	<i>Associação Mover Viseu</i>	<i>Viseu</i>		<i>27/04/2019</i>
<b>400 m tricicleta</b>				<b>2.25.91</b>
<i>Andreia Sofia Castanheira Cardoso (n. 1995)</i>	<i>Associação Mover Viseu</i>	<i>Lisboa (Moniz Pereira)</i>		<i>22/05/2019</i>

## T20

<b>60 m</b>				<b>9.09</b>
<i>Cátia Sofia Fomes de Almeida (n. 1991)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>		<i>10/12/2005</i>
<b>60 m pc</b>				<b>8.65</b>
<i>Carina Solange Lopes Paim (n. 1999)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Braga</i>		<i>23/01/2016</i>
<b>100 m</b>				<b>14.89</b>
<i>Cátia Sofia Fomes de Almeida (n. 1991)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>		<i>06/05/2006</i>
<b>200 m</b>				<b>29.30</b>
<i>Carina Solange Lopes Paim (n. 1999)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>		<i>17/01/2016</i>
<b>200 m pc</b>				<b>29.09</b>
<i>Carina Solange Lopes Paim (n. 1999)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Braga</i>		<i>04/02/2017</i>
<b>400 m</b>				<b>61.86</b>
<i>Carina Solange Lopes Paim (n. 1999)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Londres (GBR)</i>		<i>17/07/2017</i>
<b>400 m pc</b>				<b>64.98</b>

<i>Carina Solange Lopes Paim (n. 1999)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Braga</i>	<i>04/02/2017</i>
<b>800 m</b>			<b>2.24.65</b>
<i>Cátia Sofia Fomes de Almeida (n. 1991)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Liguria (ITA)</i>	<i>03/10/2012</i>
<b>800 m pc</b>			<b>2.41.40</b>
<i>Cátia Sofia Fomes de Almeida (n. 1991)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Manchester (GBR)</i>	<i>17/03/2012</i>
<b>1.000 m</b>			<b>3.12.77</b>
<i>Cátia Sofia Fomes de Almeida (n. 1991)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>	<i>11/06/2013</i>
<b>1.500 m</b>			<b>4.47.93</b>
<i>Cátia Sofia Fomes de Almeida (n. 1991)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Praga (CZE)</i>	<i>16/03/2013</i>
<b>1.500 m pc</b>			<b>5.05.93</b>
<i>Cátia Sofia Fomes de Almeida (n. 1991)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Braga</i>	<i>09/02/2013</i>
<b>2.000 m</b>			<b>7.06.59</b>
<i>Cátia Sofia Fomes de Almeida (n. 1991)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Viseu</i>	<i>24/11/2012</i>
<b>3.000 m</b>			<b>10.23.13</b>
<i>Cátia Sofia Fomes de Almeida (n. 1991)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Gävle (SWE)</i>	<i>16/06/2012</i>
<b>3.000 m pc</b>			<b>11.57.11</b>
<i>Cláudia Alexandra Pereira da Silva Santos (n. 1989)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Manchester (GBR)</i>	<i>17/03/2012</i>
<b>5.000 m</b>			<b>18.06.01</b>
<i>Cátia Sofia Fomes de Almeida (n. 1991)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Praga (CZE)</i>	<i>12/06/2013</i>
<b>Comprimento</b>			<b>4,78</b>
<i>Carina Solange Lopes Paim (n. 1999)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Nottwil (SUI)</i>	<i>06/08/2017</i>
<b>Comprimento pc</b>			<b>4,64</b>
<i>Carina Solange Lopes Paim (n. 1999)</i>	<i>Casa do Povo de Mangualde</i>	<i>Braga</i>	<i>04/02/2017</i>

DTR da Associação de Atletismo de Viseu - Prof. Raimundo Esteves

A S S O C I A Ç Ã O D E A T L E T I S M O D E V I S E U