

RECORDES DISTRITAIS DE PISTA COBERTA 2009

INFANTIS FEMININOS

60 M	TÂNIA SANCHES/77	CFSC	8.2	BRAGA	26.02.89
60 M Bar.(0,76)	ANA PEREIRA/76	CCDCN	10.2	BRAGA	26.02.89
600 M	BRUNA ALVES/94	SFRUT	1.51.98	ESPINHO	31.12.06
1000 M	SUSANA RIBEIRO/76	CFUC	3.15.1	BRAGA	26.02.89
ALTURA	SUZANNA CARVALHO /96	GS-RC	1.42	C.BRANC	28.03.09
COMPRIMENTO	PATRÍCIA VAZ /96	GS-RC	4.62	POMBAL	24.01.09
PESO 2	ANA LETRA/77	SCF	11.20	BRAGA	07.01.90
TRIATLO	PATRÍCIA VAZ /96	GS-RC	1.432 Pts	POMBAL	24.01.09
	PESO-8.40/60MB-10.93/COMP-4.62				

INICIADOS FEMININOS

60 M	CRISTIANA CUNHA /91	CAC	8.27	ESPINHO	30.12.05
300 M	CRISTIANA CUNHA /91	CAC	45.4	ESPINHO	04.03.06
800 M	CARLA SILVA/77	CARP	2.31.98	BRAGA	24.02.91
1.000 M	MAFALDA SILVA/75	FCINGOTE	3.15.0	BRAGA	26.02.89
1500 M	SUSANA RIBEIRO/76	CFUC	5.09.69	BRAGA	24.02.91
60 M Bar (0,76)	CRISTIANA CUNHA /91	CAC	9.86	BRAGA	11.02.06
3.000 M MX	ANTONIA LADEIRA /95	ASCV	19.24.18	POMBAL	24.01.09
ALTURA	KARINA CARVALHO/75	UDT	1.60	AVEIRO	24.02.90
COMPRIMENTO	AUSENDA BARATA/88	SUOVAIS	5.02	ESPINHO	28.12.02
TRIPLO SALTO	AUSENDA BARATA/88	SUOVAIS	10.17	ALPIÁRÇA	15.02.03
PESO 3	SÓNIA GRÁCIO/74	SCFig	* 12.42	COIMBRA	11.03.89
PENTATLO	CATARINA MOTA/84	SUOVAIS	2.533 Pts	ESPINHO	20.12.98
	60M= 8.53 ALT.= 1.39 PESO= 8.69				
	COMP.= 4.24 60MB= 11.12				
TRIATLO	CRISTIANA CUNHA /91	CAC	1.661 Pts	BRAGA	11.02.06
	COMP.-4.51 /60 MB-9,86/PESO -9.43				

JUVENIS FEMININOS

50 M	CLÁUDIA GOMES/66	ACM	7.0	COIMBRA	31.01.82
60 M	LÉCIA VICENTE/82	AAC	8.05	ESPINHO	09.01.99
200 M	CRISTIANA CUNHA/91	GS-RC	27.12	ESPINHO	20.01.08
300 M	CRISTIANA CUNHA /91	GS-RC	43.03	POMBAL	27.01.08
400 M	CRISTIANA CUNHA /91	GS-RC	60.87	POMBAL	02.02.08
800 M	SANDRA CORREIA/76	AAC	2.29.33	BRAGA	19.01.92
1.500 M	ANDREIA SILVA/88	GSADF	5.09.04	ESPINHO	08.01.05
3.000 M	ANDREIA SILVA/88	GSADF	12.15.63	ESPINHO	11.01.04
60 M Bar. (0,76)	CRISTIANA CUNHA/91	GS-RC	9.34	ALPIARÇA	16.02.08
3.000 M MX	ISABEL BÉRTOLO/83	SUOVAIS	19.23.21	ESPINHO	15.01.00
4 X 300	JULIANA CLARO-ANA LÚCIA JOANA LEITÃO-FILIPA JOÃO	ASCV	3.39.0	POMBAL	07.12.08
ALTURA	KARINA CARVALHO/75	UDT	1.60	AVEIRO	24.02.90
COMPRIMENTO	KARINA CARVALHO/75	UDT	5.30	AVEIRO	29.02.92
TRIPLO SALTO	SÍLVIA SOARES /92	GS-RC	10.67	POMBAL	15.02.09
VARA	JOANA SANTOS/85	AAC	2.00	ESPINHO	05.01.02
PESO 3	SÓNIA GRÁCIO/74	SUOVAIS	* 15.50	COIMBRA	30.12.91
TRIATLO	RUTE LOPES /92	GS-RC	1.927 Pts	POMBAL	24.01.09
	ALT.= 1.59/60MB= 9.79/PESO3=8.79				
PENTATLO	CATARINA MOTA/84	SUOVAIS	2.715 Pts	ESPINHO	04.02.01
	60 MB= 10.65 ALT.=1.42 PESO = 9.70				
	COMP.= 4.41 800 M = 2.42.50				

*- RECORD NACIONAL

JUNIORES FEMININOS

50 M	CLÁUDIA GOMES/66	ACM	7.0	COIMBRA	31.01.82
60 M	SUSANA SILVA/79	SNAC	7.79	ESPINHO	28.02.98
60 M Bar. (0,84)	CRISTIANA CUNHA/91	GS-RC	9.26	POMBAL	01.03.09
200 M	SUSANA SILVA/79	SNAC	26.26	ESPINHO	15.02.98
300 M	CRISTIANA CUNHA /91	GS-RC	43.03	POMBAL	27.01.08
400 M	CRISTIANA CUNHA /91	GS-RC	60.29	ESPINHO	31.01.09
800 M	VERA CARVALHO/82	FSC	2.23.87	ESPINHO	07.01.01
1.500 M	ANDREIA SILVA /88	GSADF	5.03.03	ESPINHO	18.02.06
3.000 M	ANDREIA SILVA/88	GSADF	12.15.63	ESPINHO	11.01.04
4 X 200 M	ANA R. PEDREIRAS-SÍLVIA SOARES RUTE LOPES-CRISTIANA CUNHA	GS-RC	1.50.40	ESPINHO	10.01.09
4 X 400 M	SÍLVIA SOARES-DANIELA LOPES RUTE LOPES-CRISTIANA CUNHA	GS-RC	4.08.72	ESPINHO	25.01.09
3.000 M MX	ISABEL BÉRTOLO/83	SUOVAIS	19.23.21	ESPINHO	15.01.00
ALTURA	KARINA CARVALHO/75	UDT	1.60	AVEIRO	24.02.90
COMPRIMENTO	INÊS SILVA/84	GSADF	5.34	BRAGA	18.01.03
TRIPLO SALTO	INÊS SILVA/84	GSADF	11.20	ESPINHO	05.01.03
VARA	JOANA SANTOS/85	GSADF	2.25	BRAGA	17.01.04
PESO 4	SÓNIA GRÁCIO/74	SUOVAIS	14.51	COIMBRA	23.12.93
TRIATLO	CATARINA MOTA/84	SUOVAIS	1.461 Pts	ESPINHO	28.12.02
PENTATLO	MARINA GOMES/81	SUOVAIS	2.693 Pts	ESPINHO	19.12.98
	60 MB=10.87/COMP.=4.66/PESO=8.53				
	60 MB= 9.92 ALT.= 1.49 PESO = 6.81				
	COMP.= 4.44 800 M = 2.36.00				

SÉNIORES FEMININOS

50 M	HELENA PIRES/50	AAC	6.8	COIMBRA	1976
	EMÍLIA PIRES/54	AAC	6.8	COIMBRA	1976
60 M	CLÁUDIA GOMES/66	CFUC	7.5	AVEIRO	10.01.87
	CLÁUDIA GOMES/66	AAC	7.78	BRAGA	23.02.91
200 M	ISABEL VELOSO/66	CFUC	25.7	BRAGA	21.02.88
	CLÁUDIA GOMES/66	AAC	26.01	BRAGA	24.02.91
300 M	CRISTIANA CUNHA /91	GS-RC	43.03	POMBAL	27.01.08
400 M	ISABEL AREIAS /85	GSADF	58.73	ESPINHO	18.02.06
800 M	ISABEL AREIAS /85	GS-RC	2.16.70	POMBAL	21.02.09
1500 M	CLÁUDIA RODRIGUES/70	UDT	4.49.94	BRAGA	23.02.91
3000 M	CLÁUDIA RODRIGUES/70	UDT	10.25.92	BRAGA	24.02.91
50 M Bar. (0,84)	HELENA PIRES/50	AAC	8.4	COIMBRA	1977
60 M Bar. (0,84)	SANDRA BORGES/83	GSADF	9.13	ESPINHO	26.02.06
3000 M MX	FÁTIMA RODRIGUES	GS-RC	13.55.25	POMBAL	28.02.09
4 X 200	ANA R. PEDREIRAS-SÍLVIA SOARES RUTE LOPES-CRISTIANA CUNHA	GS-RC	1.50.40	ESPINHO	10.01.09
4 X 400	SÍLVIA SOARES - SANDRA BORGES ISABEL AREIAS - CRISTIANA CUNHA	GS-RC	4.04.66	POMBAL	15.02.09
ALTURA	KARINA CARVALHO/75	UDT	1.60	AVEIRO	24.02.90
COMPRIMENTO	ISABEL AREIAS /85	GSADF	5.54	ESPINHO	14.01.06
TRIPLO SALTO	INÊS SILVA/84	GSADF	11.20	ESPINHO	05.01.03
VARA	JOANA SANTOS/85	GS-RC	2.40	POMBAL	10.02.07
PESO 4	SÓNIA GRÁCIO/74	SUOVAIS	15.17	COIMBRA	12.03.94
TRIATLO	CATARINA MOTA/84	SUOVAIS	1.461 Pts	ESPINHO	28.12.02
PENTATLO	ISABEL AREIAS /85	GSADF	3.261 Pts	ESPINHO	13.02.06
	60MB=10.87/Alt.-1.51/Peso=8.53				
	60MB-9.87/Alt.-1.51/Peso-8.04				
	Comp.-5.39 /800 - 2.20,08				

INFANTIS MASCULINOS

60 M	JOÃO COSTA/83	SNAC	8.1	AVEIRO	07.01.96
60 M Bar. (0,76)	PEDRO MOSSÂMEDES/91	SUOVAIS	9.92	BRAGA	31.01.04
600 M	ANDRÉ DIAS /95	GS-RC	1.44.62	POMBAL	27.01.08
1000 M	GONÇALO DIAS/76	AAA	3.04.7	BRAGA	26.02.89
ALTURA	PEDRO MOSSÂMEDES/91	SUOVAIS	1.60	F.FOZ	13.12.03
COMPRIMENT	PEDRO MOSSÂMEDES/91	SUOVais *	5.50	BRAGA	31.01.04
PESO 3	BRUNO ABEL/82	S. P.ALVA	14.00	MIRA	16.12.95
TRIATLO	PEDRO MOSSÂMEDES/91	SUOVais *	1.677 Pts	BRAGA	31.01.04
	60MB=9.92/COMP=5.50/Peso--12.55				

INICIADOS MASCULINOS

60 M	TIAGO GONÇALVES/90	GSADF	7.59	BRAGA	19.02.05
300 M	JOÃO ABRANTES /91	GSADF	40.60	ESPINHO	15.01.06
800 M	GONÇALO DIAS/76	AAA	2.03.76	BRAGA	24.02.91
1.000 M	VITOR DUARTE/74	CARP	2.49.8	BRAGA	26.02.89
60 M Bar. (0,84)	TIAGO GONÇALVES/90	GSADF	8.54	ESPINHO	16.01.05
PESO 4	CARLOS BORNES /94	GS-RC	16.00	POMBAL	24.01.09
ALTURA	PEDRO FERREIRA /93	SUOVAIS	1.83	POMBAL	07.12.08
COMPRIMENTO	PEDRO FERREIRA /93	SUOVAIS *	6.45	POMBAL	06.12.08
TRIPLO	PEDRO FERREIRA /93	SUOVAIS *	12.89	POMBAL	19.12.08
VARA	PEDRO PALMA/61	AAC	3.40	COIMBRA	25.01.76
TRIATLO	PEDRO MOSSÂMEDES /91	SUOVAIS	1.981 Pts	BRAGA	11.02.06
	60MB=9.36/COMP.=6.06/PESO=13.75				
PENTATLO	VITOR RODRIGUES/84	SUOVAIS	2.508 Pts	ESPINHO	20.12.98
	60M= 7.87/COMP.= 5.34/ PESO= 9.92				
	60B= 10.46 ALT.= 1.61				

JUVENIS MASCULINOS

60 M	PAULO DIAS /89	AAC	7.16	ESPINHO	11.02.06
60 M Bar. (0,91)	NUNO GUERRA/77	SNAC	8.1	COIMBRA	12.03.94
	RODOLFO VARELA/86	AAC	8.58	ESPINHO	28.12.02
200 M	RODOLFO VARELA/86	AAC	23.32	ESPINHO	09.02.03
300 M	RODOLFO VARELA/86	AAC	38.39	BRAGA	14.12.02
400 M	NUNO SANTOS/84	SUOVAIS	52.06	ESPINHO	06.01.01
800 M	DANIEL FLÓRIDO/84	INDIV.	2.00.52	ESPINHO	25.02.01
1500 M	JORGE SANTOS/74	SCP	4.12.07	BRAGA	24.02.91
3.000 M	IDELBERTO FERREIRA/80	SUOVAIS	9.03.79	BRAGA	02.02.97
4 x 400 M	NUNO SANTOS -VITOR RODRIGUES ANDRÉ GIRÃO - NICOLAU FERREIRA	SUOVAIS	3.35.97	ESPINHO	25.02.01
MILHA	JOÃO BERNARDES /93	GS-RC	4.45.03	POMBAL	10.01.09
PESO 5	NUNO SERRA/74	SUOVAIS	16.27	COIMBRA	30.12.91
ALTURA	PEDRO MOSSÂMEDES/91	SUOVAIS	1.96	ALPIARÇA	02.02.08
COMPRIMENTO	ANDRÉ GIRÃO/75	SUOVAIS	6.45	ESPINHO	06.01.02
	PEDRO FERREIRA/93	SUOVAIS	6.45	POMBAL	06.12.08
VARA	PEDRO PALMA/61	AAC	3.40	COIMBRA	25.01.76
TRIPLO SALTO	KEVIN WILSON /90	ADRTS	13.80	ESPINHO	14.01.06
TRIATLO	PEDRO MOSSÂMEDES /91	SUOVAIS	2.237 Pts	ALPIARÇA	02.02.08
	60MB=8.75/PESO=13.27 / ALT.= 1.86				
HEXATLO	VITOR RODRIGUES/84	SUOVAIS	3.441 Pts	ESPINHO	04.02.01
	60M= 7.61 COMP.= 5.66 PESO= 11.42				
	60B= 9.56 ALT.= 1.78 1.000 = 3.09.74				

(*) - RECORD NACIONAL.

JUNIORES MASCULINOS

50 M	CARLOS PEREIRA/78	SNAC	6.5	ALPIARÇA	25.01.97
60 M	RIDER COSTA/80	FEBRES	7.06	ESPINHO	14.02.98
60 M Bar. (1,06)	CARLOS PEREIRA/78	C+S MC	8.54	BRAGA	18.02.96
(1.00)	PAULO DIAS/89	GS-RC	8.82	ESPINHO	31.12.06
200 M	RODOLFO VARELA/86	AAC	22.92	ESPINHO	07.02.04
300 M	NUNO AMARO/77	SNAC	37.30	BRAGA	26.02.95
400 M	JOSÉ MARTINS/86	GSADF	50.67	ESPINHO	05.03.05
800 M	DAVID SOARES/82	CAC	1.55.33	ESPINHO	25.02.01
1500 M	IDELBERTO FERREIRA/80	SUOVAIS	4.00.97	ESPINHO	09.01.99
3.000 M	IDELBERTO FERREIRA/80	SUOVAIS	8.35.58	ESPINHO	10.01.99
4 X 200 M	BRUNO PEREIRA/ RICARDO TEIXEIRA DAVID SOARES / VASCO LOPES	CAC	1.35.88	ESPINHO	21.02.98
4 X 400 M	FERN. ALMEIDA /SAMUEL MARTINHO MARCO COSTA /JOSÉ MARTINS	GSADF	3.27.55	ESPINHO	06.03.05
PESO 6	HEDSON TRINDADE /89	GS-RC	14.75	POMBAL	16.12.07
PESO 7	NUNO SERRA/74	SUOVAIS	15.03	COIMBRA	23.12.93
ALTURA	HEDSON TRINDADE /89	GS-RC	1.98	POMBAL	05.01.08
COMPRIMENTO	ANDRÉ GIRÃO/85	SUOVAIS	6.45	ESPINHO	06.01.02
	PEDRO FERREIRA /93	SUOVAIS	6.45	POMBAL	06.12.08
TRIPLO SALTO	MARIO FELISBERTO/83	FSC	13.96	ESPINHO	23.02.02
VARA	RICARDO FERREIRA/82	CAC	3.50	ESPINHO	16.01.00
5000 M MX	PEDRO PINTO/71	CFUC	23.03.5	BRAGA	17.02.90
TRIATLO	VITOR RODRIGUES/84	SUOVAIS	1.810 Pts	AVEIRO	22.12.01
HEPTATLO	VITOR RODRIGUES/84	SUOVAIS	4.466 Pts	ESPINHO	10.02.02
	60MB=9.32/COMP.=6.05/PESO7= 10.83 60M= 7.0/COMP.= 6.30/PESO7= 12.04 ALT.= 1.78/60 MB= 9.50/VARA= 3.30 1.000M = 2.53.86				

SÉNIORES MASCULINOS

50 M	PEDRO IGLÉSIAS /62	ACM	6.0	COIMBRA	31.01.82
60 M	MÁRIO BARBOSA /77	GSADF	6.83	ESPINHO	25.02.06
60 M Bar (1,06)	HELDER PATO /80	GSADF	8.44	ESPINHO	11.02.06
200 M	MARIO BARBOSA /77	GSADF	21.83	ESPINHO	26.02.06
300 M	HELDER PATO /80	GSADF	36.54	BRAGA	03.12.05
400 M	HELDER PATO /80	GSADF	49.14	ESPINHO	18.02.06
800 M	DAVID SOARES/81	CAC	1.53.26	ESPINHO	10.02.02
1500 M	JOSÉ JESUS/66	CAL	3.49.78	BRAGA	23.02.91
3000 M	JOSÉ JESUS/66	CAL	8.04.69	BRAGA	24.02.91
4 X 200 M	PEDRO SANTOS / RODOLFO VARELA HUGO SIMÕES / BRUNO TAVARES	AAC	1.33.15	BRAGA	01.02.03
4 X 400 M	HELDER PATO/FERNANDO ALMEIDA HUGO SIMÕES/ JOSE MARTINS	GS-RC	3.22.55	POMBAL	11.02.07
PESO 7	NUNO SERRA/74	GSADF	15.82	ESPINHO	18.01.04
ALTURA	HEDSON TRINDADE /89	GS-RC	2.00	POMBAL	14.02.09
COMPRIMENTO	LENINE CUNHA /82	AAC	7.12	POMBAL	21.02.09
TRIPLO SALTO	LENINE CUNHA /82	AAC	14.47	POMBAL	28.02.09
VARA	JOAQUIM SERRA/47	CFSC	4.65	LISBOA	18.02.76
5000 M MX	VIRGILIO SOARES/59	SNAC	20.10.6	BRAGA	19.02.94
TRIATLO	VITOR RODRIGUES/84	SUOVAIS	1.810 Pts	AVEIRO	22.12.01
PENTATLO	VICTOR RODRIGUES/84	SUOVAIS	3.743 Pts	ALPIARÇA	15.01.05
	60MB=9.32 / COMP.=6.05 / PESO7= 10.83 60M- 7.20 COMP. 6.59 PESO- 13,21 60 MB- 8.68 ALT. 1.90				
HEPTATLO	VITOR RODRIGUES/84	SUOVAIS	4.719 Pts	ESPINHO	13.02.05
	60M= 7.32/COMP.=6.71/ PESO7= 12.42 ALT.=1.93/60 MB=8.81/VARA= 3.30 1.000M = 3.05,62				