



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

RECORDES REGIONAIS

AR LIVRE

MASCULINOS

31/10/2024

SENIORES - OUTRAS PROVAS								
300 m	34.70		Paulo Gamelas	06/01/1970	JUV	SCBM	Cáceres (ESP)	25/05/1986
1000 m	2:25.95		Nuno Alves	07/09/2002	S23	CDFE	1 Vagos (Est Munic)	16/04/2022 Torneio Bruno Saramago
Milha	4:18.10		Tomás Silva	20/09/1998	JUN	GRECAS	1 Aveiro (Univ)	23/12/2017 Torneio Aos Seus Lugares
60 m barr 1,06	8,68	-2,8	João Fontela	07/08/1991	S23	CCSJM	1 Aveiro (Univ)	16/01/2011 Camp Distrital Abs+S23 Inv
3.000 m marcha	13:53.95		José Silva	07/10/1985	SEN	NAC	1x Vagos	14/01/2017 Camp Dist Master
5.000 m marcha	21:15.36	pista	António Pereira	10/07/1975	M35	CCSJM	1 Aveiro (Univ)	11/01/2014 Camp Dist Abs+S23 Inverno
5 Km marcha	21:12	est	Augusto Cardoso	13/12/1970	M40	ADREP	3 Mira	16/04/2011
10 Km marcha	00:45:07	est	Mário Contreiras	26/12/1967	M40	GRECAS	tp Rio Maior	14/04/2007 G P Int Marcha Rio Maior
15.000 m marcha	01:13:33	pista	Bruno Marques	05/04/1981	S23	CCSJM	pass Lisboa (Univ)	13/07/2002 Camp Portugal
15 Km marcha	01:07:13	est	Augusto Cardoso	13/12/1970	M40	ADREP	pass Batalha	19/02/2011 Camp Nacional Marcha Est
20.000 m marcha	01:40:31	pista	Nuno Valente	06/01/1988	S23	CCSJM	5 Luso	02/05/2009 Taça FPA de Marcha
25 Km marcha	02:02:28	est	Mário Contreiras	26/12/1967	M40	GRECAS	8 Cucujães	04/02/2007 G P Int Marcha Cucujães
4x200 m	1:30.91		Greca - Vagos	14/06/1905	S23	GRECAS	2 Leiria	14/07/2013 Camp Absoluto Beiras
			<i>Rui Matos (1992-S23) Micael Seixeiro (1995-S20) Ricardo Araújo (1993-S23) Sérgio Silva (1992-S23)</i>					
4x1500 m	18:32.59		G J Pinh Bemposta	19/05/1905	SEN	GJPB	3 Aveiro (Univ)	03/05/2008 Camp Regional Estafetas
			<i>Ricardo Oliveira (1990) Manuel Pinho (1966) João Pires (1992) Pedro Jesus (1988)</i>					
Heptatlo	3974		Luís Ferreira	23/04/1985	SEN	CCSJM	1 Aveiro (Univ)	06/02/2011 Camp Dist Pr Comb Inv
			<i>60m 7,56; comprim 6,35; peso7 - 10,37; altura 1,81; 60mbar 9,51; vara 3,20; 1000m 3.26,41</i>					

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

RECORDES REGIONAIS

AR LIVRE

MASCULINOS

31/10/2024

SUB23 (ESPERANÇAS)										
PROVA	MARCA	OBS	ATLETA	DTNASC	ESC	CLUBE	CLASS	LOCAL	DATA	COMPETIÇÃO
100 m	10.57	+1,7	António Brandão	08/09/1992	S23	CCSJM	7	Luso	21/07/2012	Camp Absoluto Beiras
200 m	21.48	+1,2	António Brandão	08/09/1992	S23	CCSJM	2	Pombal (Est Munic)	15/07/2012	Camp Nacional Esperanças
400 m	49.15		Paulo Gamelas	06/01/1970	JUV	SCBM	5	Lisboa (Nac)	09/08/1986	Camp Portugal
800 m	1:49.1		Luís Pinhal	10/10/1960	S23	SCBM		Lisboa (Nac)	14/06/1980	
1.500 m	3:43.4		Luís Pinhal	10/10/1960	S23	SCBM		Lisboa (Nac)	27/04/1980	
3.000 m	8:00.21		António Salvador	21/06/1966	S23	GRACC	8	Lisboa (Nac)	29/05/1988	Meeting Internacional Lisboa
5.000 m	13:56.4		António Salvador	21/06/1966	S23	GRACC	5	Maia	25/06/1988	Camp Reg Pr Comb / Extra
10.000 m	28:41.1		António Salvador	21/06/1966	S23	GRACC	6	Maia	13/07/1988	Torneio Fut Clube Maia
Maratona			em atualização							
110 m barr 1,06	14,24	+1,3	João Fontela	07/08/1991	S23	CCSJM	7	Lisboa (Univ)	08/07/2012	Camp Portugal
400 m barr 0,91	53,74		Helder Pato	22/01/1980	S23	ADREP	6	Guarda	09/07/2002	Meeting Guarda
3000m obst	9:00.34		Pedro Cruz	15/08/1982	JUN	ACADOF		Coimbra	26/06/2001	
Altura	2,08		Rafael Gonçalves	12/05/1977	JUN	ADO		Viseu	20/07/1996	
Vara	4,70		Luís Silva	26/05/1980	S23	CAO	1	Aveiro (Univ)	06/08/2000	Camp Absoluto Aveiro
Comprimento	7,68	0,0	Pedro Pires	13/10/2003	S23	GRECAS	1	Leiria	01/07/2023	Camp Nacional Esperanças
Triplo	15,23	+0,8	João Dias	01/06/1984	S23	GRECAS	1	Braga	29/05/2005	Camp Nac Clubes Apur
	15,23	+0,9	João Dias	01/06/1984	S23	GRECAS	1	Abrantes	16/07/2006	Camp Nac Esperanças
Peso 7,260 Kg	15,65		José Pinho	20/03/1995	S23	NAC	1	Setúbal	16/07/2016	Camp Nac Clubes II Divisão
Disco 2 Kg	49,60		José Pinho	20/03/1995	S23	NAC	2	Vagos (Est Munic)	29/07/2015	Torneio de Encerramento
Martelo 7,260 Kg	47,07		Fábio Freitas	30/04/1987	JUN	GRECAS	2	Aveiro (Univ)	30/07/2005	Camp Distrital Absoluto
Dardo 800 g	61,41		Mário Marques	19/06/1993	S23	CCSJM	1	Aveiro (Univ)	20/02/2016	Camp Dist Lançam Longos
10.000 m marcha	46:47.15		Bruno Marques	05/04/1981	S23	CCSJM	1	Aveiro (Univ)	01/06/2002	Camp Absoluto Aveiro
20 Km marcha	01:38.55	est	Nuno Valente	06/01/1988	S23	CCSJM	31	Rio Maior	10/04/2010	G P Intern Marcha Rio Maior
35 Km marcha	03:13:24	est	Bruno Marques	05/04/1981	S23	CCSJM	3	Valongo	16/02/2002	Camp Nacional Marcha Estr
4x100 m			em atualização							
4x400 m	03:19.96		GRECAS - VAGOS		S23	GRECAS	1	Leiria	28/07/2013	Camp Portugal P C
			Rui Matos (1992-S23) Tiago Cipriano (1995-S20) Micael Seixeiro (1995-S20) Sérgio Silva (1992-S23)							
Decatlo (sen)	5 799		Luís Jesus	01/04/1982	JUN	GRECAS		Aveiro (Univ)	20/05/2001	Camp Distrital Provas Combin
			100m 11,5(1,7); comprim 6,26(1,3); Peso7 12,38; altura 1,86; 400m 54,2; 110bar 16,8; disco2 37,68; vara 3,20; dardo8 47,11; 1500m 5:45.2							

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

RECORDES REGIONAIS

AR LIVRE

MASCULINOS

31/10/2024

SUB23 (ESPERANÇAS) - OUTRAS PROVAS								
300 m	34,7		Paulo Gamelas	06/01/1970	JUV	SCBM	Cáceres	25/05/1986
1000 m	2:25.95		Nuno Alves	07/09/2002	S23	CDFE	1 Vagos	16/04/2022 Torneio Bruno Saramago
Milha	4:18.10		Tomás Silva	20/09/1998	JUN	GRECAS	1 Aveiro (Univ)	23/12/2017 Torneio Aos Seus Lugares
60 m barr 1,06	8.68	-2,8	João Fontela	07/08/1991	S23	CCSJM	1 Aveiro (Univ)	16/01/2011 Camp Distrital Abs+S23 Inv
5.000 m marcha	21:40.16	pista	Nuno Valente	06/01/1988	S23	CCSJM	1 Póvoa de Varim	29/05/2010 Camp Nac Clubes Apur
15.000 m marcha	01:13:33	pista	Bruno Marques	05/04/1981	JUN	CCSJM	pass Lisboa (Univ)	13/07/2002 Camp Portugal
15 Km marcha	01:13:33	est	Bruno Marques	05/04/1981	JUN	CCSJM	5 Celorico da Beira	09/12/2000 G P Marcha Celorico da Beira
20.000 m marcha	01:40:31	pista	Nuno Valente	06/01/1988	S23	CCSJM	5 Luso	02/05/2009 Taça FPA de Marcha
4x200 m	1:30.91		Greca - Vagos	14/06/1905	S23	GRECAS	2 Leiria	14/07/2013 Camp Absoluto Beiras
Rui Matos (1992-S23) Micael Seixeiro (1995-S20) Ricardo Araújo (1993-S23) Sérgio Silva (1992-S23)								
Heptatlo	em atualização							

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

RECORDES REGIONAIS

AR LIVRE

MASCULINOS

31/10/2024

SUB20 (JUNIORES)										
PROVA	MARCA	OBS	ATLETA	DTNASC	ESC	CLUBE	CLASS LOCAL		DATA	COMPETIÇÃO
100 m	10.59	-0.2	Rui Tavares	24/05/1981	JUN	NAC	2	Braga	29/07/2000	Camp Nacional Juniores
200 m	21.79	-0.5	Rui Tavares	24/05/1981	JUN	NAC	5	Braga	30/07/2000	Camp Nacional Juniores
400 m	49.15		Paulo Gamelas	06/01/1970	JUV	SCBM	5	Lisboa (Nac)	09/08/1986	Camp Portugal
800 m	1:50.94		Jorge Batista	06/06/1991	JUN	ADREP	3	Lisboa (Inatel)	03/06/2010	Camp Reg Junior marcha+Pr Extra
1.500 m	3:44.46		Filipe Pedro	03/01/1980	JUN	ADREP		Maia	01/05/1998	
3.000 m	8:12.77		Bruno Saramago	25/01/1982	JUN	ACADOF		Maia	23/05/2001	
5.000 m	14:11.65		Bruno Saramago	25/01/1982	JUN	ACADOF	2f	Grossetto ITA	22/07/2001	Camp Europa Juniores
10.000 m	30:15.9		Manuel Pereira	09/03/1968	JUN	ARAC	8s	Lisboa (Nac)	25/04/1987	Camp Portugal 10.000 m
110 m barr 1,00	14.03	-1,1	Rafael Santos	09/11/2005	Sub20	ACRDE	6el	Lima / PER	29/08/2014	Camp Mundo Sub20
400 m barr 0,91	53.81		Renato Silva	22/08/1981	JUN	GRECAS		Braga	29/07/2000	
3000m obst	9:00.34		Pedro Cruz	15/08/1982	JUN	ACADOF		Coimbra	26/06/2001	
Altura	2,08		Rafael Gonçalves	12/05/1977	JUN	ADO		Viseu	20/07/1996	
Vara	4,20		Luís Silva	26/05/1980	JUN	ADO		Maia	19/07/1998	
Comprimento	7,28	+1,3	Pedro Pires	13/10/2003	JUN	GRECAS	2	Vagos	16/07/2022	Camp Nacional Sub20
Triplo	15,13	-0,5	João Dias	01/06/1984	JUN	GRECAS		Guarda	06/07/2003	Camp Nacional Esperanças
Peso 6 Kg	16,81		José Pinho	20/03/1995	JUN	NAC	1	Aveiro (Univ)	20/12/2014	Torneio Aos Seus Lugares
Disco 1,750 Kg	55,16		José Pinho	20/03/1995	JUN	NAC	1	Aveiro (Univ)	27/12/2014	Torneio de Natal
Martelo 6 Kg	51,87		Leandro Gonçalves	08/11/1996	JUN	NAC	1	Luso	22/06/2014	Camp Distrital Juniores
Dardo 800 g	57,87		Marco Ferreira	11/05/1988	JUV	ADREP	2	Viseu	16/07/2005	Camp Absoluto Beiras
10.000 m marcha	47:58.9		Bruno Marques	05/04/1981	JUN	CCSJM	pass	Aveiro (Univ)	05/08/2000	
20 Km marcha	01:40:41		Helder Neves	09/12/1975	JUN	GDL		Lisboa	27/02/1994	
4x100 m	43.5		Seleção Aveiro Jun		JUN	AAA		Viseu???	1985	
			A. Estima () F. Pereira () Rui Pestana () António Tavares (02-06-1966)							
4x400 m	3:23.90		CENAP	1992	JUN	CENAP	2	Luso	11/07/2010	Camp Absoluto Beiras
			Tiago M. Silva (1992-JUN) José Rocha (1992-JUN) Rui Matos (1992-JUN) Sérgio Silva (1992-JUN)							
Decatlo (sen)	5799		Luís Jesus	01/04/1982	JUN	GRECAS		Aveiro (Univ)	20/05/2001	Camp Distrital Provas Combin
			100m 11,5(1,7); comprim 6,26(1,3); Peso7 12,38; altura 1,86; 400m 54,2; 110bar 16,8; disco2 37,68; vara 3,20; dardo8 47,11; 1500m 5:45.2							
Decatlo (jun)	6100		Rafael Santos	09/11/2005	JUN	ACRDE	1	Beja	04/06/2023	Camp Nacional Prov Combin Jun
			100m 11,58(-1,0); comprim 6,21(1,2); Peso6 12,05; altura 1,83; 400m 53,85; 110bar 14,58; disco175 35,13; vara 3,51; dardo8 40,08; 1500m 5:24.06							

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

RECORDES REGIONAIS

AR LIVRE

MASCULINOS

31/10/2024

SUB20 (JUNIORES) - OUTRAS PROVAS									
300 m	34.7		Paulo Gamelas	06/01/1970	JUV	SCBM		Cáceres	25/05/1986
1000 m	2:29.1		José Barbosa	09/09/1998	JUN	ADREP	1	Lagenthal - SWI	08/05/2016 Lagenthal - SWI
Milha	4:18.10		Tomás Silva	20/09/1998	JUN	GRECAS	1	Aveiro (Univ)	23/12/2017 Torneio Aos Seus Lugares
60 m barr 1,06	9.12	0,0	Tomás Ferreira	10/09/2000	JUN	ACRDE	1	Vagos	06/01/2019 Camp Distrital Senior/Sub23 Inv
60 m barr 1,00	8.46	0,0	Tomás Ferreira	10/09/2000	JUN	ACRDE	1	Lourosa	23/02/2019 Triatlo Técnico Distrital
110 m barr 1,06	14.96	+0,1	Paulo Neto	11/03/1997	JUV	ACRDE	1	Luso	20/07/2014 Campeonato Distrital Absoluto
Peso 7,260 Kg	15,36		José Pinho	20/03/1995	JUN	NAC	1	Aveiro (Univ)	12/01/2014 Camp Distrital Senior/Sub23 Inv
Disco 2 Kg	49,60		José Pinho	20/03/1995	S23	NAC	2	Vagos (Est Munic)	29/07/2015 Torneio de Encerramento
Martelo 7,260 Kg	47,07		Fábio Freitas	30/04/1987	JUN	GRECAS	2	Aveiro (Univ)	30/07/2005 Camp Distrital Absoluto
15 Km marcha	01:13:33	est	Bruno Marques	05/04/1981	JUN	CCSJM	5	Celorico da Beira	09/12/2000 G P Marcha Celorico da Beira
4x200 m	1:34.38		Grecas	1999	JUN	GRECAS	1	Luso	14/01/2018 Camp Distrital Juniores Inv
Hugo Duarte (1999-JUN) David Almeida (2000-JUN) Bruno Lemos (2000-JUN) Pedro Mirassol (1999-JUN)									



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

RECORDES REGIONAIS

AR LIVRE

MASCULINOS

31/10/2024

SUB16 (INICIADOS)										
PROVA	MARCA	OBS	ATLETA	DTNASC	ESC	CLUBE	CLASS	LOCAL	DATA	COMPETIÇÃO
80 m	9.32	0.0	José Viegas	01/03/1993	INI	GJPB	1	Luso	16/07/2008	Taça AAA - 3ª jornada
250 m	29.88		Carlos Claro	03/04/2001	INI	ADERCUS	1	Febres	23/04/2016	III Meeting de Cantanhede
300 m	36.87		David Moura	25/03/2008	Sub16	CDFE	1	Vagos (Est Munic)	30/12/2023	Camp Distrital Sub18 Inverno
800 m	1:57.67		Filipe Pedro	03/01/1980	INI	ADREP		Marinha Grande	11/06/1995	
1.500 m	4:06.25		Pedro Freitas	07/06/2009	Sub16	CAOB-A	2	Vagos	08/06/2024	Camp Distrital Sub18
100 m barr 0,84	13.55	+1,7	Paulo Neto	11/03/1997	INI	ACRDE	4	Fátima	03/06/2012	Olímpico Jovem Nacional
250 m barr 0,76	32.22		Paulo Neto	11/03/1997	INI	ACRDE	1	Guarda	29/04/2012	Olímpico Jovem Beiras
300 m barr 0,76	43.10		Armando Cruz	27/09/1987	INI	CCSJM		Seixal	19/05/2002	Olímpico Jovem Nacional
1.500 m obst s/v	4:24.81		Fábio Simões	12/05/2002	INI	RDA	2	Braga	03/06/2017	Olímpico Jovem Nacional
Altura	1,90		Paulo Neto	11/03/1997	INI	ACRDE		Maia	15/12/2012	
Vara	3,20		Micael Seixeiro	20/07/1995	INI	GRECAS	1	Aveiro (Univ)	16/07/2010	Camp Distrital Iniciados
Comprimento	6,49		Paulo Neto	11/03/1997	INI	ACRDE	4	Luso	21/04/2012	Atleta Completo Dist Aveiro/Coimbra
Triplo	12,84		Paulo Neto	11/03/1997	INI	ACRDE	4	Luso	17/06/2012	Campeonato Distrital Juvenis
Quadruplo salto	15,38	0,0	Rodrigo Capeloa	16/01/1999	INI	GRECAS	1	Luso	22/06/2014	Camp Distrital Iniciados
Peso 4 Kg	16,69		Ricardo Freitas	14/11/1993	INI	GRECAS	1	Vila Nova de Cerveira	23/07/2008	Torneio Internac. Vila de Artes
Disco 1 Kg	63,76		Ricardo Freitas	14/11/1993	INI	GRECAS	1	Aveiro (Univ)	07/06/2008	Campeonato Regional Iniciados
Martelo 4 Kg	49,25		Leandro Gonçalves	08/11/1996	INI	NAC	2	Lovelhe	18/07/2012	9ª Jornada Lançamentos Lovelhe
Dardo 600 g	48,60		Duarte Sá	12/07/2008	INI	NAC	1	Cucujães	10/06/2022	Meeting Jovem António Pinho
Heptatlo Sub16	4 523		Paulo Neto	11/03/1997	INI	ACRDE	1	Pombal (Est)	06/05/2012	Atleta Completo Beiras
			80m 9.55(+1,9); comprim 6.43(-0,7); dardo6 39.35; 100mbarr 14.16(-1,8); peso4 12.02; altura 1.76; 1000m 2:59.18							
4x80 m	37.50		Seleção Aveiro		INI	AAA	1	Leiria	17/05/2008	Olímpico Jovem Nacional
			Roberto Nascimento (1993-INI) Adrião Rodrigues (1993-INI) Luis Silva (1993-INI) José Viegas (1993-INI)							
SUB16 (INICIADOS) - OUTRAS PROVAS										
60 m	7.20	+1,9	André Ferreira	02/03/2002	INI	ACDI	1	Aveiro (Univ)	23/12/2017	Torneio Aos Seus Lugares
1000 m	2:38.47		Filipe Pedro	03/01/1980	INI	ADREP	1	Viseu	18/03/1995	
300 m barr 0,84	43.25		André Santos	11/01/1995	INI	ACDI	4	Guimarães	20/06/2010	Camp Nacional Juvenis



RECORDES REGIONAIS

AR LIVRE

MASCULINOS

31/10/2024

SUB14 (INFANTIS)										
PROVA	MARCA	OBS	ATLETA	DTNASC	ESC	CLUBE	CLASS LOCAL		DATA	COMPETIÇÃO
60 m	7,47	-1,5	Isaac Cruz	05/04/2010	INF	CAOB-A	2f	Vagos	30/12/2023	Camp Distrital Sub18 Inv
150 m	18,47	+1,3	Miguel Silva	1994	INF	GDL	1	Aveiro (Univ)	22/07/2007	Camp Absoluto Aveiro (extra)
600 m	1.36,6		Pedro Ramos	01/02/2004	INF	LLFC	1	Aveiro (Univ)	23/12/2017	Aveiro 38005
1.000 m	2.49,8		Rui Lucas	1975	INF	ADS	1	Lisboa (Nac)	13/03/1988	Km Jovem Nacional
60 m barr 0,76	9,41	0,8	Francisco Alves	16/02/2006	INF	ESL	1	Aveiro (Univ)	07/12/2019	Torneio Paulo Fereira
3.000 m marcha	16.08,1		Ricardo Fonseca	1987	INF	CENAP		Aveiro (Univ)	10/06/2000	
Altura	1,62		Filipe Ferreira	09/07/2000	INF	ACRDE	3	Aveiro (Univ)	14/12/2013	Torneio Abertura
Altura	1,62		Jeremias Mavale	1975	INF	ARCO	1	Lisboa (Nac)	07/05/1988	DN Jovem - Final Nacional
Comprimento	5,50		Ricardo Martins	04/08/2004	INF	RDA	1	Luso	17/06/2017	Camp Distrital Infantis
Quadruplo salto	14,15		Vasco Reis	16/01/2005	INF	CJSA	1	Lousada	22/12/2018	Camp Inverno P Comb / Extra
Peso 3Kg	13,14		Duarte Sá	12/07/2008	INF	NAC	1	Vagos (Est Munic)	24/07/2021	Camp Distrital Infantis
Disco 0,750 Kg	38,89	(a)	Ricardo Freitas	14/11/1993	INF	GRECAS	3	Leiria	29/07/2006	
Dardo 500 Gr	34,46		Ruben Teixeira	19/04/2001	INF	JAM	1	Aveiro (Univ)	29/06/2014	Camp Distrital Infantis
Vortex			Em atualização							
Martelo 3Kg	31,87		Pedro Pinheiro	18/01/2002	INF	ACRVD	1	Vagos (Est Munic)	29/07/2015	Torneio Encerramento
Arrem Bola 163 g	60,17		Filipe Maia	20/07/1993	INF	GDL	1	Aveiro (Univ)	04/06/2006	Camp Distrital Infantis
Arremesso Anel			Em atualização							
Triatlo 1	1 281		João Salvador Santos	20/09/2010	INF	LLFC	1	Lourosa	18/02/2023	Triatlo Técnico Distrital
			60barr 10,12(-1,1); peso3kg 9,26; comprim 4,67(+0,1)							
Triatlo 2			Em atualização							
			60m ; peso3kg ; comprim							
Pentatlo	2 253		Nelson Canedo	2001	INF	CDFE	1	Aveiro (Univ)	04/05/2014	Atleta Completo Distrital
			60m 8,23; comprim 4,72; 60barr 10,75; peso3kg 9,25; 1000m 3.08,98							
4X60 Metros	31,1		Seleção Aveiro	1973	INF	AAA		Salamanca	08/06/1986	Salamanca
			Rui Barros (74) J. António () L. Moreira () P. Ferreira ()							
			(a) marca obtida com engenho de 1 Kg							