



Recordes

Regional AAA P.Coberta

Iniciados (Femininos)

60 Metros Planos	7,7	Cristina Morujão	1973 INI	CDE	27-12-1986
200 Metros	2 7,72	Rosário Gestosa	1976 INI	NAC	24-02-1991
250 Metros Planos	3 5,63	Sthephany Simões	1994 INI	ACDI	13-02-2009 Espinho 38011
300 Metros Planos	4 2,83	Diana Teixeira	1987 INI	ACDI	19-01-2002 Espinho (Nave Desp.) 38019
800 Metros	2 1 6,95	Ilda Estrela	1976 INI	GRECAS	24-02-1991
1.000 Metros	3 0 6,94	Sandra Almeida	1995 INI	ACBU	26-12-2009 Espinho 38006
1.500 Metros	4 5 6,01	Sandra Almeida	1995 INI	ACBU	02-01-2010 Espinho 38007
60 M Barr.Ini.Fem-76	9,61	Solange Santos	1976 INI	SCBM	16-02-1991
3.000 Metros Marcha	1 5 2 1,4	Rosa Bastos	1975 INI	GDL	17-02-1990
Salto em Altura	1,59	Anabela Neto	1991 INI	ACRDE	04-03-2006 Espinho 38024
Salto Com Vara	2,00	Claudia Oliveira	1995 INI	GRECAS	02-01-2010 Espinho 38007
Salto em Comprimento	5,61	Cristina Morujão	1973 INI	CDE	26-11-1988
Triplio Salto	9,67	Sofia Jambane	1980 INI	CCSJM	30-12-1995
Lançamento Peso-3Kg	11,81	Rosa Domingues	1983 INI	CC	13-12-1997
Triatlo - Iniciados	1625	Diana Teixeira	1987 INI	ACDI	05-01-2002 Braga 03002
		<i>comp - 4.81; 60bar - 10.32; peso3 - 9.00</i>			
Triatlo Opcional	1627	Filipa Silva	1994 INI	FCCL	07-02-2009 Alpiarça 03007
		<i>Peso3 - ---; 60bar - ---; 60 - 8,64; comp - 4,18; altura -1,37</i>			
Triatlo Iniciados DE	1578	Sara Fernandes	1985 INI	NAC	29-01-2000 0003007
		<i>comp - 4.55; peso3 - 10.58; 60m - 8.84</i>			
Pentatlo Iniciados	2903,00	Rosa Domingues	1983 INI	CC	04-01-1998
		<i>60m - 8.5; altura - 1.42; peso3 - 11.62; 60bar - 9.9; comp - 4.48</i>			

