Versão 2026-11-17

RECORDES DISTRITAIS

Índice

AR LIVRE 1
INFANTIS – SUB 14 MASCULINOS - AL 1
INFANTIS – SUB 14 FEMININOS - AL 2
INICIADOS – SUB 16 MASCULINOS - AL 3
INICIADOS – SUB 16 FEMININOS - AL 5
JUVENIS – SUB 18 MASCULINOS - AL 7
JUVENIS – SUB 18 FEMININOS - AL 9
JUNIORES – SUB 20 MASCULINOS - AL 11
JUNIORES – SUB 20 FEMININOS - AL 13
SUB 23 MASCULNOS - AL 15
SUB 23 FEMININOS - AL 16
ABSOLUTOS MASCULINOS - AL 17
ABSOLUTOS FEMININOS - AL 19
PISTA COBERTA 21
INFANTIS – SUB 14 MASCULINOS - PC 21
INFANTIS – SUB 14 FEMININOS - PC 21
INICIADOS – SUB 16 MASCULINOS - PC 22
INICIADOS – SUB 16 FEMININOS - PC 23
JUVENIS – SUB 18 MASCULINOS - PC 24
JUVENIS – SUB 18 FEMININOS - PC 25
JUNIORES – SUB 20 MASCULINOS - PC 26
JUNIORES – SUB 20 FEMININOS - PC 27
SUB 23 MASCULINOS - PC 28
SUB 23 FEMININOS - PC 29
ABSOLUTOS MASCULINOS - PC 30
ABSOLUTOS FEMININOS - PC 31

AR LIVRE

INFANTIS – SUB 14 MASCULINOS - AL

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
60 M	Rafael Gonçalves	98	AC Vermoil	7.64	EM Leiria	14-05-2011
150 M	Fábio Dias	97	AC Vermoil	18.50	EM Leiria	29-05-2010
600 M	João Leal	98	J.Vidigalense	1.35,77pc	EC Pombal	10-12-2011
1.000 M	Casimiro Gomes	77	B. Anjos	2.50,1	Açoteias	11-03-1990
60 M B (0,76)	Fábio Dias	97	AC Vermoil	8.95 pc	EC Pombal	11-12-2010
Altura	Alexandre Figueiredo	98	J.Vidigalense	1.76	EM Leiria	25-06-2011
Vara	Denis Hrabar	07	J.Vidigalense	3.10 pc	EC Pombal	23-02-2020
Comprimento	Eduardo Valério	96	J.Vidigalense	5.86 pc	EC Pombal	26-12-2009
Quadruplo	Denis Hrabar	07	J.Vidigalense	14.36	EM Pombal	08-07-2020
Peso (3 Kg)	David Pereira	03	CAM Grande	15.12 pc	EC Pombal	17-12-2016
Dardo (500 g)	Gabriel Cunha	07	GD Pedreiras	36.38	CNL Leiria	02-07-2020
Disco (750 g)	André Santos	98	J.Vidigalense	41.33	CNL Leiria	17-12-2011
Martelo (3 Kg)	Carlos Oliveira	93	J.Vidigalense	38.62	CD Caldas	07-06-2006
3.000 M Marcha	Marcelo Gomes	97	GD Pedreiras	15.16.96	EM Leiria	29-05-2010
4 x 60 M	Seleção (1)			30.01	EM Leiria	01-05-2009
	J. Vidigalense (2)			31.16	E.Luso	11-04-2009
(1) Miguel Carreira (96), Eduardo Valério (96), Fábio Dias (97), Ricardo Bárbara (96)						
(2) Miguel Carreira (96), Tiago Vieira (96), Eduardo Valério (96), Ricardo Bárbara (96)						
Pentatlo	Fábio Dias	97	AC Vermoil	2706 pts	E.Luso	10-11/04/2010
	60 M / Comp. / 60 B (0,76) / Peso 3 / 1000					
	7.78 / 5.00 / 9.39 / 10.38 / 3.14.47					
	625 / 382 / 662 / 508 / 529					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM NO PROGRAMA OFICIAL						
2.000 M Marcha	Gonçalo Fonseca	79	B. Anjos	10.01.4	EM Leiria	11-04-1992
Arremesso Bola	José Fragona	92	J.Vidigalense	58.62	CD Caldas	11-06-2005
Tetratlo	Casimiro Gomes	77	B. Anjos	1957 pts	EN	30/06-01/07/90
	60 M / Comp. / Peso3 /1000					
Tetratlo	Bernardo Lopes	93	J.Vidigalense	1935 pts	EM MG	15-16/07/2006
	60B 076 / Altura / Peso3 / 1000					
	9.75 / 1.44 / 11.94 / 3.30.31					
	589 / 345 / 603 / 398					

INFANTIS – SUB 14 FEMININOS - AL

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
60 M	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	8.12 pc	EC Pombal	06-12-2008
150 M Man elect	Sarah Dias Joana Carlos	95 99	J.Vidigalense J.Vidigalense	19.3 19.62	P. Óbidos EM Leiria	31-05-2008 02-06-2012
600 M	Laura Ramos	02	CPRADB	1.44,16	EM Pombal	10-06-2015
1.000 M	Joana Ferreira	97	J.Vidigalense	3.10.21	Fontelo	24-04-2010
60 M (0,76)B	Camila Santos	13	J.Vidigalense	9.67	Pombal	27-06-2026
Altura	Rita Santos	76	B. Anjos	1.49 pc	P. Braga	16-12-1989
Vara	Bárbara Mota	00	AC Vermoil	2.40 pc	EC Pombal	22-12-2013
Comprimento	Diana Reis	12	J.Vidigalense	5.09	EM MGrande	25-10-2025
Quadruplo	Diana Reis	12	J.Vidigalense	13.44	EM MGrande	09-11-2025
Peso (2 Kg)	Cristiana Oliveira	84	CAM Grande	13.32	EM MG	15-03-1997
Dardo (400 g)	Lara Varela	13	CANAZ	29.21	CNL	15-11-2026
Disco (750 g)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	39.07	P Lovelhe	28-07-2004
Martelo (2 Kg)	Selma Correia	13	CANAZ	42.66	CNL Leiria	18-07-2026
3.000 M Marcha	Isa Ferreira	06	GD Pedreiras	17.02,88	EM Pombal	29-06-2019
4 x 60 M	J. Vidigalense (1)			32.31	EM Leiria	02-06-2012
(1) Catarina Santos (99),Mariana Neves (00), Mariana Sousa (99), Joana Carlos (99)						
Pentatlo	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	2849 pts	EULx	03-04/05/2008
	60 M / Peso2 / 60B 076 / Comp. / 1.000 M					
	8.42 / 9.81 / 10.52 / 4.71 / 3.47.31					
	849 / 517 / 618 / 482 / 383					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
1.000 M Marcha	Márcia Sampaio	79	B. Anjos	5.13.83	Fontelo	25-04-1992
2.000 M Marcha	Isa Ferreira	06	GD Pedreiras	10.39.23	EMMG	23-11-2019
Arremesso Bola	Jéssica Joaquim	92	B. Anjos	48.87	CD Caldas	10-06-2005
Tetratlo	Catarina Rafael	77	B. Anjos	2131 pts	EN	30/06-01/07/90
	60 M / Peso2 / Comp. / 1000					
Tetratlo	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	2006 pts	P.Óbidos	23-24/04/2005
	60B 076 / Peso2 / Altura / 1000					
	10.32 / 8.21 / 1.44 / 3.53.03					
	653 / 452 / 555 / 346					

INICIADOS – SUB 16 MASCULINOS - AL

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
80 M	João Morato	11	J.Vidigalense	9.11	Coimbra	08-07-2026
250 M Man elet	Francisco Silva João Pinto	03 97	J.Vidigalense CAM Grande	29.9 30.08	Óbidos EM Pombal	25-11-2017 10-06-2012
300 M	João Morato	11	J.Vidigalense	35.49	Seixal	07-06-2026
800 M	Nuno Cordeiro	06	J. Vidigalense	2.00.92	Lousada	25-07-2021
1.500 M	Paulo Pinto	71	CS Paulo VI	4.07.72	EN	14-06-1986
100 M B (0.84)	Rafael Gonçalves	98	AC Vermoil	13.67	EM Fátima	02-06-2013
250 M B (0,76)	Artur Koshchuk	94	J.Vidigalense	33.02	EM Leiria	10-05-2009
300 M B (0,76)	Lucas Morgado	12	J.Vidigalense	41.47	Seixal	06-06-2026
1.500 M Obst.	Samuel Santos	99	J. Vidigalense	4.29.74	Lisboa	14-06-2014
Altura	Fábio Dias Gabriel Cunha	97 07	AC Vermoil GD Pedreiras	1.90 1.90	EM Leiria EM Leiria	02-07-2011 11-06-2022
Vara	Fábio Dias Denis Hrabar	97 07	AC Vermoil J.Vidigalense	3.70 3.70	P.Abrantes EM Leiria	30-06-2012 11-06-2022
Comprimento	Gabriel Cunha	07	GD Pedreiras	6.99	V. Castelo	18-06-2022
Quadruplo	Bernardo Cunha	05	GD Pedreiras	16.28 pc	EC Pombal	23-02-2020
Triplo	João Matos	09	GD Pedreiras	13.82	Beja	07-07-2024
Peso (4 Kg)	Denis HraB	07	J.Vidigalense	15.58	P. Almada	09-07-2022
Disco (1 Kg)	Miguel Carreira	96	J.Vidigalense	60.33	CNL Leiria	10-08-2011
Dardo (600 g)	Oleksandr Lyashchenko	97	CAM Grande	57.60	CNL Leiria	15-12-2012
Martelo (4 Kg)	Rúben Antunes	99	J.Vidigalense	60.32	CNL Leiria	02-08-2014
4.000 M Marcha	José Silva	84	B. Anjos	18.22.1	Rio Maior	24-05-1998
4 x 80 M	Sel. Leiria (1)			36.26	EN	09-05-1993
1) Pedro Soares, Ricardo Santo, Jorge Batista, Alexandre Teixeira						
Clubes	J. Vidigalense (2) J. Vidigalense (3)			37.1 37.86	EMMG EM Leiria	23-05-2009 14-04-2007
2) Ricardo Mendes (94), João Moniz (94), Dyllan Pedro (95), Artur Koschuk (94)						
3) Jessy Neves (93), Vítor Mendes (92), Bernardo Lopes (93), Telmo Filipe (92						
Octatlo	Francisco Atafona	11	J.Vidigalense	4341	Ponta Delgada	25/26-04-2026
80m, Dardo (600g), Vara, 300m + 100m Barreiras, Disco (1 Kg), Altura, 1.000m						
09.31, 37.21, 01.80, 37.99, 14.36, 31.29, 1.61, 03:06.41						
791, 402, 103, 701, 779, 490, 472, 603						
Heptatlo	Gabriel Cunha	07	GD Pedreiras	4607 pts	Elvas	02-03/07/2022
	80 M / Comp. / Dardo 6 / 100B 084 / Peso 4 / Altura / 1.000 M					
	9.86 / 6.41 / 48.45 / 15.06 / 13.81 / 1.79 / 2.59.18					
	660 / 677 / 566 / 696 / 717 / 619 / 672					
Tetratlo 1	André Petriv	03	J. Vidigalense	2492	EM Pombal	16-06-2018
	100B 084 / Altura / Peso 4 / 800 M					

	14.94 / 1.79 / 10.26 / 3.00.20					
	710 / 619 / 501 / 662					
Tetratlo 2	Francisco Silva	03	J. Vidigalense	2525	V. Castelo	07-07-2018
	80 M / Comp. / Peso 4 / 1.000 M 9.46 / 5.69 / 11.53 / 2.59.10 753 / 521 / 578 / 673					
Tetratlo	Pedro Marcelino	09	J.Vidigalense	2144	EM Pombal	25-05-2024
100B / Comp. / Peso 4 / 1.000 M 15.24 / 5.42 / 9.99 / 3.15.62 675 / 465 / 485 / 519						
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
80 M B Man	João Fonseca	76	B. Anjos	11.8	EM Leiria	14-04-1991
(0,84) elect	Paulo Pires	78	B. Anjos	12.20	EN	08-05-1993
Dardo (400 g)	João Santos	84	J.Vidigalense	52.25	P.U.Aveiro	27-06-1999
3.000 M Marcha	Gonçalo Fonseca	79	M.C.Leiria	15.41.5	EM Leiria	30-04-1994
Hexatlo	João Alexandre	90	J.Vidigalense	3017pts	P. Óbidos	23-24/04/2005
	100B (0,84) / Comp. / Dardo 4 / Altura / Peso 4 / 1.000 M					
	15.46 / 5.44 / 40.61 / 1.72 / 10.04 / 3.17.08					
	542 / 469 / 451 / 560 / 488 / 507					

INICIADOS – SUB 16 FEMININOS - AL

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
80 M	Íris Silva	11	NDAP	9,75	Albufeira	30-05-2026
250 M	Joana Carlos	99	J. Vidigalense	33.70	EM Pombal	22-06-2014
300 M	Íris Silva	11	NDAP	39.87	Albufeira	31-05-2026
800 M	Ana Queiroz Alves	94	J.Vidigalense	2.14,55	E.Luso	28-06-2009
1.500 M	Ana Queiroz Alves	94	J.Vidigalense	4.36.62	E.Luso	27-06-2009
80 M B (0,76)	Íris Silva	11	NDAP	11.43	Albufeira	31-05-2026
250 M B (0,76)	Joana Gameiro	04	J.Vidigalense	36.06	EM Leiria	06-07-2019
300 M B (0,76)	Anais Baptista	94	J.Vidigalense	46.48	EM Leiria	11-06-2009
1.500 M Obst.	Joana Ferreira	97	ADR Mata	5.10.73	EM Leiria	04-06-2011
Altura	Cláudia Gameiro	80	J.Vidigalense	1.64	EULx	14-05-1995
Vara	Bárbara Mota	00	AC Vermoil	3.00 pc	EM Pombal	06-12-2015
Comprimento	Marta Carriço	07	Arneirense	5.76	P. Almada	09-07-2022
Quadruplo	Marta Carriço	07	Arneirense	13.91	EM Leiria	16-07-2022
Triplo	Anaïs Baptista	94	J.Vidigalense	11.56 pc	EC Pombal	13-12-2009
Peso (3 Kg)	Cristiana Oliveira	84	CAM Grande	13.82	Rio Maior	19-06-1999
Disco (750 g)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	50.64	CNL Leiria	30-07-2006
Dardo (500 g)	Francisca Mendes	11	J.Vidigalense	40.49	CNL Leiria	15-11-2026
Martelo (3 Kg)	Jéssica Galvão	95	Arneirense	49.89	CNL Leiria	11-12-2010
4.000 M Marcha	Isa Ferreira	06	GD Pedreiras	21.18.37	Coimbra	17-07-2021
4 x 80 M	J.Vidigalense			40.02	EM Leiria	10-05-2009
Daniela Ribeiro (94), Sarah Dias (95), Anais Baptista (94), Bruna Silva (94)						
Heptatlo	Diana Reis	12	J.Vidigalense	4267 pts	Lisboa	23-05-2026
80B (0,76) / Dardo 5 / Altura / 80 M / Comp. / Peso 3 / 800 M 12.14 / 20.14 / 1.58 / 10.66 / 5.19 / 9.23 / 2.42.47 873 / 291 / 712 / 855 / 612/ 479 / 545						
Tetratlo 1	Sofia Lavreshina	03	AC Vermoil	2190	EM Pombal	17-06-2017
	80 B / Peso 3 / Altura / 800 M 12.90 / 5.94 / 1.51 / 2.43.46 757 / 267 / 632 / 534					
Tetratlo 2	Mª Inês Teixeira	02	CAM Grande	2142	EM Pombal	17-07-2017
	80 M / Comp. / Peso 3 / 800 M 10.46 / 5.04 / 6.94 / 2.52.17 800 / 570 / 331 / 441					
Tetratlo	Alessandra Santos	09	J.Vidigalense	2263	Tetratlo 2	25 05-2024

	80 M / Peso 3 / Altura / 800 M 10.95 / 8.78 / 1.49 / 2.45.58 692 / 450 / 610 / 511					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
1.000 M	Ana Queirós Alves	94	J. Vidigalense	2.56.17	E.Albufeira	17-05-2009
60 M B (0.76)	Catarina Rafael	77	B. Anjos	9.31	Fontelo	25-04-1992
Milha	Joana Ferreira	97	ADR Mata	5.20,20	P.Tomar	07-07-2012
3.000 M Marcha	Isa Ferreira	06	GD Pedreiras	15.03.46 pc	EC Pombal	12-12-2021
Disco (1 Kg)	Micaela Sereno	00	J.Vidigalense	47.10	CNL Leiria	08-08-2015
Dardo (400 g)	Joana Gonçalves	83	J.Vidigalense	44.32	VRSAntº	10-05-1998
2.000 M Marcha	Sandra Monteiro	77	B. Anjos	9.35.4	EN	02-05-1992
Hexatlo	Eva Vital	92	Arneirense	3113 pts	EMMG	8-9/04/2006
	80B (0,76) / Altura / Dardo 4 / Comp. / Peso 3 / 800 M					
	12.37 / 1.48 / 19.86 / 5.34 / 6.39 / 2.44.10					
	751 / 599 / 286 / 654 / 296 / 527					

JUVENIS – SUB 18 MASCULINOS - AL

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
100 M	João Pinto	97	CAM Grande	10.84	EU Pombal	21-06-2014
200 M	Duarte Basílio	75	B. Anjos	22.01	Fontelo	31-05-1992
300 M	João Moniz	94	J.Vidigalense	35.30	E.Luso	14-05-2011
400 M	Tiago Dekie	08	LM Atlética	48.50	Belgica	07-06-2025
400 M Man	Duarte Basílio	75	B. Anjos	48.5	EN	17-05-1992
800 M	Nuno Cordeiro	06	J.Vidigalense	1.52.67	Maribor	24-07-2023
1.500 M	Raimundo Santos	67	Marinhense	3.56.85	EN	20-07-1984
3.000 M	Nuno Pereira	78	J.Vidigalense	8.41.4	1º Maio/Braga	02-07-1995
110 M B (0,91)	Eduardo Camacho	09	J.Vidigalense	14.10	Albufeira	31-05-2026
300 M B (0,84)	João Moniz	94	J.Vidigalense	38.79	EM Pombal	18-06-2011
2.000 M Obst.	Homilzio Santos	92	Arneirense	6.14.61	E.Luso	28-06-2009
Altura	Rodolfo Brites	91	B. Anjos	2.04	P. Faro	07-06-2008
Vara	Rui M. Marques	97	GAU Bajouca	4.70	Braga	04-07-2015
Comprimento	Eduardo Oliveira	04	J.Vidigalense	7.11	Lousada	24-07-2021
Triplo	João Matos	09	GD Pedreiras	15.53	Dakar	10-11-2026
Peso (5 Kg)	Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	16.67	Fontelo	27-04-1994
Disco (1,5 Kg)	Miguel Carreira	96	J.Vidigalense	49.45	EM Fátima	01-06-2013
Dardo (700 g)	Oleksandr Lyashchenko	97	CAM Grande	59.21	CNL Leiria	21-07-2012
Martelo (5 Kg)	Ruben Antunes	99	J.Vidigalense	72.03	CNL Leiria	06-07-2016
5.000 M Marcha	José Silva	84	B. Anjos	21.18.28	Rio Maior	10-05-2000
10KM Marcha (Est)	José Silva	84	B. Anjos	44.32	Rio Maior	15-04-2000
4 x 100 M	Seleção Leiria (1)			43.60	P.Abrantes	12-06-2016
1) João Silva (99), Lucas Dias (99), Erilk Kostrytsya (99), Miguel Baptista (99)						
Clubes	J. Vidigalense (2)			43.28	Beja	07-07-2024
2) António Vasconcelos (08), Rafael Dias (08), Salvador Oliveira (08), João Mota (07)						
Estafeta Medley	J. Vidigalense (3)			2.02.67	EM Fátima	21-06-2015
3) Erilk Kostrystsya (99), Rodrigo Duarte (98), Miguel Baptista (98), João Leal (98)						
Decatlo	Denis Hrabar	07	J.Vidigalense	7268 pts	Banská Bystrica, SVK	20/21-07-2024
	100M / Comp. / Peso 5 / Altura / 400 M / 110B (0,91) / Disco1,5 / Vara / Dardo 7 / 1.500					
	11.47 / 6.94 / 16.04 / 1.90 / 50.86 / 14.68 / 36.01 / 4.00 / 43.83 / 4.24.83					
	759 / 799 / 854 / 714 / 775 / 889 / 584 / 617 / 498 / 779					
Octatlo	Gabriel Cunha	06	GD Pedreiras	5730 pts	EM Pombal	29-30/04/2023
	100 M / Comp./ Peso 5 / 300M / 110B (0.91) / Altura / Dardo 7 / 1.000M					
	11.48 / 6.74 / 14.39 / 37.82 / 15.92 / 1.90 / 49.51 / 2.54.37					

	757 / 753 / 752 / 711 / 742 / 714 / 581 / 720					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
100 Jardas	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	10.82	Fontelo	01-05-2005
1.000 M	Duarte Basílio	75	B. Anjos	2.30.2	Fontelo	22-03-1992
2.000 M	Ricardo Henriques	84	CAM Grande	5.53.32	EM Leiria	02-12-2000
100 M B (0,91)	Filipe Santos	73	B. Anjos	14.10	Maia	16-06-1990
	Carlos Pires	76	B. Anjos	14.10	Maia	19-06-1993
200 M B (0,76)	Gonçalo Gameiro	83	J.Vidigalense	28.88	EULx	19-02-2000
400 M B (0,84)	Miguel Marques	05	J. Vidigalense	56.03	EM M.Grande	20-05-2022
1.500 M Obst.	Jorge Valente	71	Marinhense	4.29.8	EN	28-05-1988
4 x 300 M	J. Vidigalense (4)			2.32.98	P.Abrantes	24-06-2007
4) João Alexandre (90), Rafael Soares (91), Luís Batista (91), Cristiano Carreira (90						
4 x 400 M	Bairro Anjos (5)			3.32.96	Maia	24-05-1992
5) Duarte Basílio (75), João Afonso (76), João Fonseca (76), George Silva (76)						
Hexatlo	João Afonso	76	B. Anjos	4066 pts	EN	05-06/06/93
Estafeta Sueca	J.Vidigalense (3)			2.27.24	Fontelo	01-05-2005
3) Luís Fernandes (88), Steve Patrício (88), Diogo Santos (89), Bruno Gualberto (88)						
Octatlo IAAF	Kevin Wilson	90	B. Anjos	5719 pts	Ostrava	11-12/07/2007
	100 M / Comp. / Peso 5 / 400 M / 110B(0.91) / Altura / Dardo 7 / 1.000M					
	11.35 / 6.50 / 13.55 / 50.96 / 15.68 / 1.83 / 48.93 / 2.49.49					
	784 / 697 / 701 / 771 / 769 / 653 / 573 / 771					

JUVENIS – SUB 18 FEMININOS - AL

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
100 M	Margarida Godinho	10	J.Vidigalense	11.94	Beja	23-05-2026
200 M	Margarida Godinho	10	J.Vidigalense	24.50	Rieti- ITA	24-07-2026
300 M	Sofia Lavreshina	03	J.Vidigalense	39.84	EM Pombal	22-06-2019
800 M	Maria Jesus	08	AC Batalha	2.09.92	Viana Castelo	28-07-2024
1.500 M	Maria Jesus	08	AC Batalha	4.28.09	Banská Bystrica, SVK	18-07-2024
3.000 M	Maria Jesus	08	AC Batalha	9.36.70	Beja	29-06-2025
100 M B (0,76)	Eva Vital	92	Arneirense	13.39	Tampere (FIN)	22-07-2009
300 M B (0,76)	Lara Duarte	04	J.Vidigalense	44.44	Lousada	25-07-2021
2.000 M Obst.	Carlota Ferreira	07	J.Vidigalense	7.06.82	EM Leiria	19-07-2023
Altura	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	1.70 pc 1.70 pc	EC Pombal P. Alpiarça	13-01-2008 02-02-2008
Vara	Vera Lavrador Bárbara Mota Maria Manaça	88 00 09	J.Vidigalense AC Vermoil J.Vidigalense	3.40 3.40 3.40	Fontelo EM Pombal Coimbra	16-07-2005 18-06-2016 28-06-2026
Comprimento	Eva Vital	92	Arneirense	5.98	Fontelo	30-05-2009
	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	5.98 pc	EC Pombal	16-02-2013
Triplo	Eduarda Ferreira	01	J.Vidigalense	12.28 12.28 12.28	Abrantes Avila - Esp Abrantes	25-06-2017 01-07-2017 17-06-2018
Peso (3 Kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	14.83	CNL Leiria	24-02-2007
Disco (1 Kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	53.94	CNL Leiria	01-03-2008
Dardo (500 g)	Beatriz Silva	09	J.Vidigalense	48.59	CN Leiria	01-08-2026
Martelo (3 Kg)	Jéssica Galvão	95	Arneirense	59.91	CNL Leiria	22-05-2011
5.000 M Marcha	Raquel Carvalho	83	B. Anjos	24.56.1	P.Almada	04-08-2000
4 x 100 M	J. Vidigalense (1)			48.77	Lousada	24-07-2021
1) Vera Goucha (05), Carolina Caseiro (05), Lara Duarte (04), Joana Gameiro (04)						
Estafeta Medley	J. Vidigalense (2)			2.22.68	Beja	05-07-2026
2) Filipa Monteiro (09), Sara Oliveira (11), Margarida Godinho (10), Francisca Reis (10)						
Heptatlo	Vera Goucha	05	J.Vidigalense	4646 pts	EM Pombal	08-09/04/2022
	100B(0,76) / Altura / Peso 3 / 200 M / Comp. / Dardo 6 / 800 M					
	16.09 / 1.52 / 13.15 / 27.23 / 5.31 / 34.49 / 2.32.44					
	703 / 644 / 737 / 693 / 645 / 561 / 663					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
400 M	Sofia Lavreshina	07	J.Vidigalense	56.57	EC Pombal	01-02-2020
100 Jardas	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	11.49	EULx	19-02-2000

1.000 M	Ana Queiroz Alves	94	J. Vidigalense	2.54.61	Moscovo	21-05-2010
2.000 M	Carina Febra	83	CAM Grande	7.00.40	EM Leiria	28-11-1999
Milha	Joana Ferreira	97	ADR Mata	5.20,20	Tomar	07-07-2012
Milha (estrada)	Maria Jesus	08	AC Batalha	5.12.40	Tomar	13-01-2024
80 M B (0,76)	Eva Vital	92	Arneirense	11.90	EMMG	19-05-2007
400 M B (0,76)	Sofia Lavreshina	03	J.Vidigalense	63.99	EMMG	25-07-2020
3.000 M Marcha	Sandra Monteiro	77	B. Anjos	13.59.3	EN	23-04-1994
4.000 M Marcha	Sandra Monteiro	77	B. Anjos	18.53.39	Fontelo	18-06-1994
4 x 200 M	J. Vidigalense (3)			1.48.90 pc	EC Pombal	05-01-2020
3) Margarida Santos (04), Joana Gameiro (04), Mariana Videira (03), Lara Duarte (04)						
4 x 300 M	J. Vidigalense (4)			2.52.17 pc	P. Braga	08-02-2020
4) Joana Gameiro (04), Lara Duarte (04), Mariana Videira (03), Sofia Lavreshina (03)						
4 x 400 M	J. Vidigalense (5)			4.07.27 pc	EC Pombal	25-01-2020
5) Joana Gameiro (04), Lara Duarte (04), Mariana Videira (03), Sofia Lavreshina (04)						
Hexatlo	Liliana Viana	85	Arneirense	3804 pts	EMMG	27-28/07/2002
	100B(0,76) / Alt./ Peso 3 / Comp. / Dardo 6 / 800 M					
	15.02 / 1.65 / 11.45 / 5.07 / 27.68 / 2.43.48					
	839 / 795 / 625 / 578 / 433 / 534					

JUNIORES – SUB 20 MASCULINOS - AL

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
100 M Man	Bruno Ferreira	90	Arneirense	10.4	EMC	02-07-2008
100 M elect	Ernesto Rodrigues	2006	J.Vidigalense	10.62	Seixal	26-07-2025
200 M	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	21.69	EULx	29-07-2007
400 M	Luís Freitas	79	B. Anjos	47.63	Maia	18-07-1998
800 M	Nuno Cordeiro	06	J.Vidigalense	1.48.40	Bélgica	16-08-2025
1.500 M	Paulo Pinto	71	D. Pombal	3.52.91	Maia	12-05-1990
3.000 M	Bark Mohsine	07	CAMG	8.01.72	Espanha	06-06-2026
5.000 M	Pedro Rodrigues	06	J.Vidigalense	14.25.754	EM Coimbra	16-07-2025
110 M B (1,00)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	14.28	Viseu	09-07-2007
400 M B (0,91)	Telmo Correia	82	J.Vidigalense	53.15	EULx	11-07-2001
3.000 M Obst.	Bark Mohsine	07	CAMG	8.24.40	LAZ Wien, Wien (AUT)	20-06-2026
Altura	Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	2.13 pc	N.Espinho	25-02-2006
Vara	Rui M. Marques	98	GAU Bajouca	4.70	Braga	04-07-2015
Comprimento	Oleksandr Lyashchenko	95	CAM Grande	7.48	Braga	04-07-2015
Triplo	Oleksandr Lyashchenko	95	CAM Grande	15.08 pc	EC Pombal	15-02-2015
Peso (6 kg)	Francisco Belo	91	J.Vidigalense	18.16	Moncton	21-07-2010
Disco (1,750Kg)	Francisco Belo	91	J.Vidigalense	52.89	Setúbal	04-07-2010
Dardo (800 g)	Tiago Pires	98	J.Vidigalense	61.77	CNL Leiria	15-04-2017
Martelo (6Kg)	Ruben Antunes	99	J.Vidigalense	71.85	Vagos	30-06-2018
10.000 M Marcha	Eduardo Camarate	06	J. Vidigalense	43.47.72	Lumiar LX	20-07-2024
10KM Marcha (Est)	Eduardo Camarate	06	J. Vidigalense	41.36	Chéquia	18-05-2025
4 x 100 M	J.Vidigalense (1)			42.52	Viana Castelo	19-06-2021
1) Francisco Silva (03), Diogo Meneses (02), Eduardo Oliveira (04), João Calhau (02)						
4 x 400 M	Bairro Anjos (2)			3.22.86	Fontelo	13-06-1998
(2) Filipe Ferreira (79), Manuel Neves (79), Paulo Ferreira (79), Luís Freitas (79)						
Decatlo	Diogo Meneses	02	J. Vidigalense	6699 pts	EM Leiria	31/7-1/8-2021
	100 M / Comp. / Peso 6 / Alt. / 400 / 110B / Disco 1.75 / Vara / Dardo8 / 1.500					
	11.22 / 6.58 / 12.20 / 1.87 / 52.79 / 15.57 / 35.16 / 4.40 / 44.23 / 4.54.78					
	812 / 716 / 619 / 687 / 691 / 782 / 567 / 731 / 504 / 590					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS NACIONAIS						

100 Jardas	Duarte Basílio	75	B. Anjos	10.33	EN	27-02-1994
300 M	João Moniz	94	JV	35.30	EM Leiria	04-06-2011
500 M	João Afonso	76	J.Vidigalense	65.24	Fontelo	01-05-1995
1.000 M	Duarte Basílio	75	B. Anjos	2.30.2	Fontelo	22-03-1992
2.000 M	Carlos Matos	77	B. Anjos	5.45.4	EM Leiria	14-12-1996
10.000 M	João Ferreira	76	J.Vidigalense	31.09.1	1º Maio / Braga	13-07-1995
110 M B (1,06)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	15.20	P. Abrantes	16-07-2006
200 M B (0,91)	George Silva	76	B. Anjos	27.55	EN	20-02-1993
300 M B (0.91)	Alexandre Sousa	87	J.Vidigalense	41.1	EULx	22-04-2006
5.000 M Marcha	José Silva	84	B. Anjos	21.18.28	Rio Maior	10-05-2000
Milha	Nuno Pereira	78	J.Vidigalense	4.47.55	EN	21-02-1993
Disco (2Kg)	Paulo Bernardo	74	B. Anjos	48.56	Fontelo	30-05-1993
20KM Marcha (Est)	Gonçalo Fonseca	79	B. Anjos	1.37:42	Cacia	08-02-1998
100 M Elect	Ernesto Rodrigues	06	J.Vidigalense	10.96	Lumiar LX	20-07-2023
4 x 200 M	J. Vidigalense (3)			1.32.18pc	N. Espinho	23-02-2008
	3) Rafael Soares (81), Gonçalo Ribeiro (89), Miguel Martins (90), Cristiano Carreira (90)					
Estafeta Sueca	J. Vidigalense (4)			2.09.40	Fontelo	01-05-2005
	4) Alexandre Sousa (87), Carlos Lopes (87), Nuno Santos (86), Carlos Pereira (87)					
Decatlo	Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	5966 pts	EULx	27-28/07/96
	100 M / Comp. / Peso 7 / Alt. / 400 / 110B / Disco2 / Vara / Dardo8 / 1.500					
	11.63 / 6.69 / 12.44 / 1.71 / 54.48 / 17.12 / 37.74 / 3.25 / 43.30 / 5.00.67					
	725 / 741 / 633 / 552 / 620 / 612 / 619 / 418 / 490 / 556					

JUNIORES – SUB 20 FEMININOS - AL

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
100 M	Beatriz Castelhano	05	Arneirense	11.83	Viana Castelo	27-07-2024
200 M	Beatriz Castelhano	05	Arneirense	24.81	Viseu	14-07-2024
400 M	Sofia Lavreshina	03	J.Vidigalense	55.14	Maia	26-06-2021
800 M	Maria Jesus	08	AC Batalha	2.09.92	Viana Castelo	28-07-2024
1.500 M	Maria Jesus	08	AC Batalha	4.28.09	Banská Bystrica, SVK	18-07-2024
3.000 M	Maria Jesus	08	AC Batalha	9.36.70	Beja	29-06-2025
100 M B (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	13.66	EM Leiria	21-06-2009
400 M B (0,76)	Sofia Lavreshina	03	J.Vidigalense	58.96	Tallinn	16-07-2021
3.000 M Obst.	Filipa Eutíquio	96	J.Vidigalense	11.16.36	EM Fátima	31-05-2014
Altura	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	1.70 pc	EC Pombal	13-01-2008
	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	1.70 pc	P. Alpiarça	02-02-2008
Vara	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.62	EM Leiria	03-06-2006
	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.62	E. Seia	22-07-2006
Comprimento	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	6.10 pc	EC Pombal	21-02-2015
Triplo	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	12.83	Suécia	16-07-2015
Peso (4 Kg)	Mª Rosário Rodrigues	88	Arneirense	13.79	CD Caldas	28-06-2006
Disco (1 Kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	53.94	CNL Leiria	01-03-2008
Dardo (600 g)	Joana Gonçalves	83	J.Vidigalense	48.19	E.Ourense	23-02-2002
Martelo (4 Kg)	Vânia Silva	80	J.Vidigalense	57.53	EM Leiria	29-05-1999
10.000 M Marcha	Isa Ferreira	06	J.Vidigalense	47:41.95	Tampere Finlândia	09-08-2025
10KM Marcha (Est)	Isa Ferreira	06	J.Vidigalense	47.45	Poděbrady Rep. Checa	18-05-2025
4 x 100 M	J. Vidigalense (1)			47.83	EM Fátima	06-07-2013
(1) Jéssica Veiga (94), Tatiana Rosário (94), Débora Clemente (94), Evelise Veiga (96)						
4 x 400 M	J. Vidigalense (2)			3.57.90	EC Pombal	16-02-2020
(2) Lara Duarte (04), Sofia Duarte (01), Mariana Vidinha (04), Sofia Lavreshina (03						
Heptatlo	Catarina Rafael	77	B. Anjos	4886 pts	EULx	27-28/04/1996
	100 B(0,84) / Alt./ Peso 4 / 200M / Comp. / Dardo 6 / 800 M					
	15.55 / 1.56 / 10.70 / 27.41 / 5.58 / 37.30 / 2.19.15					
	770 / 689 / 575 / 678 / 723 / 616 / 835					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS NACIONAIS						

100 Jardas	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	11.49	EULx	19-02-2000
300 M	Sofia Lavreshina	03	J.Vidigalense	39.84	EM Pombal	22-06-2019
1.000 M	Ana Queirós Alves	94	J. Vidigalense	2.54.61	Moscovo	21-05-2010
2.000 M	Madalena Carriço	79	B. Anjos	6.31.2	EM Leiria	14-12-1996
5.00 M	Madalena Carriço	79	B. Anjos	17.19.33	EMC	20-07-1997
4 x 200 M	J. Vidigalense (3)			1.43.92	EC Pombal	20-01-2013
3) Jéssica Viegas (94), Tatiana Rosério (94), Débora Clemente (94), Evelise Veiga (96)						
Estafeta Sueca	J. Vidigalense (4)			2.25.37	Fontelo	01-05-2005
4) Maria Frazão (87), Joana Tomás (86), Juliana Neto (86), Diana Gaspar (87)						
3.000 M Marcha	Bruna Marques	02	J. Vidigalense	13.27.61	Guimarães	03-07-2021
5.000 M Marcha	Matilde Angélico	08	CA Grande	22.59.60	USA	08-08-2026
20 Km Marcha (Est)	Isa Ferreira	06	J.Vidigalense	1:41:45	Dublin	12-12-2025
Meia Maratona Marcha (Est)	Isa Ferreira	06	J.Vidigalense	1:47:29	Dublin	12-12-2025
Milha	Joana Ferreira	97	ADR Mata	5.20,20	P.Tomar	07-07-2012

SUB 23 MASCULNOS - AL

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
100 M Man	Bruno Ferreira	90	Arneirense	10.4	EMC	02-07-2008
100 M elect	Ernesto Rodrigues	2006	J.Vidigalense	10.60	Seixal	18-07-2026
200 M	Bruno Gualberto	88	J. Vidigalense	21.69	EULx	29-07-2007
400 M	Luís Freitas	79	B. Anjos	47.63	Maia	18-07-1998
800 M	Nuno Cordeiro	06	J.Vidigalense	1.46.46	LAZ Wien, Wien (AUT)	20-06-2026
1.500 M	Carlos Santos	73	Óptica 2001	3.44.94	Maia	16-07-1994
3.000 M	Bark Mohsine	07	CAMG	8.01.72	Espanha	06-06-2026
5.000 M	Tiago Jorge	06	J.Vidigalense	13.52.26	Oordegem (BEL)	01-08-2026
10.000 M	Vítor Vasco	70	Óptica 2001	29.48,95	Maia	25-04-1992
110 M B (1,06)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	14.41	EM Leiria	14-06-2009
400 M B (0,91)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	51.14	Kaunas	16-07-2009
3.000 M Obst.	Bark Mohsine	07	CAMG	8.24.40	LAZ Wien, Wien (AUT)	20-06-2026
Altura	Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	2.13 pc	N. Espinho	25-02-2006
Vara	Yanis Alves	96	J.Vidigalense	5.20	França	27-06-2018
Comprimento	Miguel Paim Marques	95	J.Vidigalense	7.73 pc	Amesterdão Holanda	28-01-2017
Triplo	Miguel Paim Marques	95	J.Vidigalense	15.55 pc	Lx – CAR	07-01-2017
Peso (7,260 kg)	Francisco Belo	91	J.Vidigalense	16.43	EULx	14-07-2010
Disco (2 Kg)	Paulo Bernardo	74	B. Anjos	53.16	Fontelo	01-05-1995
Dardo (800 g)	Rúben Santos	05	J.Vidigalense	66.34	Viseu	21-06-2025
Martelo (7.260 Kg)	Carlos Vicente	88	J.Vidigalense	64.82	CNL Leiria	21-02-2009
10.000 M Marcha	Anderson Callejas	00	LMA-L	41.33.43	EM Leiria	25-06-2022
10KM Marcha (Est)	Eduardo Camarate	06	J. Vidigalense	41.36	Chéquia	18-05-2025
20KM Marcha (Estr)	Hélder Santos	96	LMA-L	1.27:00	Polónia	16-07-2017
Meia Maratona Marcha	Tiago Sucena	2004	CAMG	1.37.08	Rio Maior	16-05-2026
4 x 100 M	J.Vidigalense (1)			42.35	1º Maio/Braga	12-07-2014
(1) Marco Rodrigues (95), Dyllan Pedro (95),Eduardo Valério (96), Giziel Lima (92)						
4 x 400 M	J.Vidigalense (2)			3.20.83	EM Leiria	14-06-2009
(2) Diogo Reis (89), Cristiano Carreira (90), Tiago Dias (90), Bruno Gualberto (88						
Decatlo	Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	6630 pts	EULx	1-2/05-1999
100 M / Comp. / Peso 7 / Alt. / 400 / 110B (1,06) / Disco 2 / Vara / Dardo8 / 1.500						
11.68 / 6.72 / 12.90 / 1.82 / 53.45 / 16.87 / 36.27 / 4.17 / 55.44 / 4.46.88						
715 / 748 / 661 / 644 / 663 / 638 / 589 / 665 / 669 / 638						

SUB 23 FEMININOS - AL

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
100 M	Beatriz Castelhano	05	Arneirense	11.59	Coimbra	05-07-2025
200 M	Anna Olsson	88	J.Vidigalense	24.48	Seixal	26-07-2009
400 M	Sofia Lavreshina	03	J.Vidigalense	55.14	Maia	26-06-2021
800 M	Micaela Lopes	92	J.Vidigalense	2.07.46	E. Luso	22-07-2012
1.500 M	Beatriz Azevedo	98	J.Vidigalense	4.22.47	Karlshrue - GER	30-05-2026
3.000 M	Marta Martins Andreia Pingueiro	92 98	J.Vidigalense	9.46.11 pc 9.39.89 pc	EC Pombal P. Braga	10-02-2013 08-03-2022
5.000 M	Lilia Martins	97	J.Vidigalense	16.51.69	EULx	10-06-2019
10.000 M	Marta Martins	92	J.Vidigalense	34.17.64	Marató - ESP	06-04-2013
100 M B (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	13.66	EM Leiria	21-06-2009
400 M B (0,76)	Sofia Lavreshina	03	J.Vidigalense	58.96	Tallinn	16-07-2021
3.000 M Obst.	Carla Reis	97	J.Vidigalense	10.39.90	Espanha Pallafrugel	26-05-2018
Altura	Liliana Viana	85	J.Vidigalense	1.73 pc	E. Luso	11-02-2006
Vara	Andreia Grácio	96	J.Vidigalense	3.80	Maia	26-06-2016
Comprimento	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	6.47	EM Pombal	01-07-2017
Triplo	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	13.29	Polonia	13-07-2017
Peso (4 Kg)	Eliana Bandeira	96	J.Vidigalense	16.63	Lisboa	29-06-2018
Disco (1 Kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	53.94	CNL Leiria	01-03-2008
Dardo (600 g)	Joana Gonçalves	83	J.Vidigalense	49.03	EULx	08-06-2003
Martelo (4 Kg)	Vânia Silva	80	J.Vidigalense	68.43	Madrid	03-07-2002
10.000 M Marcha	Bruna Marques	02	J.Vidigalense	47.16.50	EM Leiria	25-06-2022
10KM Marcha (Est)	Isa Ferreira	06	J.Vidigalense	47.45	Poděbrady Rep. Checa	18-05-2025
20KM Marcha (Estr)	Joana Pontes	00	LMA-L	1:36.07	Sismaria	07-11-2021
Meia Maratona Marcha (Est)	Isa Ferreira	06	J.Vidigalense	1:47:29	Dublin	14-2-2025
4 x 100 M	J. Vidigalense (1)			47.83	EM Fátima	06-07-2013
(1) Jéssica Veiga (94), Tatiana Rosário (94), Débora Clemente (94), Evelise Veiga (96)						
4 x 400 M	J.Vidigalense (2)			3.53.32	Maia	26-07-2016
(2) Bruna Silva (94), Evelise Veiga (96), Carla Mendes (94), Jéssica Veiga (94)						
Heptatlo	Vera Goucha	05	J.Vidigalense	5054 pts	1ºMaio Braga	02/03-08-2025
	100 B(0,84) / Alt./ Peso 4 / 200M / Comp. / Dardo 6 / 800 M					
	14.81 / 1.55 / 11.24 / 25.44 / 5.40 / 34.87 / 2.20.965					
	867 / 678 / 611 / 847 / 671 / 569 / 811					

ABSOLUTOS MASCULINOS - AL

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
100 M	Ancuiam Lopes	91	J. Vidigalense	10.37	Maia	25-06-2016
200 M	Ancuiam Lopes	91	J. Vidigalense	21.41	Meru	05-06-2016
400 M	Luís Freitas	79	B. Anjos	47.63	Maia	18-07-1998
800 M	Nuno Cordeiro	06	J.Vidigalense	1.46.46	LAZ Wien, Wien (AUT)	20-06-2026
1.500 M	Carlos Santos	73	Óptica 2001	3.44.94	Maia	16-07-1994
5.000 M	Tiago Jorge	06	J.Vidigalense	13.52.26	Oordegem (BEL)	01-08-2026
10.000 M	Vítor Vasco	70	Óptica 2001	29.35.1	Maia	20-07-1994
110 M B (1,06)	Edson Gomes	98	J.Vidigalense	13.77	Braga	11-07-2026
400 M B (0,91)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	51.14	Kaunas	16-07-2009
3.000 M Obst.	Bark Mohsine	07	CAMG	8.24.40	LAZ Wien, Wien (AUT)	20-06-2026
Altura	Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	2.13 pc	N.Espinho	25-02-2006
Vara	Yanis Alves	96	J.Vidigalense	5.20	Lingolsheim	27-06-2018
Comprimento	Miguel Marques	95	J.Vidigalense	7.73 pc	Amesterdão Holanda	28-01-2017
Triplo	Carlos Calado	75	B. Anjos	16.58 pc	Espanha	20-02-2005
Peso (7,260 Kg)	Daniel Santiago	95	J.Vidigalense	16.67	Braga	23-02-2020
Disco (2 kg)	Paulo Bernardo	74	B. Anjos	60.61	EULx	24-07-2005
Dardo (800 g)	Rúben Santos	05	J.Vidigalense	66.34	Viseu	21-06-2025
Martelo(7,260 Kg)	Miguel Carreira	96	CAM Grande	69.45	VN Cerveira	10-07-2022
10.000 M Marcha	Anderson Callejas	00	LMA-L	41.33.43	EM Leiria	25-06-2022
10KM Marcha (Est)	Eduardo Camarate	06	J. Vidigalense	41.36	Chéquia	18-05-2025
20KM Marcha (Estr)	Hélder Santos	96	LMA-L	1.27.00	Bydgoszcz	16-07-2017
Meia Maratona Marcha	Tiago Sucena	2004	CAMG	1.37.08	Rio Maior	16-05-2026
35KM Marcha Estr	Hélder Santos	96	LMA-L	2:38.14	Lepe Espanha	30-01-2022
50KM Marcha (Estr)	Hélder Santos	96	LMA-L	4:07.27	Podebrady	16-05-2021
4 x 100 M	J. Vidigalense (1)			41.59	Braga	21-07-2018
1) Wilson Martins (88), Samuel Remédios (92), Pedro Bernardo (89), Cláudio Tavares (92),						
4 x 400 M	J. Vidigalense (2)			3.18.15	Braga	22-07-2018
2) Rafael Ramusga (00), Milton Hassany (90), Tiago Freire (94), Claudino Tavares (92)						
Maratona	Mário Sousa	61	Óptica 2001	2:12:12	Veneza	09-10-1994
Decatlo	Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	6630 pts	EULx	01-02/05/99

	100 M / Comp./ Peso 7 / Alt./ 400M / 110 B / Disco / Vara / Dardo / 1.500					
	11.68 / 6.72 / 12.90 / 1.82 / 53.45 / 16.87 / 36.27 / 4.17/ 55.44 / 4.46.88					
	715 / 748 / 661 / 644 / 663 / 638 / 589 / 665 / 669 / 638					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
100 Jardas	Duarte Basílio	75	B. Anjos	10.33	EN	27-02-1994
300 M	César Pedreira	86	J.Vidigalense	34.99	INATEL Lx	06-05-2007
500 M	Amílcar Leal	75	J.Vidigalense	1.05.09	EULx	27-02-1999
1.000 M	Cristóvão Fernandes	83	B. Anjos	2.25.2	Stade Les Perrets	29-03-2003
2.000 M	Avelino Frias	64	J.Vidigalense	5.36.3	EM Leiria	06-12-1997
3.000 M	Bark Mohsine	07	CAMG	8.01.72	Espanha	06-06-2026
100 KM	Rogério Vieira	66	C.A. Barreira	8:25:10	Viana Castelo	28-06-2003
200 M B (0,91)	João António	75	J.Vidigalense	26.47	EULx	22-02-1997
300 M B (0,91)	Alexandre Sousa	87	J.Vidigalense	41.1	EULx	22-04-2006
Milha	Paulo Pinto	71	D.Pombal	4.15.96	EN	11-05-1991
4 x 200 M	J. Vidigalense (3)			1.30.44 pc	N. Espinho	07-02-2010
3) Pedro Lopes (92), Gonçalo Ribeiro (89), Cristiano Carreira (90), Bruno Gualberto (88)						
Estafeta Sueca	J. Vidigalense (4)			1.59.16	Fontelo	01-05-1995
4) Artur Ribeiro, Duarte Basílio (75), João Afonso (76), Filipe Delgado						
5.000 M Marcha	Pedro Santos	92	J.Vidigalense	21.09.42 pc	EC Pombal	21-02-2019
20.000 M Marcha (Pista)	Hélder Santos	96	LMA-L	1.27:05.53	Leiria	28-07-2021

ABSOLUTOS FEMININOS - AL

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
100 M	Beatriz Castelhano	05	Arneirense	11.59	Coimbra	05-07-2025
200 M	Anna Olsson	88	J.Vidigalense	24.41	EULx	08-07-2012
400 M	Joceline Monteiro	90	J.Vidigalense	55.11	Braga	21-07-2018
800 M	Sofia Duarte	01	J.Vidigalense	2.04.29	Tábor (CZE)	30-05-2026
1.500 M	Carla Mendes	94	J.Vidigalense	4.16.06	Huelva – ESP	20-06-2019
5.000 M	Susana Francisco	91	J.Vidigalense	16.41.98	Maia	26-06-2016
10.000 M	Joana Ferreira	97	J.Vidigalense	34.06.47	Coimbra	10-04-2021
100 M B (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	13.66	EM Leiria	21-06-2009
400 M B (0,76)	Sofia Lavreshina	03	J.Vidigalense	58.96	Tallinn	16-07-2021
3.000 M Obst.	Lilia Martins	97	J.Vidigalense	10.23.27	Leiria	30-07-2022
Altura	Liliana Viana	85	Individual	1.82	EU Lx	30-07-2011
Vara	Andreia Grácio	96	J.Vidigalense	3.80	Maia	26-06-2016
Comprimento	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	6.47	EM Pombal	01-07-2017
Triplo	Lecabela Quaresma	89	J.Vidigalense	13.90	Sotteville	17-07-2018
Peso (4 Kg)	Eliana Bandeira	96	J.Vidigalense	16.63	Lisboa	20-06-2018
Disco (1 Kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	53.94	CNL Leiria	01-03-2008
Dardo (600 g)	Joana Gonçalves	83	J.Vidigalense	49.03	EULx	08-06-2003
Martelo (4 Kg)	Vânia Silva	80	J.Vidigalense	68.82	EULx	14-07-2004
10.000 M Marcha	Daniela Cardoso	91	LMA-L	46.03,44	Rio de Janeiro	15-05-2016
10KM Marcha (Est)	Isa Ferreira	06	J.Vidigalense	47.45	Poděbrady Rep. Checa	18-05-2025
20KM Marcha (Est)	Susana Feitor	75	LMA-L	1:33.34	Batalha	27-02-2016
35KM Marcha (Est)	Joana Pontes	00	LMA-L	3:09.07	Tóquio	13-09-2025
4 x 100 M	J. Vidigalense (1)			47.29	EM Leiria	12-07-2025
(1) Raquel Lourenço (96), Vera Goucha (05), Lara Duarte (04), Katerina Quinn (08)						
4 x 400 M	J.Vidigalense (2)			3.51.76	Braga	22-07-2018
(2) Ana Moreira (98), Bruna Silva (94),Carla Mendes (94), Joceline Monteiro (90)						
Maratona	Patrícia Carreira	91	OfftelRunners	2:55.20	Badajoz	22-03-2015
Heptatlo	Lacabela Quaresma	89	J.Vidigalense	5950 pts	Berlim	10-11/8/2018
	100 B / Alt. / Peso 4 / 200 M / Comp./ Dardo 6 / 800 M					
	14.19 / 1.79 / 13.64 / 25.61 / 6.10 / 39.27 / 2.14.70					
	952 / 966 / 770 / 832 / 880 / 653 / 894					

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
100 Jardas	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	11.49	EULx	19-02-2000
300 M	Sofia Lavreshina	03	J.Vidigalense	39.84	EM Pombal	22-06-2019
1.000 M	Ana Queirós Alves	94	J. Vidigalense	2.56.17	E.Albufeira	17-04-2009
2.000 M	Madalena Carriço	79	B. Anjos	6.31.2	EM Leiria	14-12-1997
300 M B (0,76)	Catarina Bastos	86	J.Vidigalense	43.9	EULx	22-04-2006
3.000 M	Joana Ferreira	97	J.Vidigalense	9.33.02	EULx	08-08-2020
4 x 200 M	J.Vidigalense (3)			1.47.78	Fontelo	01-05-2003
3) Juliana Neto (86), Mafalda Ribeiro (83), Maria Frazão (87), Cátia Ferreira (83)						
Estafeta Sueca	J.Vidigalense (4)			2.25.37	Fontelo	01-05-2005
4) Maria Frazão (87), Joana Tomás (86), Juliana Neto (86), Diana Gaspar (87)						
3.000 M Marcha	Daniela Cardoso	91	LMA-L	12.49.18pc	EC Pombal	20-02-2016
5.000 M Marcha	Daniela Cardoso	91	LMA-L	22.52.84	Fátima	18-06-2016
20.000 M Marcha	Joana Pontes	00	LMA-L	1:38.10.00	Leiria	28-07-2021
Meia Maratona Marcha (Est)	Isa Ferreira	06	J.Vidigalense	1:47:29	Dublin	14-2-2025
Milha	Andreia Pingueiro	97	J.Vidigalense	5.05.46	Marinha Grande	24-04-2023

PISTA CURTA

INFANTIS – SUB 14 MASCULINOS - PC

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
60 M	Rodrigo Duarte	98	J.Vidigalense	7.81	EC Pombal	10-12-2011
150 M	Fábio Dias	97	AC Vermoil	18.52	EC Pombal	11-12-2010
600 M	João Leal	98	J.Vidigalense	1.35.77	EC Pombal	10-12-2011
60 B (0.76)	Fábio Dias	97	AC Vermoil	8.95	EC Pombal	11-12-2010
1.000 M	Rafael Morgado	08	J.Vidigalense	3.00.89	EC Pombal	18-12-2021
Altura	Eduardo Valério	96	J.Vidigalense	1.65	EC Pombal	05-12-2009
	Fábio Dias	97	AC Vermoil	1.65	P. Óbidos	20-11-2010
	Alexandre Figueiredo	98	J.Vidigalense	1.65	EC Pombal	12-03-2011
	Alexandre Figueiredo	98	J.Vidigalense	1.65	EC Pombal	03-12-2011
Comprimento	Eduardo Valério	96	J.Vidigalense	5.86	EC Pombal	26-12-2009
Quadruplo	Guilherme Dias	01	J.Vidigalense	12.39	EC Pombal	09-03-2013
Vara	Denis Hrabar	07	J.Vidigalense	3.10	EC Pombal	23-02-2020
Peso (3 kg)	David Pereira	03	CAM Grande	15.12	EC Pombal	17-12-2016
2.000 Marcha	Rodrigo Lopes	01	GAC Vento	11.14,6	EC Pombal	08-12-2012
Triatlo Técnico	Gabriel Cunha	07	GD Pedreiras	1528 pts	EC Pombal	09-02-2020
	60 B (0,76) / Peso 3 / Comp.					
	9.89 / 11.59 / 5.01					
	562 / 582 / 384					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
Triatlo	Alexandre Costa	86	J.Vidigalense	1171 pts	P. Braga	23-01-1999
	60M /Peso3 /Comp.					
4 x 150 M	J. Vidigalense (1)			1.27.51	EC Pombal	18-12-2010
1) Tiago Pires (98), Francisco Cordeiro (98), Dário Joaquim (98), João Neves (97)						

INFANTIS – SUB 14 FEMININOS - PC

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
60 M	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	8.12	EC Pombal	06-12-2008
150 M	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	20.18	EC Pombal	01-03-2008
	Joana Carlos	99	J.Vidigalense	19.8	EC Pombal	22-12-2012
600 M	Filipa Eutíquio	96	CB Alcobaça	1.44.7	EC Pombal	07-12-2009
60 MB (0,76)	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	10.02	EC Pombal	30-12-2007
1.000 M	Filipa Eutíquio	96	CB Alcobaça	3.12.19	EC Pombal	21-02-2009
Altura	Rita Santos	76	B. Anjos	1.49	P. Braga	16-12-1989
Comprimento	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	4.87	EC Pombal	28-12-2008
Quadruplo	Juliana Brites	00	J.Vidigalense	12.97	EC Pombal	09-03-2013
Vara	Bárbara Mota	00	AC Vermoil	2.40	EC Pombal	22-12-2013
Peso (2 kg)	Inês Carreira	00	J.Vidigalense	11.80	P. Braga	28-12-2013
2.000 M Marcha	Tânia Pires	99	J.Vidigalense	10.59,2	EC Pombal	08-12-2012
Triatlo Técnico	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	1750 pts	EC Pombal	27-01-2008
	60 B (0,76) / Peso 2 / Comp.					
	10.11 / 10.35 / 4.80					
	692 / 552 / 506					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
Triatlo	Camila Santos	13	J.Vidigalense	1745 pts	Braga	31-01-2026
60M /Peso2 /Comp.						
08.53/10.24/4.81						
692/545/508						
4 x 150 M	AC Vermoil (1)			1.27,8	EC Pombal	18-12-2010
1) Cláudia Freire (98), Esmeralda Marques (97), Stefany Oliveira (97), Manuela Martins (98)						

INICIADOS – SUB 16 MASCULINOS - PC

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA

60 M	Artur Koshchuk	94	J.Vidigalense	7.29	EC Pombal	05-12-2009
250 M	João Ribeiro	97	UDS Guarda	30.64	EC Pombal	30-12-2012
300 m	João Morato	11	J.Vidigalense	36.74	Braga	07-02-2026
800 M	Edgar Alexandre	97	UDS Guarda	2.06.13	EC Pombal	17-12-2011
1.500 M	Tiago Silva	04	GA Caranguejeira	4.19,52	EC Pombal	22-12-2019
60 B (0,84)	Fábio Dias	97	AC Vermoil	8.53	N. Espinho	22-01-2012
Altura	Fábio Dias	97	AC Vermoil	1.88	N. Espinho	22-01-2012
Vara	Fábio Dias	97	AC Vermoil	3.70	EC Pombal	08-12-2012
	Denis Hrabar	07	J.Vidigalense	3.70	EC Pombal	17-12-2022
Comprimento	Gabriel Cunha	07	GD Pedreiras	6.47	EC Pombal	11-12-2021
Quadruplo	Bernardo Cunha	04	GD Pedreiras	16.28	EC Pombal	23-02-2020
Triplo	João Matos	09	GD Pedreiras	13.42	P Braga	04-02-2024
Peso (4 kg)	David Pereira	03	CAM Grande	15.03	EC Pombal	25-02-2018
3.000 Marcha	Bruno Pedro	93	GAC Vento	14.35,77	EC Pombal	27-01-2008
Triatlo Técnico	Gabriel Cunha	07	GD Pedreiras	2117pts	Alpiarça	06-03-2022
60B (0.84) / Comp./ Peso 4						
9.03 / 6.27 / 14.06						
739 / 646 / 732						
Triatlo Opc.	Francisco Atafona	11	J.Vidigalense	1878 pts	Braga	31-01-2026
Peso4/60M B. /Alt.						
10.61/ 8.67/ 01.69						
522/820/536						
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
1.000 M	Leonardo Mendes	08	AC Batalha	2:50:53	EC Pombal	19-03-2023
Pentatlo	Bruno Carmo	81	J.Vidigalense	2465 pts	P. Aveiro	06-07/01/96
	60/ Comp /Peso4 60B / Alt.					

INICIADOS – SUB 16 FEMININOS - PC

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA

60 M	Beatriz Castelhano	05	Arneirense	7.87	EC Pombal	23-02-2020
250 M	Joana Carlos	99	J.Vidigalense	34.09	EC Pombal	28-12-2014
800 M	Maria Jesus	08	A.C. Batalha	2.20.29	EC Pombal	28-12-2023
1.500 M	Eduarda Silva	05	J.Vidigalense	4.55.09	EC Pombal	26-12-2020
60 M B (0,76)	Eva Vital	92	Arneirense	8.90* 9.09	P. Alpiarça P. Alpiarça	24-02-2007 27-01-2007
	*) Barreiras de juvenis femininos					
Altura	Cláudia Gameiro	80	J.Vidigalense	1.62	P. Aveiro	15-01-1995
Vara	Bárbara Mota	00	AC Vermoil	3.00	EC Pombal	06-12-2015
Comprimento	Marta Carriço	07	Arneirense	5.58	EC Pombal	17-12-2022
Quadruplo	Sofia Quintino	05	Arneirense	13.36	EC Pombal	23-02-2020
Triplo	Anaïs Baptista	94	J.Vidigalense	11.56	EC Pombal	13-12-2009
Peso (3 kg)	Cristiana Oliveira	84	CAM Grande	12.89	P. Alpiarça	27-02-1999
3.000 M Marcha	Isa Ferreira	06	GD Pedreiras	15.03.46	EC Pombal	12-12-2021
Triatlo Técnico	Diana Reis	12	J.Vidigalense	1776 pts	Braga	31-01-2026
Altura, / 60 B (0.76) / Peso 3						
1.48, 9.72, 08.19						
599, 765, 412						
Triatlo Técnico	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	1908 pts	N. Espinho	23-01-2010
	Comp. / 60 B (0.76) / Peso 3					
	5.33 / 9.68 / 9.30					
	651 / 773 / 484					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
300 M Man	Ana Queiroz Alves	94	J.Vidigalense	43.7	EC Pombal	05-12-2009
300 M Elect	Margarida Godinho	10	J.Vidigalense	42.64	EC Pombal	27-12-2025
Tetratlo	Ágata Correia	79	B. Anjos	2127 pts	P. Aveiro	06-07/02/93
Pentatlo	Alexandra Fernandes	84	B. Anjos	2926 pts	N. Espinho	19-20/12/98
	60 / Alt /Peso3 / 60B / Comp					

JUVENIS – SUB 18 MASCULINOS - PC

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA

60 M	João Pinto	97	CAM Grande	6.93	EC Pombal	28-12-2014
200 M	João Pinto	97	CAM Grande	22.21	EC Pombal	23-02-2014
300 M	António Vasconcelos	08	J. Vidigalense	35.84	EC Pombal	01-02-2025
800 M	Nuno Cordeiro	06	J.Vidigalense	1.53.96	EC Pombal	11-02-2023
1.500 M	Nuno Cordeiro	06	J.Vidigalense	3.59.42	EC Pombal	25-02-2023
3.000 M	Tiago Silva	04	GA Caranguejeira	8.37.07	EC Pombal	11-12-2021
60 MB (0,91)	João Rocha	92	B. Anjos	8.24	P. Alpiarça	07-03-2009
Altura	Ricardo Mendes	94	J.Vidigalense	2.00	EC Pombal	23-01-2011
Vara	João Matos	09	GD Pedreiras	4,67	Zaragoza	29-03-2026
Comprimento	André Pimenta	01	J.Vidigalense	6.95	EC Pombal	03-02-2018
Triplo	João Matos	09	GD Pedreiras	15,10	EC Braga	22-03-2026
Peso (5 kg)	Denis Hrabar	07	J.Vidigalense	16,72	EC Pombal	21-01-2024
5.000 M Marcha	José Silva	84	B. Anjos	21.50.89	N. Espinho	05-02-2000
4 x 200 M	J.Vidigalense			1.33.14	EC Pombal	02-02-2025
Rafael Dias (08), Eduardo Camacho (09), Salvador Oliveira (08) e António Vasconcelos (08)						
Triatlo Técnico	Denis Hrabar	07	J.Vidigalense	2393 pts	EC Pombal	09-03-2024
	60 B 8.38 – 888 / Peso5 15.02 - 791/ Altura 1.90 - 714					
Triatlo Técnico 2	Gabriel Cunha	07	GD Pedreiras	2278 pts	EC Pombal	18-03-2023
	Comp 6.73- 750 / 60 m 7.32 - 772 / Peso5 14.45 - 750					
Heptatlo	Denis Hrabar	07	J.Vidigalense	5418 pts	Ourense ESP	16/17-03-2024
	60 M / Comp / Peso 5 / Altura / 60B (0,91) / Vara / 1.000 M					
	7.37 / 6.74 / 15.45 / 1.86 / 8.42 / 4.40 / 02.46.41					
	755 / 753 / 817 / 679 / 879 / 731 / 804					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
400 M	Duarte Basílio	75	B. Anjos	50.5	P. Braga	29-02-1992
Milha	Edgar Alexandre	96	UDSG	4.37.75	EC Pombal	01-03-2013
4 x 300 M	J. Vidigalense (2)			2.49.4	EC Pombal	07-12-2008
2) Dyllan Pedro (95), Luís Ferreira (92), Ricardo Fernandes (92), Fábio Remigio (93						
4 x 400 M	Bairro Anjos (3)			3.42.27	P. Braga	29-12-1995
3) Pedro Soares, Jorge Batista, Paulo Pires, Ricardo Santo						
Hexatlo	Luís Cardoso	85	B. Anjos	3384 pts	P. Braga	29-30/12/2001
	60 M/ Comp./ Peso5 / 60 B 0,91 / Altura / 1.000 M					
	7.73 / 5.81 / 12.44 / 9.5/ 1.58 / 3.11.87					

JUVENIS – SUB 18 FEMININOS - PC

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
60 M	Eva Vital	92	Arneirense	7.56	EC Pombal	21-02-2009

200 Mm	Sofia Lavreshina	03	J. Vidigalense	25.25	EC Pombal	25-01-2020
300 M	Sofia Lavreshina	03	J.Vidigalense	39.85	P. Braga	09-02-2020
800 M	Maria Jesus	08	A.C. Batalha	2.15.60	P Braga	25-02-2024
1.500 M	Maria Jesus	08	A.C. Batalha	4.35.75	P Braga	03-02-2024
3.000 M	Joana Ferreira	97	ADR Mata	10.10.68	EC Pombal	09-02-2014
60 M B (0,76)	Eva Vital	92	Arneirense	8.64	EC Pombal	10-01-2009
Altura	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	1.70 1.70	EC Pombal P. Alpiarça	13-01-2008 02-02-2008
Vara	Bárbara Mota	00	AC Vermoil	3.20	EC Pombal	08-01-2017
Comprimento	Evelise Veiga	96	J. Vidigalense	5.98	EC Pombal	16-02-2013
Triplo	Eduarda Ferreira	01	J.Vidigalense	12.23	EC Pombal	18-02-2018
Peso (3 kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	14.44	P. Alpiarça	22-12-2007
3.000 M Marcha	Sandra Monteiro	77	B. Anjos	14.13.0	P. Braga	20-02-1994
4 x 200 M	AC Batalha (1)			1.47.29	EC Pombal	02-02-2025
1) Beatriz Alves (08), Íris Passos (08), Inês Marques (09) e Daniela Venda (09)						
Triatlo Técnico	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	2364pts	P. Alpiarça	02-02-2008
	60B / Peso3 / Altura					
Pentatlo	Sónia Machado	98	J. Vidigalense	3440 pts	EC Pombal	28-02-2015
	60 B 0.76/ Altura / Peso 3 / Comp. / 800 m					
	9.26 / 1.58 / 11.97/ 5.08 / 2.35.00					
	856 / 712/ 659 / 581/ 632					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
400 m	Sofia Lavreshina	03	J.Vidigalense	56.57	EC Pombal	01-02-2020
Milha	Mariana Cordeiro	96	CAM Grande	5.31.54	EC Pombal	09-03-2013
4 x 300 m	J. Vidigalense (2)			2.52.17	Braga	08-02-2020
3) Joana Gameiro (04), Lara Duarte (04), Mariana Videira (03), Sofia Lavreshina (03)						
Triatlo	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	1956 pts	P. Braga	29-01-2000
	60m / Peso 3 / Altura					
Pentatlo	Catarina Rafael	77	B. Anjos	3159 ts	P. Aveiro	067/02/1993
	60m / Comp. / Peso 3 / 60 M B 0.76 / Altura					

JUNIORES – SUB 20 MASCULINOS - PC

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
60 M	João Pinto	97	CAM Grande	6,89	EC Pombal	14-12-2015

200 M	João Mota	07	J.Vidigalense	21.92	EC Pombal	16-02-2025
400 M	Luís Freitas	79	B. Anjos	49.12	N. Espinho	21-02-1998
	Luís Freitas	79	B. Anjos	49.12	N. Espinho	28-02-1998
800 M	Nuno Cordeiro	06	J.Vidigalense	1.50.39	EC Pombal	23-02-2025
1.500 M	Nuno Cordeiro	06	J.Vidigalense	3.54.51	EC Pombal	12-01-2025
3.000 M	Tiago Jorge	06	J.Vidigalense	8.28.35	EC Pombal	09-02-2025
60 M Bar (1,00)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	8.29	N. Espinho	11-02-2006
Altura	Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	2.13	N. Espinho	25-02-2006
Vara	João Matos	09	GD Pedreiras	4,63	EC Braga	21-03-2026
Comprimento	Oleksandr Lyashc.	97	CAM Grande	7.38	EC Pombal	14-02-2015
Triplo	João Matos	09	GD Pedreiras	15,10	EC Braga	22-03-2026
Peso (6 kg)	Francisco Belo	91	J.Vidigalense	16.27	N. Espinho	25-01-2009
5.000 M Marcha	Eduardo Camarate	06	J.Vidigalense	20:19.28	EC Pombal	15-03-2025
4 x 200 M	J.Vidigalense (1)			1.32.18	N. Espinho	23-02-2008
1) Rafael Soares (81), Gonçalo Ribeiro (89), Miguel Martins (90), Cristiano Carreira (90)						
Heptatlo	Kevin Wilson	90	B. Anjos	4798 pts	EC Pombal	29-30/12/2007
	60 m / Comp. /Peso 6 / Altura / 60B 1,00 / Vara / 1.000 m					
	7.15 / 6.75 / 11.86 / 1.84 / 8.95 / 3.70 / 3.00.21					
	830 / 755 / 598 / 661 / 757 / 535 / 662					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
300 M	João Moniz	94	J.Vidigalense	36.22	EC Pombal	20-02-2011
60 M B (1,06)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	8.47	N. Espinho	26-02-2006
Milha	Edgar Alexandre	96	UDSG	4.37.75	EC Pombal	09-03-2013
1.000 M	Tiago Dias	90	J.Vidigalense	2.33.79	EC Pombal	26-12-2009
Peso (7.260 Kg)	Francisco Belo	91	J.Vidigalense	15.64	N. Espinho	28-02-2010
4 x 400 M	B. Anjos (2)			3.27.03	N. Espinho	01-03-1998
2) Filipe Ferreira (79), Paulo Ferreira (79), Manuel Neves (79) , Luís Freitas (79)						
Pentatlo	Pedro Raposo	74	B. Anjos	3358 pts	P. Aveiro	06-07/02/1993
	60m / Comp / Peso 7 / 60 B 1,06 / Altura					
Heptatlo	João Afonso	76	J.Vidigalense	4333 pts	P. Braga	21-22/01/1995
	60 m / Comp. / Peso 7 / Altura / 60B 1,06 / Vara / 1.000 m					
	7.27 / 6.68 / 10.09 / 1.78 / 9.95 / 2.70 / 2.40.55					
	789 / 739 / 491 / 610 / 551 / 286 / 867					

JUNIORES – SUB 20 FEMININOS - PC

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
60 M	Beatriz Castelhano	05	Arneirense	7.53	P. Braga EC Pombal	24-02-2024 02-03-2024

200 M	Tatiana Rosário	94	J.Vidigalense	25.20	EC Pombal	20-01-2013
400 M	Sofia Lavreshina	03	J.Vidigalense	56.57	EC Pombal	01-02-2020
800 M	Sofia Duarte	01	J.Vidigalense	2.12.57	EC Pombal	01-03-2020
1.500 M	Maria Jesus	08	AC Batalha	4.35.75	P Braga	03-02-2024
3.000 M	Marta Martins	92	J.Vidigalense	9.59.62	EC Pombal	27-02-2011
60 MB (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	8.56	EC Pombal	01-03-2009
Altura	Cláudia Gameiro	80	J.Vidigalense	1.70	N. Espinho	15-02-1998
	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	1.70	EC Pombal	13-01-2008
	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	1.70	P. Alpiarça	02-02-2008
Vara	Filipa Dinis	05	J.Vidigalense	3.60	EC Pombal	18-02-2024
Comprimento	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	6.10	EC Pombal	21-02-2015
Triplo	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	12.57	EC Pombal	22-02-2015
Peso (4 kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	12.99	EC Pombal	05-01-2008
3.000 M Marcha	Sandra Monteiro	77	B. Anjos	13.34.36	P. Braga	17-02-1996
4 x 200 M	J.Vidigalense (1)			1.43.92	EC Pombal	20-01-2013
1) Jéssica Viegas (94), Tatiana Rosário (94), Débora Clemente (94), Evelise Veiga (96						
Pentatlo	Catarina Rafael	77	B. Anjos	3446 pts	P. Braga	03-02-1996
	60 B 0,84 / Altura / Peso 4 / Comp. / 800 m					
	9.42 / 1.50 / 11.02 / 5.41 / 2.26.99					
	824 / 621 / 596 / 674 / 731					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
Milha	Mariana Cordeiro	96	CAM Grande	5.31.54	EC Pombal	09-03-2013
300 M	Sofia Lavreshina	03	J.Vidigalense	39.85	P. Braga	09-02-2020
4 x 400 M	J.Vidigalense (2)			3.57.90	EC Pombal	16-02-2020
2) Lara Duarte (04), Sofia Duarte (01), Mariana Vidinha (04), Sofia Lavreshina (03)						

SUB 23 MASCULINOS - PC

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA

60 M	Ernesto Rodrigues	2006	J.Vidigalense	6.87	Jamor	14-03-2026
200 M	João Mota	07	J.Vidigalense	21.92	EC Pombal	16-02-2025
400 M	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	48.75	EC Pombal	28-02-2009
800 M	Nuno Cordeiro	06	J.Vidigalense	1.49.48	Ourense	21-02-2026
1.500 M	Rúben Silva	93	J.Vidigalense	3.50.56	EC Pombal	25-01-2015
3.000 M	Carlos Santos	73	Óptica 2001	8.19.88	P. Braga	19-02-1995
60 MB (1,06)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	8.25	EC Pombal	14-02-2010
Altura	Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	2.13	N. Espinho	25-02-2006
Vara	Pedro M. Alves	93	CAM Grande	4.80	EC Pombal	08-02-2015
	Soares Yanis	96	J.Vidigalense	4.80	EC Pombal	03-03-2018
Comprimento	Miguel Marques	95	J.Vidigalense	7.73	Amesterdão	28-01-2017
Triplo	Miguel Marques	95	J.Vidigalense	15.55	CAR-Jamor	07-01-2017
Peso (7260 kg)	Adriano Lopes	91	J.Vidigalense	15.84	N. Espinho	19-02-2012
5.000 M Marcha	Eduardo Camarate	06	J.Vidigalense	20:19.28	EC Pombal	15-03-2025
4 x 400 M	J. Vidigalense (1)			3.22.00	EC Pombal	31-01-2010
1) Cristiano Carreira (90), Pedro Lopes (92), Diogo Reis (89), Bruno Gualberto (88)						
Heptatlo	João Afonso	76	J.Vidigalense	4379 pts	P. Braga	3/4-02-1996
	60 m Comp. /Peso 7 / Altura / 60B 1,06 / Vara / 1.000 m					
	7.30 / 6.56 / 11.19 / 1.78 / 10.22 / 3.01 / 2.40.92					
	779 / 711/ 557 / 610 / 500 / 359 / 863					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
300 M	João Moniz	94	J.Vidigalense	36.22	EC Pombal	20-02-2011
Milha	Edgar Alexandre	96	UDSG	4.37.75	EC Pombal	09-03-2013
1.000 M	Daniel Cabecinhas	02	GAUB	2.33.70	EC Pombal	19-03-2023
4 x 200 M	J.Vidigalense (2)			1.30.44	N. Espinho	07-02-2010
2) Pedro Lopes (92), Gonçalo Ribeiro (89), Cristiano Carreira (90), Bruno Gualberto (88)						

SUB 23 FEMININOS - PC

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA

60 M	Beatriz Castelhano	05	Arneirense	7.41	CAR LX	01-02-2025
200 M	Tatiana Rosário	94	J.Vidigalense	25.20	EC Pombal	20-01-2013
400 M	Sofia Lavreshina	03	J.Vidigalense	56.57	EC Pombal	01-02-2020
800 M	Sofia Duarte	01	J.Vidigalense	2.08.11	EC Pombal	04-03-2023
1.500 M	Beatriz Azevedo	05	J. Vidigalense	4.27.37	EC Pombal	22-02-2025
3.000 MM	Andreia Pingueiro	98	J.Vidigalense	9.39.89	P. Braga	08-03-2020
60 MB (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	8.56	EC Pombal	01-03-2009
Altura	Liliana Viana	85	J.Vidigalense	1.73	N. Espinho	11-02-2006
Vara	Andreia Grácio	96	J.Vidigalense	3.65	EC Pombal	27-02-2016
Comprimento	Evelise Veiga	96	J. Vidigalense	6.23	EC Pombal	18-02-2017
Triplo	Evelise Veiga	96	J. Vidigalense	12.94	EC Pombal	26-02-2017
Peso (4 kg)	Eliana Bandeira	96	J.Vidigalense	15.73	EC Pombal	03-03-2018
3.000 M Marcha	Joana Pontes	00	LMA-L	13.16.27	EC Pombal	05-03-2022
4 x 400 M	J.Vidigalense (1)			3.55.97	EC Pombal	05-03-2023
1) Joana Gameiro (04), Vera Goucha (05), Mariana Vidinha (04), Sofia Duarte (01)						
Pentatlo	Vera Goucha	05	J.Vidigalense	3601 pts	Zaragoza	29-03-2026
	60 B 0.76/ Altura / Peso 4 / Comp. / 800 m					
	8.87 / 1.54 / 11.51 / 5.37 / 2.28.95					
	937 / 666 / 629 / 663 / 706					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
300 M	Sofia Lavreshina	03	J. Vidigalense	39.85	P. Braga	09-02-2020
600M	Catarina Rafael	77	B. Anjos	1.44,12	P. Braga	26-01-1997
Milha	Mariana Cordeiro	96	CAM Grande	5.31.54	EC Pombal	09-03-2013
4 x 200 M	J.Vidigalense (2)			1.43.7	EC Pombal	03-02-2013
2) Debora Clemente (94), Sara Martins (91), Jéssica Viegas (94), Tatiana Rosário (94)						

ABSOLUTOS MASCULINOS - PC

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
60 M	Paulo Neves	74	B. Anjos	6.84	N. Espinho	29-01-2000

200 M	João Mota	07	J.Vidigalense	21.92	EC Pombal	16-02-2025
400 M	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	48.75	EC Pombal	28-02-2009
800 M	Nuno Cordeiro	06	J.Vidigalense	1.49.48	Ourense	21-02-2026
1.500 M	David Azevedo	00	J.Vidigalense	3.49.06	EC Pombal	28-01-2024
3.000 M	Avelino Frias	64	J.Vidigalense	8.12.11	P. Braga	16-02-1997
60 MB (1,06)	Samuel Remédios	92	J.Vidigalense	7.98	EC Pombal	11-02-2018
60 MB (1,06)	Edson Gomes	98	J.Vidigalense	7.98	Catalunha	23-01-2026
Altura	Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	2.13	N. Espinho	25-02-2006
Vara	Pedro Fernandes	02	CAM Grande	5.02	Zaragoza	29-03-2026
Comprimento	Miguel Marques	95	J.Vidigalense	7.73	Amesterdão	28-01-2017
Triplo	Carlos Calado	75	B. Anjos	16.58	Espanha	20-02-2005
Peso (7260 kg)	Daniel Santiago	95	J.Vidigalense	16.67	Braga	23-02-2020
5.000 M Marcha	Eduardo Camarate	06	J.Vidigalense	20:19.28	EC Pombal	15-03-2025
4 x 400 M	J.Vidigalense (1)			3.18.58	EC Pombal	09-02-2025
1) João Pinto (97), João Mota (07), Nuno Cordeiro (06) e Gabriel Morim (02)						
Heptatlo	Samuel Remédios	92	J.Vidigalense	5980 pts	EC Pombal	10-11/02/2018
	60 m / Comp. / Peso 7 / Altura / 60B 1,06 / Vara / 1.000 m					
	6.92 / 7.52 / 13.70 / 2.03 / 7.98 / 5.00 / 2.57.33					
	911 / 940 / 710 / 831 / 987 / 910 / 691					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
300 M	João Moniz	94	J.Vidigalense	36.22	EC Pombal	20-02-2011
Milha	Edgar Alexandre	96	UDSG	4.37.75	EC Pombal	09-03-2013
1.000 M	David Azevedo	00	J.Vidigalense	2.27.47	EC Pombal	20-01-2024
4 x 200 M	J. Vidigalense (2)			1.30.44	N. Espinho	07-02-2010
(2) Pedro Lopes (92), Gonçalo Ribeiro (89), Cristiano Carreira (90), Bruno Gualberto (88)						
Pentatlo	Pedro Raposo	74	B. Anjos	3358 pts	P. Aveiro	06-7/02/1993
	60m / Comp / Peso 7 / 60 B 1,06 / Altura					

ABSOLUTOS FEMININOS - PC

PROVA	ATLETA	Ano	CLUBE	MARCA	LOCAL	DATA
60 M	Beatriz Castelhano	05	Arneirense	7.41	CAR LX	01-02-2025
200 M	Tatiana Rosário	94	J.Vidigalense	25.20	EC Pombal	20-01-2013

400 M	Sofia Lavreshina	03	J. Vidigalense	56.57	EC Pombal	01-02-2020
800 M	Lilian Silva	82	J.Vidigalense	2.07.76	P. Braga	04-02-2006
1.500 M	Lilian Silva	82	J.Vidigalense	4.25.00	N. Espinho	18-02-2006
3.000 M	Joana Ferreira	97	J. Vidigalense	9.35.91	P. Braga	23-02-2020
60 MB (0,84)	Raquel Lourenço	89	J. Vidigalense	8.50	EC Pombal	11-02-2024
Altura	Lecabela Quaresma	89	J.Vidigalense	1.76	Birmingham	02-03-2018
Vara	Andreia Grácio	96	J.Vidigalense	3.65	EC Pombal	27-02-2016
Comprimento	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	6.23	EC Pombal	18-02-2017
Triplo	Evelise Veiga	96	J. Vidigalense	12.94	EC Pombal	26-02-2017
Peso (4 kg)	Eliana Bandeira	96	J.Vidigalense	15.73	EC Pombal	03-03-2018
3.000 M Marcha	Daniela Cardoso	91	LMA-L	12.59.15	EC Pombal	14-02-2015
4 x 400 M	J.Vidigalense (1)			3.56.31	EC Pombal	22-02-2015
1) Jéssica Viegas (94), Leslie Delgado (89), Evelise Veiga (96), Micaela Lopes (92)						
Pentatlo	Lecabela Quaresma	89	J.Vidigalense	4424 pts	Birmingham	02-03-2018
	60 MB 0.84/ Altura / Peso 4 / Comp. / 800 m					
	8.51 / 1.76 / 14.12 / 6.01 / 2.19.85					
	1015 / 928 / 802 / 853 / 826					
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL						
300 M	Sofia Lavreshina	03	J. Vidigalense	39.85	P. Braga	09-02-2020
600 M	Catarina Rafael	77	B. Anjos	1.44.12	P. Braga	26-01-1997
Milha	Mariana Cordeiro	96	CAM Grande	5.31.54	EC Pombal	09-03-2013
4 x 200 M	J.Vidigalense (2)			1.43.7	EC Pombal	03-02-2013
2) Debora Clemente (94), Sara Martins (91), Jéssica Viegas (94), Tatiana Rosário (94)						