

Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

Recordes AADP Absolutos Femininos Ar Livre



Corridas

Recorde	Marca	Obsv.	Nome	Ano Nasc.	Escalão	Clube	Local	Data
100 Metros	12,73	-1,3	Matilde Feiteirona	2006	JUV	AJJ	Beja	05/06/2022
200 Metros	27,37		Catarina Ribeiro	2001	JUN	AJJ	Leiria	14/07/2019
400 Metros	1,02,76		Raquel Trabuco	1986		CFOE	Elvas	10/06/2011
800 Metros	2,20,24		Raquel Trabuco	1986		CEN	Castelo de Vide	01/07/2012
1500 Metros	4,37,77		Raquel Trabuco	1986		CFOE	Elvas	07/05/2011
3000 Metros	10.40,90		Vanda Rosa			ACP	Aveiro	09/05/1999
5000 Metros	17,49,4		Vitorina Mourato	1964		ACP	Castelo de Vide	22/01/2000
10000 Metros	36,51,72		Vitorina Mourato	1964		ACP	Maia	04/05/1994
Maratona	2,50,19		Vitorina Mourato	1964		ACP	Lisboa	28/11/1993
3000 Metros Obstaculos	13,42,6		Liliana Paredes			ACP	Portalegre	06/06/2007
100 Metros Barreiras	16,81	0,84	Catarina Ribeiro	2001	JUN	AJJ	Leiria	14/07/2019
400 Metros Barreiras	1,13,57		Carla Pereira			CEN	Seixal	21/05/2005

Saltos

Salto em Comprimento	5,06		Madalena Barradas	2009	INIC	AJJ	Beja	02/04/2023
Salto em Altura	1.56		Madalena Barradas	2009	INIC	AJJ	Beja	03/06/2023
Triplo Salto	9.90		Olinda Falcão			ACP	Elvas	28/05/2005
Salto com Vara								

Lançamentos

Martelo (4kg)	30.03		Carina Nunes			CEN	Seixal	28/05/2005
Dardo (0.600gr)	30.07		Cátia Mergulhão			ACP	Beja	16/06/2001
Peso (4kg)	10,24		Margarida Castelinho	2002	JUN	AJJ	CAR-Lisboa	08/12/2018
Disco /1kg)	27.78		Sandra Rodrigues			EFC	Castelo de Vide	10/04/1999

Combinadas, Estafetas e Marcha

Heptatlo	3424		Ana Barroco			CFOE	Luso	12/06/2011
4 * 100 Metros	54,1		Tatiana Magrinho- Paula Lopes-			AADP	Ponte Sôr	04/04/2009
4 * 400 Metros	4,29,31		Ana Vilhais- Raquel Cabanas-			CEN	Guimarães	05/06/2005
10 000 m Marcha			Mónia Figueira- Carla Pereira-					
20 Km Marcha			Inês Coutinho- Vanessa					
50 Km Marcha								

*TODAS AS MARCAS DE 100 E 200 METRO SEMPRE QUE POSSIVEL DEVEM FAZER REFERENCIA AO VENTO.