



		Recordes	Regional AAS Ar Livre			Iniciados (Femininos)
80 Metros Planos	1 0,24	+ 0,8 Mariana Antonio	1998 Ini	SCA	20/04/2013 Rio Maior 20015	
250 Metros Planos	3 3,42	Marta Gonçalves	2003 Ini	AEAC	01/07/2018 Fátima 20025	
800 Metros	2 1 7,43	Sandra Ramos	1974 Ini	CNRM	23/07/1989 9400000	
1.500 Metros	4 4 0,84	Ana Raquel	1976 Ini	CUAB	05/05/1990 9000000	
80 M Barreiras-0,76	1 1,69	Mariana Antonio	1998 Ini	SCA	29/06/2013 1300000	
250 M Barreiras-0.76	3 6,80	Mariana Antonio	1998 Ini	SCA	25/05/2013 Abrantes 20019	
1.500 Mt.Obstáculos	5 0 1,05	Nádia Carvalho	2001 Ini	NSTN	06/06/2015 Braga 03036	
4X80 Metros	4 0,59	Seleção Santarém	1997 Ini	AAS	02/06/2012 1200000	
		<i>mariana antonio1998/mariana gil1997/mariana rodrigues1997/elizandra alberto1997</i>				
4.000 Metros Marcha	2 1 2 0,86	Mara Ribeiro	1995 Ini	CNRM	05/06/2010 1000000	
Salto em Altura	1,70	Ana M. Oliveira	1995 Ini	GAF	17/04/2010 Abrantes 20019	
Salto Com Vara	2,80	Andreia Gracio	1996 Ini	ADRAB	03/07/2011 Abrantes 20027	
Salto em Comprimento	5,71	+ 0,8 Ana M. Oliveira	1995 Ini	GAF	18/04/2010 Abrantes 20019	
Triplo Salto	11,60	Ana M. Oliveira	1995 Ini	GAF	27/11/2010 1000000	
Triplo Salto	11,60	Ana M. Oliveira	1995 Ini	GAF	27/11/2010 1000200	
Lançam.Martelo-3Kq	41,76	Patricia Penteado	1992 Ini	SCA	22/07/2007 0700000	
Lançamento Peso-3Kq	13,68	Marisa Pão-alvo	1979 Ini	CNRM	18/06/1994 9400000	
Dardo 500 Gr	33,37	Sofia Gonçalves	2001 Ini	A20KM	23/04/2016 Febres 30034	
Disco 0,750 Kg	32,07	Carolina Rodrigues	1991 Ini	NSC	21/05/2006 0600000	
Heptatlo - Iniciados	4475,00	Ana M. Oliveira	1995 Ini	GAF	02/05/2010 1000000	
		<i>12,82; 20,32; 1,68; 10,64; 5,56; 9,28; 2 34.40</i>				