

## INICIADOS



FEMININOS	RN	RECORDES INICIADOS PISTA DE ATLETISMO GEMEOS CASTRO				
prova		marca	atleta	A.N.	clube	data
60m		8.76	Ana Borges	90	SCB	10,05,03
80m	9.6	11.04	Susana Rodrigues	93	AAVR	20,04,08
250m	34.1					
800m	2.10,48	2.43,03	Virgínia Delgado	93	AAVC	20,04,08
1000m		3,14,02	Ana Pereira	90	AME	10,05,03
1500m	4.22,22					
1500 obst.	5.16,36					
60br		12.05	Marta Monteiro	90	CAAVIN	10,05,03
80br	11.9	13.69	Sílvia Flórido	93	AAP	19,04,08
250br.	39.01					
Altura	1.79	1.49	Ana Monjane	93	AAB	19,04,08
Vara	3.45					
Comprimento	5.82	4.47	Kelly Magalhães	90	JUNI	26,04,03
Triplo	11.69					
Peso 3Kg	14.19	8.52	Marlene Chaves	94	AAB	20,04,08
Disco 1kg	38.7					
Martelo 3kg	51.62					
Dardo 500 GR	32.93	18.57	Magda Ferreira	94	AABR	19,04,08
Heptatlo	4003	3,099	Sílvia Flórido	93	AAP	20,04,08
2000march		12,36,34	Vanessa Barbosa	91	CSG	11,05,03
3000 marcha	12.56,0					
4000 marcha	19.20,7					
4x80 metros	40.2					
Arrem Bola		26.8	Ana Borges	90	SCB	26,04,03
MASCULINOS						
60m		9.18	Diogo Santos	91	FCP	10,05,03
80m	9	9.93	Bruno Giesteira	93	AAB	19,04,08
250m	28.95					
800m	1.56,03					
1000m	2.29,2	2.59,84	Diogo Coelho	93	AAVC	20,04,08
1500m	4.03,5					
1500 obst.	4.42,24					
60br		10.93	Diogo Fernandes	90	CSGAI	10,05,03
100br	13.24	15.31	Fábio Verde	93	AAVC	20,04,08
250br.	33.22					
Altura	1.99	1.64	Alexandre Almeida	93	AAP	20,04,08
Vara	4.3					
Comprimento	6.73	5.64	Fábio Verde	93	AAVC	19,04,08
Triplo	13.75					
Peso 4KG	19.52	11.19	Fábio Verde	93	AAVC	20,04,08
Disco 1kg	65.82					
Martelo 4kg	72.51					
Dardo 600 GR	61.3	34.43	Alexandre Almeida	93	AAP	19,04,08
Heptatlo	4119	3,301	Diogo Costa	93	AAP	20,04,08
3000marcha	13.22,6	20,49,04	Fabio Gonçalves	90	ALFE	11,05,03
4000marcha	18.22,1					
5000marcha	22.56,0					
4x80 clubes	36.18					
Arrem Bola		39.37	Joaquim Rodrigues	90	RIB	26,04,03