



Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

Recordes Distritais

AR LIVRE

Em 07.07.2025

Sub 18 – Masculinos

Provas	Marca	Obsv.	Nome	Nasc.	Escalão	Clube	Local	Data	Detalhes
100 Metros	11.46		Yaroslav Kolodiy	02.01.1999		CEN	Vendas Novas	09/05/2015	
	11.1 TM		Pedro Ferreira			ADDC	Elvas	2611/2011	
200 Metros	23,38	1,4	Miguel Miranda	21.06.2008	JUV	ADCV	Portalegre	02/07/2025	
	23,3 TM		Pedro Ferreira			ADDC	Ponte de Sôr	07/01/2012	
300 Metros	36.06		Yaroslav Kolodiy	02.01.1999		CEN	Braga	07/07/2015	
400 Metros	55.12		Bernardo Maneta	2005	JUV	BARBA	Beja	25/06/2022	
800 Metros	1.58.43		Arlindo Oliveira			CFOE	Lisboa (Alvalade)	21/06/1992	
1500 Metros	4.04.67		Fábio Mendes			EFC	Guimarães	17/05/2003	
3,000 Metros	9.02.05		José Aragonês			SCE	Lisboa(Estádio Nacional)	24/05/1986	
2.000 Metros Obsts (0,84m)	6.18.95		Bruno Paixão	1984	JUV	ACP	Maia	23/06/2001	
110 Metros Barreiras (0,91m)	15,94	+1,7	Miguel Miranda	21.06.2008	JUV	ADCV	Beja	06/07/2024	
300 Metros Barreiras (0,84m)	44,08		Miguel Miranda	21.06.2008	INIC	ADCV	Rio Maior	11/06/2023	
400 Metros Barreiras (0,84m)	60,37		Miguel Miranda	21.06.2008	JUV	ADCV	Beja	29/06/2025	
Salto em Comprimento	6.57		Yaroslav Kolodiy	02.01.1999		CEN	Lisboa	15/06/2014	
Salto em Altura	1.85		Helder Galveia			ACF	Fronteira	26/06/1993	
Triplo Salto	13.08		António Costa			ACP	Portalegre	15/06/1995	
Salto com Vara	3,10		Luis Mansinho			CCFB	Beja	15/06/2002	
Martelo (5kg))	57.45		Vitor Rodrigues			EFC	Coimbra	20/06/1998	
Peso (5kg)	14,08		José Silva	09.10.2005	JUV	AJJ	Ponte de Sôr	19/02/2022	
Disco (1,500 gr)	38,93		José Silva	09.10.2005	JUV	AJJ	Beja	13/03/2022	
Dardo (0.700gr)	62,20		Guilherme Velez	13.05.2006	JUV	AJJ	V.N. Cerveira	23/04/2023	



Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

Recordes Distritais

AR LIVRE

Em 07.07.2025

Sub 18 – Masculinos

Provas	Marca	Obsv.	Nome	Nasc.	Escalão	Clube	Local	Data	Detalhes
Decatlo	3590		João Miranda	28.06.2000	JUV	EBJR	Leiria	30/07/2017	
Octatlo	4366		Pedro Ferreira			ADDC	Luso	12/06/2011	
Triatlo Técnico	1555		João de Deus	20.03.2009	JUV	CEN	Ponte de Sôr	11/01/2025	
Triatlo Opcional	1483		Alexandre Tavares	06.06.2002	JUV	ACP	Castelo de Vide	28/01/2019	
4 x 100 Metros	46.63		Seleção distrital			AADP	Lisboa (Est. Universitário)	13/05/1995	David Marrucho - Amândio Serrano - Hugo Serra - António Costa
Estafeta Medley	2.25.23		Seleção distrital			AADP	Viana do Castelo	18/05/2025	Nayara Varaela - Miguel Miranda - Maria Madeira - Dinis Pinto
5.000 m Marcha	26.44.6		Pedro Carreiras			SOFIMO	Lisboa (Estádio Nacional)	22/05/1993	



Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

Recordes Distritais

AR LIVRE

Em 07.07.2025

Sub 16 – Masculinos

Provas	Marca	Obs	Nome	Nasc.	Escalão	Clube	Local	Data	Detalhes
80 Metros	9.44 (TA)		Yaroslav Kolodiy	02.01.1999	INIC	CEN	Lisboa	14/06/2014	
200 Metros	26,42		Guilherme Fernandes	24.02.2004	INIC	AJJ	CAR-Lisboa	12/01/2019	
250 Metros	34,10		Miguel Miranda	21.06.2008	INIC	ADCV	Castelo de Vide	25/02/2023	
300 Metros	39.0		Jorge Rocha			SRB	Fronteira	23/06/1993	
800 Metros	2.01,21		Fábio Mendes			EFC	Elvas	04/05/2002	
1000 Metros	2.50,7		Afonso Sequeira	2006		CEN	Castelo de Vide	29/05/2021	
1500 Metros	4.06,9		Fábio Mendes			EFC	Castelo de Vide	30/05/2002	
1500 m Obstáculos	4.34.88		Diogo Praxedes			EBJR	Braga	06/03/2015	
100 Metros Barreiras (0,84m)	15.03	-0,3	Miguel Miranda	21.06.2008	INIC	ADCV	Lagoa	21/05/2023	
250 Metros Barreiras (0,84m)	35,43		Miguel Miranda	21.06.2008	INIC	ADCV	Lagoa	20/05/2023	
300 Metros Barreiras (0,84m)	45.9		Hugo Valério			APGAV	Fronteira	20/04/1997	
Salto em Comprimento	6.57		Yaroslav Kolodiy	02.01.1999	INIC	CEN	Lisboa	15/06/2014	
Quadruplo Salto	13,89		Guilherme Fernandes	2004	INIC	AJJ	Ponte Sôr	07/07/2019	
Salto em Altura	1.72		Nélio Pinheiro			ACF	Lisboa (Estádio Universitário)	14/04/1996	
Triplo Salto	11.51		Nélio Pinheiro			ACF	Fronteira	28/05/1995	
Salto com Vara	2.50		Luís Mansinho			CCFB	Maia	21/05/2000	
Martelo 4kg)	32,55		Luis Mansinho		INIC	CCFB	Castelo de Vide	6/4/2000	
Dardo (0.600gr)	52,11		Guilherme Velez	13.05.2006	INIC	AJJ	Coimbra	7/17/2021	
Peso (4kg)	13,96		Guilherme Velez	13.05.2006	INIC	AJJ	Lisboa	5/15/2021	
Disco (1kg)	44,12		Guilherme Velez	13.05.2006	INIC	AJJ	Beja	5/22/2021	
Heptatlo	4143		Yaroslav Kolodiy	02.01.1999	INIC	CEN	Elvas	04/05/2014	
Triatlo	1355		Miguel Miranda	21.06.2008	INIC	ADCV	Elvas	11/03/2023	
4 * 80 Metros	37,90		Seleção Distrital			AADP	Ponte Sôr	04/04/2009	Bruno Carvalho - Leonrado Cortiço - António Carmo - Pedro Ferreira
4.000 m Marcha	25.04.3		Ricardo Ideias			SOFIMO	Lisboa (Est. Universitário)	13/05/1995	



Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

Recordes Distritais

AR LIVRE

Em 07.07.2025

Sub 14 – Masculinos

Provas	Marca	Obsv.	Nome	Nasc.	Escalão	Clube	Local	Data	Detalhes
60 Metros	8,29	-0,3	Miguel Miranda	21.06.2008	INF	AJJ	Castro Verde	05/12/2021	
150 Metros	19.8 (TM)		Pedro Ferreira		INF	UFD	Portalegre	28/04/2007	
	21,07		Miguel Miranda	21.06.2008	INF	AJJ	Pombal	18/04/2021	
600 Metros	1.40,59		Martim Leitão	2011	INF	CVSP	Ponte de Sor	01/06/2024	
1000 Metros	2.59.24		Bruno Pinto		INF	SFG	Lisboa (Estádio Nacional)		
60 Metros Barreiras 0,76	9,7 (TM)		Tiago Fernandes	2002	INF	EBJR	Elvas	24/05/2015	
60 Metros Barreiras 0,76	10,02		Miguel Miranda	21.06.2008	INF	AJJ	Beja	27/11/2021	
Salto em Comprimento	5.50		Nélio Pinheiro			ACF	Fronteira	20/12/1994	
Quadruplo Salto	12,29	-5,4	Diogo David	2008	INF	ACP	Portalegre	6/26/2021	
Salto em Altura	1.51		Humberto Rodrigues			CPE	Ervedal	02/07/1995	
Salto com Vara									Sem recorde distrital
Peso (3kg)	11,45		José Silva	09.10.2005	INF	AJJ	Castelo Branco	01/12/2018	
Dardo (500g)	34,65		Guilherme Velez	13.05.2006	INF	AJJ	Covilhã	11/23/2019	
Dardo (400g)	27,22		Ian Agostinho	01.03.2011	INF	AJJ	Castelo Branco	4/6/2024	
Disco (750g)	30,30		José Silva	09.10.2005	INF	AJJ	Castelo Branco	01/12/2018	
Martelo (3kg)	21,58		Guilherme Velez	13.05.2006	INF	AJJ	Castelo Branco	01/06/2019	
Arremesso da Bola (0.164gr)	54.30		José Gargaté			IDSA	Portalegre	27/04/1985	
Pentatlo	2711		Yaroslav Kolodiy	02.01.1999		CEN	Lisboa	06/05/2011	
Triatlo	1142		Diogo David	2008	INF	ACP	Elvas	12/06/2021	
4 * 60 Metros	32.72		Equipa EBJR			EBJR	Abrantes	27/06/2016	Rodrigo Silva - Samuel Tarouco - Guilherme Feiteira - Tiago Fernandes
3.000 m Marcha	19.23.7		Fernando Lourenço			EFC	Lisboa (Estádio Universitário)	18/05/1996	