



## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

### Recordes Distritais

AR LIVRE

Em 07.07.2025

#### Absolutos – Femininos

Provas	Marca	Obsv.	Nome	Nasc.	Escalão	Clube	Local	Data	Detalhes
100 Metros	12,73	-1,3	Matilde Feiteirona	2006	Juv	AJJ	Beja	05/06/2022	
200 Metros	25,61	1,8	Madalena Barradas	2001	Juv	AJJ	Beja	06/07/2024	
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	10.07,93		Raquel Trabuco	1986		CEN	Monesterio (ESP)	30/08/2014	
5000 Metros	17.49,4		Vítorina Mourato	1964		ACP	Castelo de Vide	22/01/2000	
10000 Metros	36.51,72		Vítorina Mourato	1964		ACP	Maia	04/05/1994	
Maratona	2.50,19		Vítorina Mourato	1964		ACP	Lisboa	28/11/1993	
3.000 Metros Obsts (0,76m)	13.42,6		Liliana Paredes			ACP	Portalegre	06/06/2007	
100 Metros Barreiras (0,84m)	16,81		Catarina Ribeiro	2001	Jun	AJJ	Leiria	14/07/2019	
400 Metros Barreiras (0,76m)	1.13,57		Carla Pereira			CEN	Seixal	21/05/2005	
Salto em Comprimento	5.44		Madalena Barradas	2009	Inic	AJJ	Beja	06/07/2024	
Salto em Altura	1,60		Madalena Barradas	2009	Inic	AJJ	Lagoa	18/05/2024	
Triplo Salto	9,90		Olinda Falcão			ACP	Elvas	28/05/2005	
Salto com Vara									Sem recorde recorde distrital
Martelo (4,0kg)	30,03		Carina Nunes			CEN	Seixal	28/05/2005	
Dardo (0.600gr)	39,93		Diana Camejo	21.10.2006	Jun	AJJ	Vagos	22/02/2025	
Peso (4,0 kg)	10,24		Margarida Castelinho	2002	Jun	AJJ	Lisboa -CAR	08/12/2018	
Disco (1,00Kg)	32,68		Liliana Anselmo	2007	Jun	ADCV	Vagos	22/02/2025	
Heptatlo	3424		Ana Barroco			CFOE	Luso	12/06/2012	
4 * 100 Metros	54,1		Seleção AADP			AADP	Ponte de Sor	04/04/2009	Tatiana Magrinho - Paula Lopes - Ana Vilhais - Raquel Cabanas
4 * 400 Metros	4,29,31		Clube CEN			CEN	Guimarães	05/06/2005	Mónica Figueira - Carla Pereira - Inês Coutinho - Vanessa Rodrigues
10 000 metros Marcha									
20 km Marcha									

Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre



### Sub 23 - Femininos

Provas	Marca	Obsv.	Nome	Nasc.	Escalão	Clube	Local	Data	Detalhes
100 Metros	12,73	-1,3	Matilde Feiteirona	2006	Juv	AJJ	Beja	05/06/2022	
200 Metros	25,61	1,8	Madalena Barradas	2001	Juv	AJJ	Beja	06/07/2024	
400 Metros	1.03,96		Vanessa Rodrigues	1986	Jun	CEN	Seixal	28/05/2005	
	1.02,9		Cláudia Batuca	1983	Juv	CFOE	Castelo de Vide	02/05/1999	marca manual
800 Metros	2.20,85		Cláudia Batuca	1983	Juv	CFOE	Beja	03/06/1999	
1500 Metros	4.54,22		Carolina Pingueiro	2006	Juv	BAR	Almada	17/06/2023	
3000 Metros	10.40,90		Vanda Rosa	1980	Jun	ACP	Aveiro	09/05/1999	
5000 Metros	19.04,1		Vanda Rosa	1980	Jun	ACP	Castelo de Vide	10/07/1999	
10000 Metros									sem recorde
Maratona									sem recorde
3.000 Metros Obsts (0,76m)	16,81		Catarina Ribeiro	2001	Jun	AJJ	Leiria	14/07/2019	
100 Metros Barreiras (0,84m)	16,81		Catarina Ribeiro	20.01.2001	Jun	AJJ	Leiria	14/07/2019	
400 Metros Barreiras (0,76m)	1.13,57		Carla Pereira	1988	Jun	CEN	Seixal	28/05/2005	
Salto em Comprimento	5.44		Madalena Barradas	2009	Inic	AJJ	Beja	06/07/2024	
Salto em Altura	1,60		Madalena Barradas	2009	Inic	AJJ	Lagoa	18/05/2024	
Triplo Salto	9,90		Olinda Falcão	1988	Juv	ACP	Elvas	28/05/2005	
Salto com Vara									sem recorde
Martelo (4,0kg)	30,03		Carina Nunes	1986	Jun	CEN	Seixal	28/05/2005	
Dardo (0.600gr)	39,93		Diana Camejo	21.10.2006	Jun	AJJ	Vagos	22/02/2025	
Peso (4,0 kg)	10,24		Margarida Castelinho	2002	Jun	AJJ	Lisboa -CAR	08/12/2018	
Disco (1,00Kg)	32,68		Liliana Anselmo	2007	Jun	ADCV	Vagos	22/02/2025	
Heptatlo	3424		Ana Barroco			CFOE	Luso	12/06/2011	
4 * 100 Metros									sem recorde
4 * 400 Metros									sem recorde
10 000 metros Marcha									sem recorde
20 km Marcha									sem recorde



Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

**Recordes Distritais**

Em 07.07.2025

**Outros Recordes - Sub23**



100 Metros	12,73	-1,3	Matilde Feiteirona	2006	Juv	AJJ	Beja	05/06/2022	
200 Metros	25,61	1,8	Madalena Barradas	2009	Juv	AJJ	Beja	06/07/2024	
400 Metros	1.03,96		Vanessa Rodrigues	1986	Jun	CEN	Seixal	28/05/2005	
	1.02,9		Cláudia Batuca	1983	Juv	CFOE	Castelo de Vide	02/05/1999	marca manual
800 Metros	3.07,6		Cláudia Batuca	1983	Juv	CFOE	Beja	03/06&1999	
1500 Metros	4.54,22		Carolina Pingueiro	2006	Juv	BAR	Almada	17/06/2023	
3000 Metros	10.40,90		Vanda Rosa	1980	Jun	ACP	Aveiro	09/05/1999	
5000 Metros	19.04,1		Vanda Rosa	1980	Jun	ACP	Castelo de Vide	10/07/1999	
10000 Metros									sem recorde
3.000 Metros Obsts (0,76m)	14.37,37		Inês Coutinho	1987	Jun	CEN	Seixal	28/05/2005	
100 Metros Barreiras (0,84m)	16,81		Catarina Ribeiro	20.01.2001	Jun	AJJ	Leiria	14/07/2019	
400 Metros Barreiras (0,76m)	1.13,57		Carla Pereira	1988	Jun	CEN	Seixal	28/05/2005	
Salto em Comprimento	5.44		Madalena Barradas	2009	Inic	AJJ	Beja	06/07/2024	
Salto em Altura	1,60		Madalena Barradas	2009	Inic	AJJ	Lagoa	18/05/2024	
Triplo Salto	9,90		Olinda Falcão	1988	Juv	ACP	Elvas	28/05/2005	
Salto com Vara									sem recorde
Martelo (4,0kg)	30,03		Carina Nunes	1986	Jun	CEN	Seixal	28/05/2005	
Dardo (0.600gr)	39,93		Diana Camejo	21.10.2006	Jun	AJJ	Vagos	22/02/2025	
Peso (4,0 kg)	10,24		Margarida Castelinho	2002	Jun	AJJ	Lisboa -CAR	08/12/2018	
Disco (1,00Kg)	32,68		Liliana Anselmo	2007	Jun	ADCV	Vagos	22/02/2025	
Heptatlo	3424		Ana Barroco			CFOE	Luso	12/06/2011	
4 * 100 Metros	54,1		Seleção distrital			AADP	Ponte de Sor	04/04/2009	Tatiana Magrinho - Paula Lopes - Ana Vilhais - Raquel Cabanas
4 * 400 Metros	4,29,31		Clube CEN			CEN	Guimarães	05/06/2005	Mónica Figueira - Carla Pereira - Inês Coutinho - Vanessa Rodrigues
10 000 metros Marcha									
20 km Marcha									

*Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre*

**Recordes Distritais**

*Em 07.07.2025*

**Outros Recordes - Sub20**

Provas	Marca	Obsv.	Nome	Nasc.	Escalão	Clube	Local	Data	Detalhes
1000 Metros	3.07,6		Anabela David	1988	Juv	SCC		10/06/1905	
1 Milha	5.45,1		Mónica Figueira	1987	Juv	CEN	Castelo de Vide	16/02/2002	



300 Metros	45,15		Ana Barroco			CFOE	Leiria	01/06/2011	
400 Metros	1.05,16		Nayara Varela	2009	Juv	AJJ	Elvas	08/06/2025	
	1.02,9		Cláudia Batuca	1983	Juv	CFOE	Castelo de Vide	02/05/1999	marca manual
800 Metros	2.20,85		Cláudia Batuca	1983	Juv	CFOE	Beja	03/0/1999	
1500 Metros	4.54,22		Carolina Pingueiro	2006	Juv	BAR	Almada	16/06/2023	
3,000 Metros	11.06,7		Vanda Rosa	1980	Juv	CEN	Cáceres ( Espanha)	31/05/1997	
2.000 Metros Obsts (0,84m)	8.13,221		Liliana Paredes	1989	Juv	ACP	Seixal	25/06/2006	
100 Metros Barreiras (0,76m)	14,64	-0,6	Madalena Barradas	2009	Juv	AJJ	Sobreda - Almada	17/06/2023	
300 Metros Barreiras (0,76m)	50,23		Matilde Feiteirona	2006	Juv	AJJ	Leiria	12/06/2022	
400 Metros Barreiras (0,76m)	74,73		Nayara Varela	2009	Juv	AJJ	Viana do Castelo	17/05/2025	
	73,57		Carla Pereira	1988	Juv	CEN	Seixal	28/05/2005	marca manual
Salto em Comprimento	5.44	0,1	Madalena Barradas	2009	Inic	AJJ	Beja	06/07/2024	
Salto em Altura	1,60		Madalena Barradas	2009	Inic	AJJ	Lagoa	18/05/2024	
Triplo Salto	9,90		Olinda Falcão	1988	Juv	ACP	Elvas	28/05/2005	
Salto com Vara									sem recorde
Martelo (3kg)	28,06		Liliana Anselmo	2007	Juv	ADCV	Ponte de Sor	17/03/2024	
Peso (3kg)	10,95		Margarida Castelinho	2002	Juv	AJJ	Castelo Branco	16/02/2019	
Disco (1,0 gr)	29,93		Liliana Anselmo	2007	Juv	ADCV	Ponte de Sor	17/03/2024	
Dardo (0.500gr)	41,09		Diana Camejo	2006	Juv	AJJ	Sobreda - Almada	18/06/2024	
Heptatlo	4336		Madalena Barradas	2009	Inic	AJJ	Beja	03/06/2023	
Triatlo Técnico	1673		Matilde Feiteirona	2006	Juv	AJJ	Ponte de Sor	19/02/2022	
Triatlo Opcional	1634		Margarida Castelinho	2002	Juv	AJJ	Castelo de Vide	27/01/2019	



### Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

#### Recordes Distritais

AR LIVRE

Em 07.07.2025

#### Sub 18 – Femininos

Provas	Marca	Obsv.	Nome	Nasc.	Escalão	Clube	Local	Data	Detalhes
4 x 100 Metros	54,1		Seleção AADP		Juv	AADP	Ponte de Sor	04/04/2009	Tatiana Magrinho - Paula Lopes - Ana Vilhais - Raquel Cabanas
4 x 400 Metros	4.51,3		Seleção AADP		Juv	AADP	Lisboa	23/05/1993	Catarina Pinto - Ivete Pombinho - Carla Fernandes - Maria Almeida
Estafeta Medley	2.25,23		Seleção AADP		Juv	AADP	Viana do Castelo	18/05/2025	Nayara Varela - Miguel Miranda - Maria Madeira - Dinis Pinto
5 000 m Marcha	38.08,88		Patricia Paredes	1986	Juv	ACP	Guimarães	17/05/2003	


Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

**Recordes Distritais**

Em 07.07.2025

**Outros Recordes - Sub18**

Provas	Marca	Obsv.	Nome	Nasc.	Escalão	Clube	Local	Data	Detalhes
1000 Metros	3.07,6		Anabela David			SCC		1988	
1 Milha	5.45,1		Mónica Figueira	1987	Juv	CEN	Castelo de Vide	16/02/2002	
4.000 m Marcha	30.27,4		Natália Salpico	1982		ACP	Lisboa	03/05/1997	
Dardo (0.600gr)	33,33		Diana Camejo	2006	Juv	AJJ	Ponte de Sor	07/01/2023	
Hexatlo ant	2318		Isabel Conceição	1977		CPE	Fronteira	26.27/03/1994	
Hexatlo post	2501		Sara Pedro	1986		CEN	Elvas	05/05/03/2003	



Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

**Recordes Distritais**

**AR LIVRE**

Em 07.07.2025

**Sub 16 – Femininos**

Provas	Marca	Obs	Nome	Nasc.	Escalão	Clube	Local	Data	Detalhes
60 Metros	8,30	-0,4	Matilde Baião	2008	ini	AJJ	Portalegre	27/11/2022	
80 Metros	10,38	-0,2	Madalena Barradas	2009	Ini	AJJ	Lisboa	22/07/2023	
	10,0		Daniela Estalagem			CEN	Ponte de Sor	04/04/2009	marca manual
250 Metros	36,45		Matilde Feiteirona	2006	Ini	AJJ	Coimbra	17/07/2021	
300 Metros	45,6		Carla Pereira	1989		CFOE	Elvas	01/06/2003	
800 Metros	2.21,61		Cládia Bataca	1983		CFOE	Coimbra	21/06/1998	
1500 Metros	5.03,7		Mónica Figueira	1987		CEN	Elvas	05/01/2002	

1500 m Obstáculos	5.44,41		Ariana Lopes	2010		SAB	Viana do Castelo	18/05/2005	
80 Metros Barreiras (0,76m)	10,99		Madalena Barradas	2009		ACF	Pombal	28/04/2024	
250 Metros Barreiras (0,76m)	36,69		Matilde Baião	2008		AJJ	Beja	01/05/2022	
300 Metros Barreiras (0,76m)	54,28		Cátia Mergulhão	1984		ACP	Lisboa ( Est. Universitário)	10/06/1998	
Salto em Comprimento	5,40	0,4	Madalena Barradas	2009		ACF	Pombal	28/04/2024	
Quadruplo Salto	11,90		Ana Cardoso	2006		CBPRT	Portalegre	02/08/2020	
Salto em Altura	1,60		Madalena Barradas	2009		ACF	Lagoa	18/05/2024	
Triplo Salto	9,70		Genoveva Freira	1979		CPE	Fronteira	29/05/1994	
Salto com Vara									sem recorde
Martelo 3kg)	25,66		Liliana Anselmo	2007	Ini	AJJ	Fátima	12/06/2022	
Dardo (0.500gr)	37,93		Diana Camejo	21.10.2006	Ini	AJJ	Castelo de Vide	31/07/2021	
Peso (3kg)	11,02		Madalena Barradas	2009	Ini	ACF	Pombal	28/04/2024	Atleta Completo 2024
Disco (0,750kg)	28,04		Diana Camejo	21.10.2006	Ini	AJJ	Beja	22/05/2021	
Heptatlo	4789		Madalena Barradas	2009	Ini	ACF	Pombal	28/04/2024	Atleta Completo 2024
4 * 80 Metros	43,9		Seleção AADP			AADP	Ponte de Sor	04/04/2009	Paula Lopes- Daniela Estalagem- Flávia Vidigal- Érica Vidigal
3.000 m Marcha	19,04		Maria Vitória	2012	Ini	SAB	Porto de Mós	22/03/2026	
4.000 m Marcha	26.27,20		Sofia Batista	2006	Ini	ACP	Coimbra	17/07/2021	Olimpico Jovem Nacional



## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

### Recordes Distritais

Em 07.07.2025

### Outros Recordes - Sub16

Provas	Marca	Obsv.	Nome	Nasc.	Escalão	Clube	Local	Data	Detalhes
1000 Metros	3.02,6		Margarida Raimundo	24/08/1998	Ini	CEN	Ponte de Sor	11/05/2015	
Tetratlo	2719		Madalena Barradas	2009	Ini	ACF	Viseu	15/06/2024	Camp. Nacional Sub-16 2024
Milha	6.11,06		Ariana Lopes	2010	Ini	SAB	Portalegre	28/05/2025	
Disco (1kg)	27,78		Sandra Rodrigues	1985	Ini	EFC	Castelo de Vide	10/04/1999	
Triatlo	1359		Matilde Baião	15.01.2008	Ini	AJJ	Elvas	11/03/2023	Ar Livre
Hexatlo ant	2668		Genoveva Freire	1979		CPE	Lisboa	15.16/05/1994	
Hexatlo post	2183		Manuela Estevinha	1987		CPE	Beja	14.04.2022	



Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

**Recordes Distritais**

**AR LIVRE**

*Em 07.07.2025*

**Sub 14 – Femininos**

Provas	Marca	Obsv.	Nome	Nasc.	Escalão	Clube	Local	Data	Detalhes
60 Metros	8,31	-0,6	Madalena Barradas	2009	Inf	AJJ	Beja		
	8,2		Érica Vidigal	1994	Inf	CFOE	Elvas	10/06/2006	marca manual
150 Metros	20,06	0,6	Madalena Barradas	2009	Ini	AJJ	Leiria	23/07/2022	
	20,06		Érica Vidigal	1994	Inf	AJJ	Portalegre	28/04/2008	marca manual
600 Metros	1.46,10		Ana Cardoso	2006	Inf	CBPRT	Ponte de Sor	07/07/2019	marca manual
1000 Metros	3.07,55		Ana Cardoso	2006	Inf	CBPRT	Évora	31/03/2019	
60 Metros Barreiras 0,76	9,97	1,1	Madalena Barradas	2009	Inf	AJJ	Beja	26/06/2022	

Salto em Comprimento	4,89	-0,4	Madalena Barradas	2009	Inf	AJJ	Castelo Branco	19/11/2022	
Quadruplo Salto	12,77	1,9	Madalena Barradas	2009	Inf	AJJ	Portalegre	16/06/2022	
Salto em Altura	1,48		Manuela Estevinha	1987	Inf	CFOE	Castelo de Vide	07/05/2000	
Salto com Vara									sem recorde
Peso (3kg)	10,98		Diana Camejo	2006	Inf	AJJ	Castelo Branco	16/02/2019	
Dardo (400g)	30,80		Diana Camejo	2006	Inf	AJJ	Castelo Branco	23/11/2019	
Disco (750g)	23,86		Diana Camejo	2006	Inf	AJJ	Marinha Grande	26/01/2019	
Martelo (3kg)	24,81		Inês Carvalhinho	2010	Inf	ADCV	Ponte de Sor	06/05/2023	
Arremesso de Bola (0.164g)	42,52		Cristiana Relvas		Inf	ACP	Castelo de Vide	15/05/1999	
Pentatlo	2639		Madalena Barradas	2009	Inf	AJJ	Beja	25/06/2022	
Triatlo Técnico 1 (60mbarr, comp.,peso)	1570		Madalena Barradas	2009	Inf	AJJ	Setúbal	27/02/2022	
Triatlo Técnico (60m,comp.,peso)	1225		Matilde Sousa	2014	Inf	AJJ	Castelo Branco	13/12/2025	
4 * 60 Metros	35,05		Seleção AADP		Inf	AADP	Lisboa (Est. Nacional)	09/05/1993	
1 000 m Marcha	5.45,2		Luisa Ribeiro		Inf	SRB	Lisboa (Est. Nacional)	08/05/1993	
2.000 m Marcha	13,34,20		Maria Vitória	2012	Inf.	SAB	Alvaizare	22/11/2025	