



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

Infantis Femininos						
Provas Oficiais						
60m	8.10	Daniela Gonçalves	95	ATB	31.05.08	Coimbra
60m Barr.	11.1	Sónia Tavares	86	ARCBV	18.04.99	C.Branco
150m	20.24	Daniela Gonçalves	95	ATB	11.10.08	Guarda
600m	1.58.09	Ana Valente	98	ATB	27.06.10	Viseu
1000m	3.16.50	Cátia Jacinto	92	GCAD	07.05.05	LX.N
3.000m Marcha	23.06.0	Mariana Martins	96	ATB	30.05.09	C.Branco
4x60m	34.44	M Car/A Sof/L Cos/D Pedr		ADCPN	05.05.90	LX.N
Altura	1.31	M ^a . João Prospero	81	ESNA	25.06.94	C.Branco
Comprimento	4.51	Sónia Tavares	86	ARCBV	11.07.99	C.Branco
Peso 2kg	9.91	Margarida Cavaca	96	GCAD	30.05.09	C.Branco
Dardo	22.50	Paula Pereira	96	ATB	10.10.09	Seia
Triatlo	1419p	Ana Rua	98	ARCBV	22.01.2011	Covilhã
Pentatlo	1927p	Ana Rua	98	ARCBV	27/28.03.10	Covilhã
Provas Não Oficiais						
1.000m Marcha	7.12.2	Ana Jacinto	81	ADCPN	05.05.90	LX.N
Arr. Bola	38.64	Liliana Gravito	87	PALMEIRAS	18.06.00	C.Branco
Tetratlo	1.752p	Sónia Tavares	86	ARCBV	10.04.99	Leiria

Infantis Masculinos						
Provas Oficiais						
60m	7.44	Carlos Costa	98	GCAD	16/17.04.2011	Covilhã
60m Barr.	9.64	Carlos Costa	98	GCAD	09.04.2011	Covilhã
150m	19.8	Pedro Pereira	95	ATB	23.02.08	C.Branco
600m	1.43.99	Pedro Pereira	95	ATB	25.09.10	Guarda
1000m	2.44.10	Pedro Pereira	95	ATB	29.03.08	Covilhã
4x60m	31.88	P.Ric/J.Ver/D.Pon/J.Henr.		ESNA	08.05.93	C.Branco
Altura	1.55	Otoniel Badjana	98	GCAD	27.11.10	Covilhã
Comprimento	6.04	Tiago Rato	88	MATA	16.06.01	C.Branco



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

Peso	13.62	Otoniel Badjana	98	GCAD	30.04.2011	Viseu
Dardo	30.92	Ruben Ferreira	97	ATB	26.09.10	Guarda
Tetratlo	1.550p	Tiago Mação	91	GCAD	25.04.04	Megalço
Pentatlo	2.307p	Carlos Costa	98	GCAD	16/17.04.2011	Covilhã
Triatlo Tec.	1361p	Carlos Costa	98	GCAD	22.01.211	Covilhã
Provas Não Oficiais						
Vara	1.95	Carlos Nunes	80	ESNA	03.04.93	C.Branco
Triplo	7.91	Pedro Pereira	95	ATB	26.05.07	C.Branco
Arr. Bola	60.04	Bruno Aparício	80	SBCB	01.05.93	C.Branco
Disco 750g	23.79	Pedro Pereira	95	ATB	04.10.07	Guarda

Iniciados Femininos						
Provas Oficiais						
80 m	10.16	Sónia Tavares	86	ARCBV	28.04.01	Óbidos
80m Barr.	13.9	Vânia Gonçalves	94	ENSR	07.06.08	Covilhã
250m	36.20	Daniela Gonçalves	95	ATB	03.07.09	Guarda
250m Barr	38.4	Beatriz Ferreira	96	ARCBV	30.04.2011	Viseu
300m	42.38	Sónia Tavares	86	ARCBV	20.05.00	Leiria
300m Barr	50.20	Sónia Tavares	86	ARCBV	21.05.00	Maia
800m	2.24.63	Manuela Bernardo	87	REDGIMN	16.05.02	Seixal
1000m	3.09.77	Manuela Bernardo	87	REDGIMN	23.03.02	C.Branco
1.500m	5.13.87	Manuela Bernardo	87	REDGIMN	19.05.01	Leiria
1500m Obst.	6.04.17	Beatriz Ferreira	96	ARCBV	05.06.10	Leiria
4.000m Marcha	27.08.09	Mariana Cavaca	95	GCAD	05.06.10	Leiria
4x80m	42.9	M Cav-M Per- D. Gon-M Bar		GCAD	11.12.10	Covilhã
Altura	1.51	M ^a .João Prospero	81	ESNA	12.05.96	LX.U
Comprimento	5.13	Sónia Tavares	86	ARCBV	20.04.01	Guarda
Triplo	10.41	M ^a .João Prospero	81	ESNA	06.07.96	LX.U
Peso 3kg	10.34	Mariana Pereira	95	GCAD	12.06.10	C.Branco
Disco 0.750kg	25.05	Mariana Pereira	95	GCAD	11.12.10	Covilhã



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

Dardo 500g	27.58	Susana Silva	81	GCAD	15.06.96	Covilhã
Martelo 3kg	24.93	Mariana Pereira	95	GCAD	13.06.10	C.Branco
Triatlo	1540p	Margarida Cavaca	96	GCAD	22.01.2011	Covilhã
Heptatlo	3029p	Margarida Cavaca	96	GCAD	27e28.03.10	Covilhã
Provas Não Oficiais						
2.000m Marcha	13.20.38	Sílvia Marques	77	ESTEVAL	25.04.92	Viseu
3.000m Marcha	19.16.69	Soraia Amoreira	92	GCAD	13.05.06	Covilhã
Pentatlo	2.096p	Sandra Padrão	76	ESNA	14.07.91	LX.U
Hexatlo (Ant)	3.212p	M ^a .João Prospero	81	ESNA	14.04.96	LX.U
Hexatlo (Novo)	2.388p	Witney Barata	88	ARCBV	26.04.03	Abrantes

Iniciados Masculinos						
Provas Oficiais						
80 m	9.1	Pedro Pereira	95	ATB	14.06.09	Covilhã
100m Barr.	15.65	Paulo Ricardo	81	ESNA	15.05.96	LX.N
	15.65	Flávio Ramos	89	GCAD	15.05.04	Elvas
250m	32.9	André Monteiro	95	ATB	12.06.10	C. Branco
	32.9	João Romão	95	ARCBV	05.12.09	Covilhã
250m Barr	34.79	Pedro Longo	96	IND	30.04.2011	Viseu
800m	2.00.92	Vitor Jorge	74	ADCPN	06.05.89	LX.A
1000m	2.38.5	Vitor Jorge	74	ADCPN	12.03.89	LX.N
1.500m	4.17.9	Samuel Barata	93	GDACB	01.06.08	Covilhã
1500m Obst.	4.47.57	Daniel Lourenço	96	APT	05.06.10	Leiria
4.000mMarcha	26.03.95	Diogo Nunes	91	ABC	13.05.06	Covilhã
4x80m	38.07	S.Soa/P.Ric/D.Pon/J.Hen		ESNA	13.05.95	LX.N
Altura	1.70	Luís Taborda	85	ESAL	03.06.00	C.Branco
	1.70	João Romão	95	ARCBV	10.04.10	Luso
Comprimento	6.54	Tiago Rato	88	MATA	22.03.03	C.Branco
Triplo	12.35	Tiago Rato	88	MATA	25.04.03	Covilhã
Vara	3.15	Cristóvão Afonso	88	ARCBV	15.06.03	Abrantes



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

Peso	15.03	Rui Osório	79	SBCB	07.05.94	LX.N
Disco	37.84	Helder Lourenço	85	ARCBV	13.05.00	C.Branco
Dardo	49.0	Helder Lourenço	85	ARCBV	06.05.00	T.Monfortinho
Martelo	29.61	Nuno Pires	87	ARCBV	12.02.02	C.Branco
Triatlo Tec.	1220P	Pedro Pereira	95	ATB	09.01.10	Guarda
Heptatlo	3314p	Pedro Longo	96	Ind	16/17.04.2011	Covilhã
Provas Não Oficiais						
300m	39.2	Tiago Rato	88	MATA	04.05.03	T.Monfortinho
300m Barr	44.40	José Henriques	80	ESNA	14.05.95	LX.U
3000mMarcha	17.52.9	Luís Pousinho	75	ESNA	05.05.90	LX.N
Hexatlo	3136P	Tiago Rato	88	MATA	26.04.03	Abrantes
Pentatlo	2977P	Vitor Jorge	74	ADCPN	05.05.89	Funchal

Obs: João Romão 15.1 - 12.06.10 . 100m Bar C. Branco

Juvenis Femininos						
Provas Oficiais						
100 m	12.43	Sónia Tavares	86	IND	25.06.01	Maia
100m Barr.	15.37	Witney Barata	88	ARCBV	25.06.05	Seixal
200m	25.2	Sónia Tavares	86	REDGIM	05.05.02	C.Branco
300m	40.78	Cátia Jacinto	92	GCAD	27.06.09	Luso
300m Barr.	48.1	Cátia Jacinto	92	GCAD	24.05.09	Covilhã
800m	2.21.60	Manuela Bernardo	87	IND	04.07.04	C.Rainha
1000m	3.08.04	Vânia Amoreira	87	GCAD	29.93.03	Óbidos
1.500m	5.02.02	Telma Silva	83	MATA	21.05.00	Maia
2.000m Obst.	8.25.91	Tânia Sabino	89	GCAD	25.06.05	Seixal
5.000m Marcha	25.57.88	Liliana Martins	90	GCAD	23.06.07	Abrantes
4x100m	52.7	Wit Bar/T Lou/Tân Mar/Vâ Lou		ARCBV	05.06.05	C.Branco
Altura	1.57	Witney Barata	88	ARCBV	05.06.05	C.Branco
Comprimento	5.33	Witney Barata	88	ARCBV	08.07.05	Guarda
Triplo	10.41	M ^a .João Prospero	81	ESNA	07.07.96	LX.U



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

Vara	2.30	Vânia Lourenço	89	ARCBV	18.06.06	Luso
Peso 3kg	10.45	Susana Lopes	72	ESNA		C.Branco
Disco 1kg	24.13	Tânia Lourenço	88	ARCBV	30.04.05	Covilhã
Dardo 600g	31.90	Filomena Almeida	94	GCAD	19.02.2011	Covilhã
Martelo 3kg	36.28	Tânia Lourenço	88	ARCBV	25.06.05	Seixal
Heptatlo	2858p	Susana Azevedo	91	ARCBV	29.03.08	Covilhã
Triatlo	1248p	Cátia Jacinto	92	GCAD	14.12.09	C.Branco
Provas Não Oficiais						
400m	58.83	Cátia Jacinto	92	GCAD	11.07.09	Lisboa
400m Barr.	77.11	Elsa Gregório	79	ESNA	03.06.95	Viseu
3.000m	11.36.70	Vânia Amoreira	87	GCAD	18.05.03	Guimarães
3.000m Marcha	16.11.52	Liliana Martins	90	GCAD	11.03.06	Alcanena
4.000m Marcha	21.53.7	Liliana Martins	90	GCAD	19.03.06	C.Branco
4x400m	4.39.20			GCAD	21.06.98	Coimbra
Hexatlo	3.0.54p	Witiney Barata	88	ARCBV	31.05.05	Luso

Juvenis Masculinos						
Provas Oficiais						
100 m	11.26	Luis Cardoso	84	IST	25.06.01	Maia
110m Barr.	15.26	José António	93	ARCBV	19.06.10	Guimarães
200m	22.48	Vitor Jorge	74	ADCPN	19.07.91	Bruxelas
300m	37.3	Samuel Barata	93	GDACB	15.05.10	C. Branco
300m Barr.	43.7	Ruben Farias	94	ARCBV	29.05.10	C.Branco
800m	1.55.35	Samuel Barata	93	GDACB	20.05.10	Guimarães
1000m	2.32.27	Samuel Barata	93	GDACB	22.05.10	Lisboa
1.500m	3.58.35	Samuel Barata	93	GDACB	30.06.10	Cáceres
2.000m Obst.	6.13.59	Samuel Barata	93	GDACB	06.06.10	Leiria
3.000m	8.53.28	Bruno Fortunato	79	ESF	16.06.96	Maia
5.000mMarcha	26.06.5	Ricardo Alves	82	TEIXOSO	27.06.99	Aveiro
4x100m	45.71	T.Cruz/R.Bea/D.Vaz/S.Louro		ESNA	06.07.93	Viseu



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

Altura	1.93	Abel Enfica	79	ESAL	29.06.96	Viseu
Comprimento	6.78	Rui Beato	76	ESNA	17.03.93	Viseu
Triplo	13.57	Rui Beato	76	ESNA	26.06.93	Maia
Vara	3.70	Cristovão Afonso	88	ARCBV	04.06.05	T.Monfortinho
Peso 5kg	16.33	Francisco Belo	91	ARCBV	01.06.08	Covilhã
Disco	39.45	Francisco Belo	91	ARCBV	19.04.08	Covilhã
Dardo 700g	45.56	Hélder Lourenço	85	ARCBV	18.05.02	Seixal
Martelo 5kg	41.06	Francisco Belo	91	ARCBV	31.05.08	C.Branco
Triatlo Tec.	1757p	Francisco Belo	91	ARCBV	12.01.08	Covilhã
Octatlo	4.481p	Tiago Rato	88	ARCBV	03.07.05	Elvas
Provas Não Oficiais						
Heptatlo	3.850p	Daniel Miguel	83	ESAL	13.03.00	C.Branco
Dardo 600g	53.18	Daniel Casteleira	73	ESNA	03.06.90	LX.N
400m	48.63	Vitor Jorge	74	ADCPN	27.09.91	Maia
400m Barr.	57.2	Flávio Ramos	89	GCAD	28.05.05	C.Branco
4x400m	3.38.69	N.Dias/M.Per./N.Roque/P.Cout		GCAD	13.06.98	Viseu

Juniores Femininos

Provas Oficiais

100 m	11.75	Sónia Tavares	86	GCAD	01.07.05	Leiria
100m Barr.	15.04	Witney Barata	88	ARCBV	02.07.07	Abrantes
200m	24.68	Sónia Tavares	86	GCAD	19.06.05	Leiria
400m	58.83	Cátia Jacinto	92	GCAD	11.07.09	Lisboa
400m Barr.	71.98	Ana Gonçalves	80	ARCBV	25.07.99	Viseu
800m	2.21.25	Manuela Bernardo	87	GCAD	09.07.06	Guimarães
1000m	3.08.04	Vânia Amoreira	87	GCAD	29.03.03	Óbidos
1500m	5.02.02	Telma Silva	86	MATA	21.05.00	Maia
3.000m	11.33.75	Carina Moura	79	MATA	25.07.99	Viseu
10.000m Marcha	52.52.52	Liliana Martins	90	GCAD	04.07.09	Viseu
4x100m	52.07	Wit Bar./M Tav./Tân Mar./Vâ.Lou		ARCBV	01.07.06	Leiria



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

4x400m	4.30.56	Ing Tav./Mar Tav./Ana Gon./Cat.R		ARCBV	14.07.99	Guarda
Altura	1.57	Witney Barata	88	ARCBV	05.06.05	C.Branco
Comprimento	5.50	Witney Barata	88	ARCBV	27.05.06	C.Branco
Triplo	11.41	Witney Barata	81	ARCBV	14.07.07	Luso
Vara	2.60	Vânia Lourenço	89	ARCBV	05.05.07	C.Branco
Peso 4kg	9.76	Carina Chaves	80	ARCBV	18.04.99	C.Branco
Disco 1.kg	30.30	Carina Chaves	80	ARCBV	10.06.99	C.Branco
Dardo 600g	31.90	Filomena Almeida	94	GCAD	19.02.2011	Covilhã
Martelo 4kg	35.79	Tânia Lourenço	88	ARCBV	02.06.07	C.Branco
Heptatlo	4351p	Witney Barata	81	ARCBV	03.06.07	Vendas Novas
Provas Não Oficiais						
5.000m	22.02.0	Ana Rodrigues	79	GCAD	21.06.97	Guarda
3.000m Marcha	15.43.50	Liliana Martins	90	GCAD	03.02.08	C.Branco
5.000m Marcha	25.57.88	Liliana Martins	90	GCAD	23.06.07	Abrantes

Juniores Masculinos						
Provas Oficiais						
100 m	11.25	Bruno Miguel	75	SBCB	16.04.94	Viseu
110m Barr.	15.68	Daniel Casteleira	73	ESNA	25.07.92	LX.N
200m	22.48	Vitor Jorge	74	ADCPN	10.07.91	Bruxelas
400m	48.63	Vitor Jorge	74	ADCPN	27.07.91	Maia
400m Barr.	55.44	Bruno Gamboa	78	ESNA	05.07.97	Viseu
800m	1.55.35	Samuel Barata	93	GDACB	20.05.10	Guimarães
1500m	3.58.35	Samuel Barata	93	GDACB	30.06.10	Caceres
3.000m	8.49.76	Luis Leitão	81	MATA	09.05.99	Aveiro
3.000m Obst.	9.30.0	Nuno Curto	79	MATA	12.07.98	Leiria
5.000m	15.12.09	Nuno Maia	75	JOANES	17.07.93	Viseu
5.000m Marcha	24.20.00	Domingos Reis	80	ARCBV	29.05.99	Viseu
10.000mM	50.29.12	Domingos Reis	80	ARCBV	03.07.99	Guarda
4x100m	44.54	B.Mig/R.Bea/D.Vaz/S.Lou		AACB	27.07.94	Viseu



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

4x400m	3.34.10	S.Lou/R.Bea/D.Vaz/B.Gam		ESNA	03.07.94	Maia
Altura	2.02	Bruno Miguel	75	SBCB	07.03.94	Maia
Comprimento	6.90	Rui Beato	76	ESNA	10.06.94	Viseu
Triplo	14.09	Abel Enfica	79	ESAL	12.07.97	Guarda
Vara	3.70	Cristovão Afonso	88	ARCBV	04.06.05	T.Monfortinho
Peso 6kg	16.21	Francisco Belo	91	ARCBV	14.06.08	Luso
Peso 7.260kg	10.65	Gabriel Colchete	76	SBCB	10.06.94	Viseu
Disco 1.750	41.50	Francisco Belo	91	ARCBV	15.06.08	Luso
Dardo	42.20	Herder Lourenço	85	ARCBV	09.03.03	C.Branco
Martelo 6kg	36.77	David Santos	83	ARCBV	30.06.02	Mafra
Decatlo	4.829p	Daniel Casteleira	73	ESNA	09.06.91	LX.N
Octatlo	4.703p	Daniel Casteleira	73	ESNA	21.06.92	LX.A
Provas Não Oficiais						
1000m	2.32.27	Samuel Barata	93	GDACB	22.05.10	Lisboa

Séniiores Femininos

Provas Oficiais

100 m	11.57	Sónia Tavares	86	GCAD	05.07.06	Salamanca
100m Barr.	15.04	Witney Barata	88	ARCBV	02.07.07	Abrantes
200m	23.81	Sónia Tavares	86	GCAD	15.06.08	Salamanca
400m	59.34	Manuela Bernardo	87	IND	26.06.05	Covilhã
400m Barr.	71.98	Ana Gonçalves	80	ARCBV	25.07.99	Viseu
800m	2.16.60	Manuela Bernardo	87	GCAD	11.07.10	Luso
1000m	3.08.04	Vânia Amoreira	87	GCAD	29.03.03	C.Branco
1500m	4.52.82	Telma Silva	83	GDACB	10.07.10	Luso
3.000m	11.07.59	M ^a .Jesus Tavares	77	ARCBV	10.06.00	Viseu
5.000m	18.55.14	M ^a .Jesus Tavares	77	ARCBV	10.06.00	Viseu
10.000m Marcha	53.39.29	Liliana Martins	90	GCAD	14.06.29	Luso
4x100m	52.07	Wit Bar/M Tav/Tân Mar/Vâ Lou		ARCBV	01.07.06	Leiria
4x400m	4.16.60	Nat Lopes/M Tav/Ang T/Cat Ram		ARCBV	28.05.00	Leiria



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

Altura	1.57	Witney Barata	88	ARCBV	05.06.05	C.Branco
Comprimento	5.55	Witney Barata	88	ARCBV	08.03.09	Alcanena
Triplo	11.69	Natercia Lopes	76	ARCBV	25.01.03	T.Monfortinho
Vara	2.60	Vânia Lourenço	89	ARCBV	05.05.07	C.Branco
Peso 4kg	9.76	Carina Chaves	80	ARCBV	18.04.99	C.Branco
Disco 1kg	31.73	Carina Chaves	80	ARCBV	10.06.00	Viseu
Dardo 600g	32.81	Natercia Lopes	76	ARCBV	25.03.00	Leiria
Martelo 4kg	35.79	Tânia Lourenço	88	ARCBV	02.06.07	C.Branco
Heptatlo	4.351p	Witney Barata	81	ARCBV	03.06.07	Vendas Novas
Provas Não Oficiais						
300m	39.10	Sónia Tavares		GCAD	17.05.08	LX.U
2.000 Obst.	8.28.52	Vânia Amoreira	87	GCAD	03.07.04	C.Rainha
5.000m Marcha	25.57.88	Liliana Martins	90	GCAD	23.06.07	Abrantes
20 Km Marcha Estr	1h24.29	Liliana Martins	90	GCAD	19.02.2011	Batalha

Séniiores Masculinos						
Provas Oficiais						
100 m	10.85	Diogo Marouco	87	ARCBV	18.07.09	Seia
110m Barr.	15.68	Daniel Casteleira	73	ESNA	25.07.92	LX N
200m	22.11	Diogo Marouco	87	ARCBV	18.07.09	Seia
400m	48.63	Vitor Jorge	74	ADCPN	22.07.91	Maia
400m Barr.	55.44	Bruno Gamboa	78	ESNA	05.07.91	Viseu
800m	1.55.35	Samuel Barata	93	GDACB	20.05.10	Guimarães
1500m	3.58.35	Samuel Barata	93	GDACB	30.06.10	Caceres
3.000m	8.35.17	José Morgado	75	APA/VA	24.07.99	Viseu
3.000m Obst.	9.22.14	João Serralheiro	70	ESNA	08.04.95	Viseu
5.000m	14.40.64	João Serralheiro	70	ESNA	08.04.95	Viseu
5.000m Marcha	24.20.00	Domingos Reis	80	ARCBV	29.05.99	Viseu
10.000m	31.06.20	Orlando Francisco	69	ESNA	16.05.96	Viseu
10.000m Marcha	50.29.12	Domingos Reis	80	ARCBV	03.07.99	Guarda



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

Maratona	02.20.29	João Serralheiro	70	GDM	24.11.02	S.Sebastian
4x100m	44.54	B.Mig/R.Bea/D.Vaz/S.Lou		AACB	27.07.94	Viseu
4x400m	3.30.96	J.Mar/R.Bea/D.Pon/B.Gam		ESNA	10.06.94	Viseu
Altura	2.02	Bruno Miguel	75	SBCB	02.07.94	Maia
Comprimento	7.11	Rui Beato	76	ESNA	25.07.98	T.Monfortinho
Triplo	14.50	Rui Beato	76	ESNA	03.06.99	Coimbra
Vara	3.70	Cristóvão Afonso	88	ARCBV	04.06.05	T.Monfortinho
Peso	11.66	Mário Macedo	56	ESNA	21.06.97	Guarda
Disco	36.69	Dino Santos	77	ARCBV	11.07.99	C.Branco
Dardo	51.70	Daniel Casteleira	73	ESNA	09.06.91	LX N
Martelo	45.80	David Santos	83	GCAD	04.04.09	C.Branco
Decatlo	5.386p	Gilberto Enes	75	ESNA	10/11.04.99	Coimbra
Provas Não Oficiais						
20km	1.04.36	Orlando Francisco	69	ESNA	21.01.96	Almeirim
1000m	2.32.27	Samuel Barata	93	GDACB	22.05.10	Lisboa
Meia Maratona	1.05.22	Orlando Francisco	69	ESNA	17.12.95	Tondela

Recordes batidos em 2010/2011