



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	1.50,13	Daniela Silva	2002	DCB	10/06/2015	Pombal
1000m	3.16.50	Cátia Jacinto	92	GCAD	07.05.05	LX.N
3.000m Marcha	17.50,2	Mariana Poeta	2004	PCC	08.06.206	Covilhã
4x60m	34.44	M Car/A Sof/L Cos/D Pedr		ADCPN	05.05.90	LX.N
Altura	1.48	Inês Gama	2001	ESAL	07/05/2014	Covilhã
Comprimento	4.54	Nicol Agostinho	98	GCAD	08.06.11	Covilhã
Quadruplo Salto	11.80	Inês Pires	2002	AEAL	16/05/2015	Covilhã
Peso 2kg	9.91	Margarida Cavaca	96	GCAD	30.05.09	C.Branco
Dardo(0,4Kg)	23.95	Inês Gama	2001	ESAL	19.07.14	Covilhã
Disco (0,6 Kg)						
Martelo 2Kg						
Triatlo	1193p	Mª João Prospero	81	ESNA	08.01.94	Aveiro
Pentatlo	1930p	Daniela Silva	2002	DCB	19/04/2015	Covilhã
Provas Não Oficiais						
1.000m Marcha	5.27.1	Mariana Poeta	04	PCC	28.11.15	Covilhã
2km Marcha	12.16	Mariana Poeta	04	PCC	23.01.16	Porto de Mós
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	7.53	Carlos Costa	98	GCAD	22.05.2011	Leiria
60m Barr.	9.58	Carlos Costa	98	GCAD	17.12.2011	Guarda
150m	17.79	Rodrigo Henriques	02	CCDPCMS	10.06.2015	Pombal
600m	1.43.52	Daniel Gamas	01	GCAD	01/05/2014	Febres-Cantanhede

R Nacional



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

1000m	2.44.10	Pedro Pereira	95	ATB	29.03.08	Covilhã
3.000m Marcha	21.43.0	André Santos	00	ATB	16.06.2012	Covilhã
4x60m	31.88	P.Ric/J.Ver/D.Pon/J.Henr.		ESNA	08.05.93	C.Branco
Comprimento	6.04	Tiago Rato	88	MATA	16.06.01	C.Branco
Quadruplo Salto	14.04	Rodrigo Henriques	02	CCDS	12.02.2015	C.Branco
Altura	1.59	Simão Pereira	00	GCAD	14.12.13	Covilhã
Peso	14.44	Otoniel Badjana	98	GCAD	07.05.2011	Covilhã
Dardo (0,4Kg)	36.90	Otoniel Badjana	98	GCAD	22.05.2011	Leiria
Disco(0,75Kg)	31.24	Fábio Trindade	01	DCB	6.12.2014	Covilhã
Martelo (3Kg)						
Pentatlo	2.893p	Otoniel Badjana	98	GCAD	14/15.05.2011	Luso
Triatlo Tec.	1635p	Otoniel Badjana	98	GCAD	04.02.211	Alpiarça
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
Tetratlo	1.550p	Tiago Mação	91	GCAD	25.04.04	Megalço
Arr. Bola	60.04	Bruno Aparício	80	SBCB	01.05.93	C.Branco

R Nacional

Iniciados Femininos						
Provas Oficiais						
80 m	10.16	Sónia Tavares	86	ARCBV	28.04.01	Óbidos
80m Barr.	13.4	Inês Pires	2002	DCB	26.06.2016	Covilhã
250m	34.6	Luana Crosóstomo	00	GCAD	08.06.14	Covilhã
250m Barr	38.4	Beatriz Ferreira	96	ARCBV	30.04.2011	Viseu
800m	2.24.63	Manuela Bernardo	87	REDGIMN	16.05.02	Seixal
1.500m	5.10,7	Laura Taborda	99	GCAD	18.07.2014	Covilhã
1500m Obst.	5.27,0	Laura Taborda	99	GCAD	24/05/2014	Covilhã
4.000m Marcha	22.09.5	Inês Reis	99	GCAD	24/05/2014	Covilhã
4x80m	42.85	Nicol, Madaleno, Breia, Rua		AACB	02.06.12	Fátima
Altura	1.53	Margarida Damasceno	98	GCAD	20.04.2013	C.Branco



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

	1.53	Inês Pires	2002	DCB	08.06.2016	Covilhã
Comprimento	5.13	Sónia Tavares	86	ARCBV	20.04.01	Guarda
Quadruplo Salto	12.78	Nicol Agostinho	98	GCAD	30.06.13	Covilhã
Vara						
Triatlo	1540p	Margarida Cavaca	96	GCAD	22.01.2011	Covilhã
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
Dardo(0,5kg)	27.58	Susana Silva	81	GCAD	15.06.96	Covilhã
Martelo 3kg	24.93	Mariana Pereira	95	GCAD	13.06.10	C.Branco
Heptatlo	3491p	Inês Pires	2002	DCB	03/04.07.16	Fátima
Provas Não Oficiais						
300m	42.38	Sónia Tavares	86	ARCBV	20.05.00	Leiria
300m Barr	50.20	Sónia Tavares	86	ARCBV	21.05.00	Maia
1000m	3.07.75	Laura Taborda	99	GCAD	01.05.2014	Febres-Cantanhede
2.000m Marcha	10.57.3	Inês Reis	99	GCAD	07.05.2014	Covilhã
3.000m Marcha	16.39,10	Inês Reis	99	GCAD	15.11.2014	Lumiar
5.000m Marcha	26.58.33	Inês Reis	99	GCAD	28.06.14	Abrantes
Triplo	10.41	M ^a .João Prospero	81	ESNA	06.07.96	LX.U
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.	14.56	Fábio Trindade	01	DCB	11.06.16	Abrantes
250m	30.66	Rodrigo Henriques	02	CCDPCMS	23.04.16	Cantanhede
250m Barr	34.79	Pedro Longo	96	IND	30.04.11	Viseu
800m	2.00.92	Vitor Jorge	74	ADCPN	06.05.89	LX.A
1.500m	4.17.9	Samuel Barata	93	GDACB	01.06.08	Covilhã



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

1500m Obst.	4.43.19	António Curto	98	NARS	01.06.13	Fátima
4.000mMarcha	20.40.60	Tiago Fonseca	99	GCAD	14/06/2014	lisboa
4x80m	37.79	P.Lon/A.Hor/D.Lour/P.Nun		AACB	04/06/2011	Leiria
Altura	1,94	Simão Pereira	00	GCAD	12.12.2015	C. Branco
Comprimento	6.54	Tiago Rato	88	MATA	22.03.03	C.Branco
Quadruplo Salto	14,17	Gonçalo Vicente	00	CCDS	30.05.15	Covilhã
Vara	3.15	Cristóvão Afonso	88	ARCBV	15.06.03	Abrantes
Peso (4kg)	15.03	Rui Osório	79	SBCB	07.05.94	LX.N
Disco (1kg)	37.84	Helder Lourenço	85	ARCBV	13.05.00	C.Branco
Dardo (0,6kg)	49.00	Helder Lourenço	85	ARCBV	06.05.00	T.Monfortinho
Martelo (4Kg)	45.20	Gonçalo Morgado	99	DCB	06.12.14	Covilhã
Triatlo	1652p	Fábio Trindade	01	DCB	28.02.15	Covilhã
Heptatlo	3818p	Pedro Longo	96	EAAACB	14/15.05.11	Luso
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
1000m	2.38.5	Vitor Jorge	74	ADCPN	12.03.89	LX.N
3000mMarcha	16.14,0	Paulo Soares	00	GCAD	06.12.14	Covilhã
5.000m Marcha	26.23.19	Tiago Fonseca	99	GCAD	28.06.14	Abrantes
Triplo	12.35	Tiago Rato	88	MATA	25.04.03	Covilhã
Hexatlo	3136P	Tiago Rato	88	MATA	26.04.03	Abrantes
Pentatlo	2977P	Vitor Jorge	74	ADCPN	05.05.89	Funchal

Juvenis Femininos

Provas Oficiais

100 m	12.43	Sónia Tavares	86	IND	25.06.01	Maia
100m Barr.	15.32	Beatriz Ferreira	96	ARCBV	23.06.13	Guimarães
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.	46.80	Beatriz Ferreira	96	ARCBV	22.06.13	Guimarães



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

800m	2.21.60	Manuela Bernardo	87	IND	04.07.04	C.Rainha
1500m	4.55.66	Laura Taborda	99	PCC	30.01.16	Pombal
3.000m	10.36.75	Laura Taborda	99	PCC	03.07.16	Lagoa
2.000m Obst.	7.10.77	Laura Taborda	99	PCC	02.07.16	Lagoa
5.000m Marcha	23.58.55	Inês Reis	99	PCC	14.07.16	Tiblisi-Georgia
4x100m	51.81	Cavaca, Ferreira, Pereira, Gonçalves		AACB	03.06.12	Fátima
Estafeta Medley	2.34.51	Madaleno, Reis, Crisóstomo, Taborda	98	GCAD	29.06.14	Abrantes
Altura	1.57	Witney Barata	88	ARCBV	05.06.05	C.Branco
Comprimento	5.33	Witney Barata	88	ARCBV	08.07.05	Guarda
Triplo	10.67	Nicol Agostinho	97	GCAD	18/05/2014	M. Grande
Vara	2.30	Vânia Lourenço	89	ARCBV	18.06.06	Luso
Peso 3kg	11.72	Margarida Cavaca	96	GCAD	04/05.05.3	Luso
Disco 1kg	24.13	Tânia Lourenço	88	ARCBV	30.04.05	Covilhã
Dardo 500g	33.48	Margarida Cavaca	96	GCAD	16/17.03.13	Covilhã
Martelo 3kg	36.28	Tânia Lourenço	88	ARCBV	25.06.05	Seixal
Heptatlo	4149p	Margarida Cavaca	96	GCAD	04/05.05.13	Luso
Triatlo	1837p	Margarida Cavaca	96	GCAD	03.02.13	Pombal
Provas Não Oficiais						
400m	58.83	Cátia Jacinto	92	GCAD	11.07.09	Lisboa
400m Barr.	67.59	Beatriz Ferreira	96	ARCBV	14.07.13	Leiria
1000m	3.06.91	Laura Taborda	99	PCC	16.04.16	Lagoa
3.000m Marcha	14.32.4	Inês Reis	99	GCAD	28.11.15	Covilhã
4.000m Marcha	18.52.4	Inês Reis	99	PCC	08.06.16	Covilhã
5 km Marcha	25.00	Inês Reis	99	PCC	27.02.16	Batalha
4x400m	4.39.20			GCAD	21.06.98	Coimbra
Hexatlo	3.054p	Witney Barata	88	ARCBV	31.05.05	Luso
Dardo 600g	33.59	Filomena Almeida	94	GCAD	26.06.11	Lisboa

Juvenis Masculinos

Provas Oficiais

100 m	11.26	Luis Cardoso	84	IST	25.06.01	Maia
-------	-------	--------------	----	-----	----------	------



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

110m Barr.	15.26	José António	93	ARCBV	19.06.10	Guimarães
200m	22.48	Vitor Jorge	74	ADCPN	19.07.91	Bruxelas
300m	35.55	Pedro Morgado	97	GCAD	14.06.14	Lisboa
300m Barr.	39.98	Pedro Longo	96	Individual	26.05.13	Leiria
800m	1.55.35	Samuel Barata	93	GDACB	20.05.10	Guimarães
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	45.02	Romão, Nunes, Longo, Marques		AACB	03-06.12	Fátima
Est. Medley	2.07,92	Gomes, Maia, Rodrigues, Morgado	97	GCAD	29.06.14	Abrantes
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 (1,5kg)	39.45	Francisco Belo	91	ARCBV	19.04.08	Covilhã
Dardo 700g	46.61	Pedro Longo	96	EAAACB	06.05.12	Pombal
Martelo 5kg	47.46	Gonçalo Morgado	99	GCAD	02.07.16	Lagoa
Triatlo Tec.	1967p	Francisco Belo	91	ARCBV	27.01.08	Pombal
Octatlo	5330p	Pedro Longo	96	Individual	18/19.05.13	Lisboa
Provas Não Oficiais						
1000m	2.32.27	Samuel Barata	93	GDACB	22.05.10	Lisboa
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



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

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	56.20	Cátia Jacinto	92	GCAD	10.06.11	Lisboa
400m Barr.	67.59	Beatriz Ferreira	96	ARCBV	14.07.13	Leiria
800m	2.21.25	Manuela Bernardo	87	GCAD	09.07.06	Guimarães
1500m	4.55.66	Laura Taborda	99	PCC	30.01.2016	Pombal
3.000m	10.36.75	Laura Taborda	99	PCC	03.07.16	Lagoa
3.000m Obst	12.16.98	Andreia Marçal	98	CCDPCMS	09.07.16	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
4x400m	4.30.56	Ang Tav./Mar Tav./Ana Gon./Cat.Ra		ARCBV	14.07.99	Guarda
Altura	1.71	Jennifer Gomes	95	GCAD	10.07.13	Braga
Comprimento	5.50	Witney Barata	88	ARCBV	27.05.06	C.Branco
Triplo	11.71	Jennifer Gomes	95	GCAD	07.07.07	Fátima
Vara	2.60	Vânia Lourenço	89	ARCBV	05.05.07	C.Branco
Peso 4kg	9.90	Filomena Almeida	94	GCAD	20.05.12	Pombal
Disco 1.kg	30.30	Carina Chaves	80	ARCBV	10.06.99	C.Branco
Dardo 600g	33.90	Filomena Almeida	94	GCAD	10.06.12	Lisboa
Martelo 4kg	35.79	Tânia Lourenço	88	ARCBV	02.06.07	C.Branco
Heptatlo	4.130p	Margarida Cavaca	96	DCB	05/06.07.14	Luso
Provas Não Oficiais						
1000m	3.06.91	Laura Taborda	99	PCC	16.04.16	Lagoa
5.000m	19.51.9	Maria Soares	98	GCAD	08.06.16	Covilhã
3.000m Marcha	14.32.4	Inês Reis	99	GCAD	28.11.15	Covilhã
5.000m Marcha	23.58.55	Inês Reis	99	PCC	14.07.16	Tiblisi-Georgia
10 km Marcha	51.21	Inês Reis	99	PCC	09.04.16	Rio Maior

Juniores Masculinos

Provas Oficiais



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

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
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
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
Disco 1.750	41.50	Francisco Belo	91	ARCBV	15.06.08	Luso
Dardo	45.25	Miguel Almeida	95	GCAD	17.05.14	M. Grande
Martelo 6kg	36.77	David Santos	83	ARCBV	30.06.02	Mafra
Decatlo	5.180p	Pedro Longo	96	DCB	10-11.05.14	Luso
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
5.000m Marcha	24.20.00	Domingos Reis	80	ARCBV	29.05.99	Viseu
Peso 7.260kg	12.30	Alexandre Almeida	93	GCAD	15.12.12	Covilhã

Séniiores Femininos

Provas Oficiais

100 m	11.57	Sónia Tavares	86	GCAD	05.07.06	Salamanca
-------	-------	---------------	----	------	----------	-----------



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

100m Barr.	14.76	Leslie Delgado	90	GCAD	26.06.11	Lisboa
200m	23.81	Sónia Tavares	86	GCAD	15.06.08	Salamanca
400m	55.75	Cátia Jacinto	92	GCAD	17.06.12	Lisboa
400m Barr.	59.13	Leslie Delgado	90	GCAD	06.06.12	França
800m	2.09,36	Carla Mendes	94	GCAD	06.06.15	Salamanca
1500m	4.36.55	Catarina Carvalho	92	GCAD	09.05.15	Lisboa
3.000m	9.35,91	Catarina Carvalho	92	GCAD	22.02.15	Pombal
3000m Obst.	10.16,47	Catarina Carvalho	92	GCAD	12.07.14	Braga
5000m	17.57,91	Celma Bonfim	77	GCAD	28.05.11	Leiria
10.000m Marcha	51.38.7	Liliana Martins	90	GCAD	08/03/2014	Covilhã
4x100m	48.20	Leslie/Cátia/Daniela/Tânia		GCAD	28.05.11	Leiria
4x400m	4.04,89	Susana, Daniela, Manuela, Cátia		GCAD	26.06.11	Lisboa
Altura	1.71	Jennifer Gomes	95	GCAD	10.07.13	Braga
Comprimento	5.55	Witney Barata	88	ARCBV	08.03.09	Alcanena
Triplo	11.95	Vanessa Rocha	90	GCAD	09.06.13	Lisboa
Vara	2.60	Vânia Lourenço	89	ARCBV	05.05.07	C.Branco
Peso 4kg	11.27	Fernanda Pereira	75	GCAD	09.06.13	Lisboa
Disco 1kg	45,08	Fernanda Pereira	75	GCAD	27.07.13	Leiria
Dardo 600g	33.90	Filomena Almeida	94	GCAD	10.06.12	Lisboa
Martelo 4kg	43.84	Fernanda Silva	81	GCAD	06.06.12	Cerveira
Heptatlo	4.130p	Margarida Cavaca	96	DCB	05/06.07.14	Luso
Heptatlo	4.351p	Witney Barata	81	ARCBV	03.06.07	Vendas Novas
Provas Não Oficiais						
300m	39.10	Sónia Tavares	86	GCAD	17.05.08	LX.U
1000m	2.54,03	Carla Mendes	94	GCAD	28.03.15	Lisboa
2.000m Obst.	7.43,39	Laura Taborda	99	GCAD	06.06.15	Braga
3.000m Marcha	14.09,75	Liliana Martins	90	GCAD	09.06.12	Lisboa
5.000m Marcha	24.47,33	Liliana Martins	90	GCAD	19.06.13	Plasencia
10 km Marcha	51.21	Inês Reis	99	PCC	09.04.16	Rio Maior
20 Km Marcha Estr	1.51.11	Liliana Martins	90	GCAD	09/04/2011	Rio Maior

A) Pontu



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

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.	9.17,91	Miguel Quaresma	83	GCAD	17.07.11	Lisboa
5.000m	14.39.38	Miguel Quaresma	83	GCAD	25.05.13	Leiria
10.000m	31.06.20	Orlando Francisco	69	ESNA	16.05.96	Viseu
10.000m Marcha	45.25,96	Luis Pássaro	94	GCAD	25.04.15	Braga
20.000m Marcha	1.35.49,20	Luis Pássaro	94	GCAD	01.03.15	Leiria
50 Km Marcha Estr	5.11,01	Amaro Teixeira	89	GCAD	01.02.14	Quarteira
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	3.27.78	Borges,Gameiro,Morgado,Simões	90	GCAD	01.06.14	Fátima
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	4.10	Alexandre Gameiro	92	GCAD	03.05.14	Faro
Peso	17.61	Francisco Belo	91	DCB	15.02.15	Pombal
Disco	54,06	Francisco Belo	91	DCB	09.05.15	Lisboa
Dardo	51.70	Daniel Casteleira	73	ESNA	09.06.91	LX N
Martelo	50,39	Vitor Tiago	90	GCAD	01.03.14	Leiria
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



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO
Recordes Distritaris ao Ar Livre

4x200m	1.34.35	Morgado,Borges, Cristostomo,Santos		GCAD	14.07.13	Leiria
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
5.000m Marcha	21.26,1	Luís Pássaro	94	GCAD	02.05.15	Vendas Novas
100Km	8.18.27	Martim Nunes	76	GCAD	20.10.13	Madrid
300m	35.55	Pedro Morgado	97	GCAD	14.06.14	Lisboa
20 Km Marcha Estr	1.31,45	Luís Pássaro	94	GCAD	06.06.15	Corunha

ANO 2016 - actualizados a 31 de Dezembro de 2016