

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO  
Recordes Distritaris ao Ar Livre

<b>Infantis Femininos</b>						
<b>Provas Oficiais</b>						
60m	8.10	Daniela Gonçalves	1995	ATB	31.05.2008	Coimbra
60m Barr.	11.04	Joana Sequeira	2005	GCAD	17.02.2018	Guarda
150m	20.24	Daniela Gonçalves	1995	ATB	11.10.2008	Guarda
600m	1.49.91	Lara Geirinhas	2005	ABC	31.05.2018	Febres
1000m	3.16.50	Cátia Jacinto	1992	GCAD	07.05.2005	LX.N
3.000m Marcha	17.50,2	Mariana Poeta	2004	PCC	08.06.2016	Covilhã
4x60m	33.85	Longo,Safta,Araujo,Sequeira		Sel.Dist	31.05.2018	Febres
Altura	1.48	Inês Gama	2001	ESAL	07/05/2014	Covilhã
Comprimento	5.03	Lara Araújo	2006	ABC	10.07.2019	C.Branco
Quadruplo Salto	12.55	Lara Araújo	2006	ABC	05.01.2019	C.Branco
Peso 2kg	10.95	Lara Araújo	2006	ABC	29.06.2019	Covilhã
Dardo(0,4Kg)	25.00	Joana Sequeira	2005	GCAD	01.12.2018	C.Branco
Disco (0,6 Kg)	23.15	Mariana Rabasquinho	2005	ECAFC	01.12.2018	C.Branco
Martelo 2Kg						
Triatlo 1	1445p	Joana Sequeira	2005	GCAD	25.02.2018	Alpiarça
Triatlo 2	1695p	Lara Araújo	2006	ABC	09.02.2019	C.Branco
Tetratlo	2201p	Lara Araújo	2006	ABC	22.06.2019	Guarda
Pentatlo	2647p	Lara Araújo	2006	ABC	28.04.2019	C.Branco
<b>Provas Não Oficiais</b>						
1.000m Marcha	5.27.1	Mariana Poeta	2004	PCC	28.11.2015	Covilhã
2km Marcha	12.16	Mariana Poeta	2004	PCC	23.01.2016	Porto de Mós
Arr. Bola	38.64	Liliana Gravito	1987	PALMEIRAS	18.06.2000	C.Branco

<b>Infantis Masculinos</b>						
<b>Provas Oficiais</b>						
60m	7.53	Carlos Costa	1998	GCAD	22.05.2011	Leiria
60m Barr.	9.58	Carlos Costa	1998	GCAD	17.12.2011	Guarda
150m	17.79	Rodrigo Henriques	2002	CCDPCMS	10.06.2015	Pombal
600m	1.37.3	Tomas Silva	2005	IND	01.12.2018	C.Branco

R Nacional

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO  
Recordes Distritaris ao Ar Livre

1000m	2.44.10	Pedro Pereira	1995	ATB	29.03.2008	Covilhã
3.000m Marcha	21.43.0	André Santos	2000	ATB	16.06.2012	Covilhã
4x60m	31.88	P.Ric/J.Ver/D.Pon/J.Henr.		ESNA	08.05.1993	C.Branco
Comprimento	6.04	Tiago Rato	1988	MATA	16.06.2001	C.Branco
Quadruplo Salto	14.04	Rodrigo Henriques	2002	CCDS	12.02.2015	C.Branco
Altura	1.59	Simão Pereira	2000	GCAD	14.12.2013	Covilhã
Peso	14.44	Otoniel Badjana	1998	GCAD	07.05.2011	Covilhã
Dardo (0,4Kg)	36.90	Otoniel Badjana	1998	GCAD	22.05.2011	Leiria
Disco(0,75Kg)	31.24	Fábio Trindade	2001	DCB	06.12.2014	Covilhã
Martelo (3Kg)						
Pentatlo	2.893p	Otoniel Badjana	1998	GCAD	14/15.05.2011	Luso
Triatlo Tec.	1635p	Otoniel Badjana	1998	GCAD	04.02.2011	Alpiarça
Tetratlo	1621p	Tomás Silva	2005	IND	30.06.2018	Guarda
<b>Provas Não Oficiais</b>						
Vara	1.95	Carlos Nunes	1980	ESNA	03.04.1993	C.Branco
Triplo	7.91	Pedro Pereira	1995	ATB	26.05.2007	C.Branco
Tetratlo	1.550p	Tiago Mação	1991	GCAD	25.04.2004	Megalço
Arr. Bola	60.04	Bruno Aparício	1980	SBCB	01.05.1993	C.Branco

R Nacional

<b>Iniciados Femininos</b>						
<b>Provas Oficiais</b>						
80 m	10.16	Sónia Tavares	1986	ARCBV	28.04.2001	Óbidos
80m Barr.	13.1	Inês Pires	2002	GCAD	29.04.2017	Covilhã
250m	34.6	Luana Crosóstomo	2000	GCAD	08.06.2014	Covilhã
250m Barr	38.4	Beatriz Ferreira	1996	ARCBV	30.04.2011	Viseu
800m	2.24.63	Manuela Bernardo	1987	REDGIMN	16.05.2002	Seixal
1.500m	5.10,7	Laura Taborda	1999	GCAD	18.07.2014	Covilhã
1500m Obst.	5.17.69	Sara Amaral	2003	GCAD	09.06.2018	Braga
4.000m Marcha	22.09.5	Inês Reis	1999	GCAD	24.05.2014	Covilhã
4x80m	42.85	Nicol, Madaleno, Breia, Rua		AACB	02.06.2012	Fátima

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO  
Recordes Distritaris ao Ar Livre

Altura	1.57	Inês Pires	2002	GCAD	06.05.2017	Luso
Comprimento	5.15	Lara Araujo	2006	GCAD	10.06.2021	C. Branco
Quadruplo Salto	14.08	Lara Araujo	2006	GCAD	10.07.2021	C. Branco
Vara						
Triatlo	1698p	Inês Pires	2002	GCAD	25.02.2017	Guarda
Tetratlo (1)	2315p	Inês Pires	2002	GCAD	29.04.2017	Covilhã
Tetratlo (2)	2147p	Daniela Silva	2002	GCAD	29.04.2017	Covilhã
Peso 3kg	10.57	Inês Pires	2002	GCAD	06.05.2017	Luso
Disco 0.750kg	26.43	Mariana Ramos	2002	ESAL	20.05.2017	C.Branco
Dardo(0,5kg)	27.58	Susana Silva	1981	GCAD	15.06.1996	Covilhã
Martelo 3kg	24.93	Mariana Pereira	1995	GCAD	13.06.2010	C.Branco
Heptatlo	4026p	Inês Pires	2002	GCAD	24/25.06.2018	Vagos
<b>Provas Não Oficiais</b>						
300m	42.38	Sónia Tavares	1986	ARCBV	20.05.2000	Leiria
300m Barr	50.20	Sónia Tavares	1986	ARCBV	21.05.2000	Maia
1000m	3.07.75	Laura Taborda	1999	GCAD	01.05.2014	Febres-Cantanhede
1.000m Marcha	5.15.0	Mariana Poeta	2004	PCC	26.11.2016	Covilhã
2.000m Marcha	10.57.3	Inês Reis	1999	GCAD	07.05.2014	Covilhã
3.000m Marcha	16.39,10	Inês Reis	1999	GCAD	15.11.2014	Lumiar
5.000m Marcha	26.58.33	Inês Reis	1999	GCAD	28.06.2014	Abrantes
Triplo	11.05	Lara Araujo	2006	GCAD	25.07.2021	Lousada
Pentatlo	2.096p	Sandra Padrão	1976	ESNA	14.07.1991	LX.U
Hexatlo (Ant)	3.212p	M <sup>a</sup> .João Prospero	1981	ESNA	14.04.1996	LX.U
Hexatlo (Novo)	2.388p	Witney Barata	1988	ARCBV	26.04.2003	Abrantes

<b>Iniciados Masculinos</b>						
<b>Provas Oficiais</b>						
80 m	9.1	Pedro Pereira	1995	ATB	14.06.2009	Covilhã
100m Barr.	14.23	Afonso Fernandes	2006	GCAD	31.07.2021	Leiria
250m	30.41	Rodrigo Henriques	2002	CCDPCMS	07.07.2017	Guarda

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO  
Recordes Distritaris ao Ar Livre

250m Barr	34.79	Pedro Longo	1996	IND	30.04.2011	Viseu
800m	2.00.92	Vitor Jorge	1974	ADCPN	06.05.1989	LX.A
1.500m	4.17.9	Samuel Barata	1993	GDACB	01.06.2008	Covilhã
1500m Obst.	4.43.19	António Curto	1998	NARS	01.06.2013	Fátima
4.000mMarcha	20.40.60	Tiago Fonseca	1999	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	2000	GCAD	12.12.2015	C. Branco
Comprimento	6.54	Tiago Rato	1988	MATA	22.03.2003	C.Branco
<b>Quadruplo Salto</b>	<b>15.81</b>	<b>Eduardo Gonçalves</b>	<b>2006</b>	<b>GCAD</b>	<b>06.06.2021</b>	<b>C.Branco</b>
Vara	3.15	Cristóvão Afonso	1988	ARCBV	15.06.2003	Abrantes
Peso (4kg)	15.03	Rui Osório	1979	SBCB	07.05.1994	LX.N
Disco (1kg)	37.84	Helder Lourenço	1985	ARCBV	13.05.2000	C.Branco
Dardo (0,6kg)	49.00	Helder Lourenço	1985	ARCBV	06.05.2000	T.Monfortinho
Martelo (4Kg)	45.20	Gonçalo Morgado	1999	DCB	06.12.2014	Covilhã
Triatlo	1672p	Rodrigo Henriques	1999	CCDS	04.03.2017	Alpiarça
Tetratlo (1)	1821p	Simão Sario	2002	ECAFC	15.06.2017	Guarda
Tetratlo (2)	2479p	Rodrigo Henriques	2002	CCDS	29.04.2017	Covilhã
Heptatlo	3818p	Pedro Longo	1996	EAAACB	14/15.05.2011	Luso
			<b>Provas Não Oficiais</b>			
300m	37.54	Rodrigo Henriques	2002	CCDS	24.06.2017	Abrantes
300m Barr	44.40	José Henriques	1980	ESNA	14.05.1995	LX.U
1000m	2.38.5	Vitor Jorge	1974	ADCPN	12.03.1989	LX.N
3000mMarcha	16.14,0	Paulo Soares	2000	GCAD	06.12.2014	Covilhã
5.000m Marcha	26.23.19	Tiago Fonseca	1999	GCAD	28.06.2014	Abrantes
<b>Triplo</b>	<b>12.57</b>	<b>Eduardo Gonçalves</b>	<b>2006</b>	<b>GCAD</b>	<b>12.06.2021</b>	<b>C. Branco</b>
Hexatlo	3136P	Tiago Rato	1988	MATA	26.04.2003	Abrantes
Pentatlo	2977P	Vitor Jorge	1974	ADCPN	05.05.1989	Funchal

**Juvenis Femininos**

**Provas Oficiais**

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO  
Recordes Distritaris ao Ar Livre

100 m	12.43	Sónia Tavares	1986	IND	25.06.2001	Maia
100m Barr.	15.05	Inês Pires	2002	GCAD	14.07.2019	Fátima
200m	25.2	Sónia Tavares	1986	REDGIM	05.05.2002	C.Branco
300m	40.78	Cátia Jacinto	1992	GCAD	27.06.2009	Luso
300m Barr.	46.80	Beatriz Ferreira	1996	ARCBV	22.06.2013	Guimarães
800m	2.21.60	Manuela Bernardo	87	IND	04.07.2004	C.Rainha
1500m	4.50,54	Laura Taborda	1987	CCDLF	25.02.2017	Pombal
3.000m	10.36.75	Laura Taborda	1999	PCC	03.07.2016	Lagoa
2.000m Obst.	7.10.77	Laura Taborda	1999	PCC	02.07.2016	Lagoa
5.000m Marcha	23.58.55	Inês Reis	1999	PCC	14.07.2016	Tbilisi-Georgia
4x100m	51.81	Cavaca, Ferreira, Pereira, Gonçalves		AACB	03.06.2012	Fátima
Estafeta Medley	2.26.13	Pires, Degardin, Silva, Crisóstomo		GCAD	25.06.2017	Abrantes
Altura	1.57	Witney Barata	1988	ARCBV	05.06.2005	C.Branco
	1.57	Inês Pires	2002	GCAD	06.05.2017	Luso
Comprimento	5.47	Helena Safta	2005	GCAD	10.06.2021	C. Branco
Triplo	11.05	Lara Araujo	2006	GCAD	25.07.2021	Lousada
Vara	2.30	Vânia Lourenço	1989	ARCBV	18.06.2006	Luso
Peso 3kg	11.72	Margarida Cavaca	1996	GCAD	04/05.05.2013	Luso
Disco 1kg	26.56	Inês Pires	2002	GCAD	27.05.2018	C.Branco
Dardo 500g	33.48	Margarida Cavaca	1996	GCAD	16/17.03.2013	Covilhã
Martelo 3kg	36.28	Tânia Lourenço	1988	ARCBV	25.06.2005	Seixal
Heptatlo	4247p	Inês Pires	2002	GCAD	28.04.2019	C. Branco
Triatlo	2008p	Inês Pires	2002	GCAD	24.02.2019	Alpiarça
Tetratlo	2389p	Inês Pires	2002	GCAD	07.07.2018	V. Castelo
<b>Provas Não Oficiais</b>						
400m	58.83	Cátia Jacinto	1992	GCAD	11.07.2009	Lisboa
400m Barr.	67.59	Beatriz Ferreira	1996	ARCBV	14.07.2013	Leiria
1000m	3.06.91	Laura Taborda	1999	PCC	16.04.2016	Lagoa
3.000m Marcha	14.32.4	Inês Reis	1999	GCAD	28.11.2015	Covilhã
4.000m Marcha	18.52.4	Inês Reis	1999	PCC	08.06.2016	Covilhã
5 km Marcha	25.00	Inês Reis	1999	PCC	27.02.2016	Batalha

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO  
Recordes Distritaris ao Ar Livre

10 km Marcha	51.21	Inês Reis	1999	PCC	09.04.2016	Rio Maior
4x400m	4.37.5	Barata, Rito, Rito, Crisóstomo		GCAD	20.05.2017	C.Branco
Hexatlo	3.054p	Witiney Barata	1988	ARCBV	31.05.2005	Luso
Dardo 600g	33.59	Filomena Almeida	1994	GCAD	26.06.2011	Lisboa

<b>Juvenis Masculinos</b>						
<b>Provas Oficiais</b>						
100 m	11.26	Luis Cardoso	1984	IST	25.06.2001	Maia
110m Barr.	15.26	José António	1993	ARCBV	19.06.2010	Guimarães
200m	22.48	Vitor Jorge	1974	ADCPN	19.07.1991	Bruxelas
300m	35.1	Paulo Soares	2000	GCAD	07.06.2017	Covilhã
300m Barr.	39.27	Paulo Soares	2000	GCAD	25.06.2017	Abrantes
800m	1.55.35	Samuel Barata	1993	GDACB	20.05.2010	Guimarães
1.500m	3.58.35	Samuel Barata	1993	GDACB	30.06.2010	Cáceres
2.000m Obst.	6.13.59	Samuel Barata	1993	GDACB	06.06.2010	Leiria
3.000m	8.53.28	Bruno Fortunato	1979	ESF	16.06.1996	Maia
5.000mMarcha	23.11.96	João Bernardo	2001	PCC	24.06.2017	Abrantes
4x100m	45.02	Romão, Nunes, Longo, Marques		AACB	03-06.2012	Fátima
Est. Medley	2.07.92	Gomes, Maia, Rodrigues, Morgado	1997	GCAD	29.06.2014	Abrantes
Altura	2.01	Simão Pereira	2000	GCAD	04.06.2017	Braga
Comprimento	6.85	Simão Pereira	2000	GCAD	19.05.2017	Covilhã
Triplo	13.57	Rui Beato	1976	ESNA	26.06.1993	Maia
Vara	3.70	Cristovão Afonso	1988	ARCBV	04.06.2005	T.Monfortinho
Peso 5kg	16.33	Francisco Belo	1991	ARCBV	01.06.2008	Covilhã
Disco (1,5kg)	39.45	Francisco Belo	1991	ARCBV	19.04.2008	Covilhã
Dardo 700g	46.61	Pedro Longo	1996	EAAACB	06.05.2012	Pombal
Martelo 5kg	47.46	Gonçalo Morgado	1999	GCAD	02.07.2016	Lagoa
Triatlo Tec.	1967p	Francisco Belo	1991	ARCBV	27.01.2008	Pombal
Tetratlo	2778p	Paulo Soares	2000	GCAD	29.04.2017	Covilhã
Octatlo	5330p	Pedro Longo	1996	Individual	18/19.05.2013	Lisboa
<b>Decatlo</b>	<b>5939P</b>	<b>Tomás Silva</b>	<b>2005</b>	<b>GCAD</b>	<b>30.4/01.05.2022</b>	<b>Leiria</b>

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO  
Recordes Distritaris ao Ar Livre

Provas Não Oficiais						
1000m	2.32.27	Samuel Barata	1993	GDACB	22.05.2010	Lisboa
Heptatlo	3.850p	Daniel Miguel	1983	ESAL	13.03.2000	C.Branco
Dardo 600g	53.18	Daniel Casteleira	1973	ESNA	03.06.1990	LX.N
400m	48.63	Vitor Jorge	1974	ADCPN	27.09.1991	Maia
400m Barr.	56.10	Paulo Soares	2000	GCAD	09.07.2017	Marinha Grande
5km Marcha	25.01	João Bernardo	2001	PCC	15.01.2017	Porto de Mós
10.000m Marcha	51.10.45	João Bernardo	2001	PCC	08.07.2017	Marinha Grande
10km Marcha	49.52	Tiago Sucena	2004	GCAD	07.11.2021	Sismaria
4x400m	3.38.69	N.Dias/M.Per./N.Roque/P.Cout		GCAD	13.06.1998	Viseu

Juniões Femininas						
Provas Oficiais						
100 m	11.75	Sónia Tavares	1986	GCAD	01.07.2005	Leiria
100m Barr.	15.04	Witney Barata	1988	ARCBV	02.07.2007	Abrantes
200m	24.68	Sónia Tavares	1986	GCAD	19.06.2005	Leiria
400m	56.20	Cátia Jacinto	1992	GCAD	10.06.2011	Lisboa
400m Barr.	67.59	Beatriz Ferreira	1996	ARCBV	14.07.2013	Leiria
800m	2.21.25	Manuela Bernardo	1987	GCAD	09.07.2006	Guimarães
1500m	4.50.54	Laura Taborda	1999	CCDLF/UBI	25.02.2017	Pombal
3000m	10.27.52	Laura Taborda	1999	CCDLF/UBI	29.01.2017	Pombal
3.000m Obst	11.07.24	Laura Taborda	1999	CCDLF/UBI	10.06.2017	Vagos
10.000mMarcha	48.43.51	Inês Reis	1999	CCDLF/UBI	10.06.2017	Vagos
4x100m	52.07	Wit Bar./M Tav./Tân Mar./Vâ.Lou		ARCBV	01.07.2006	Leiria
4x400m	4.23.38	Rito/Silva/Rito/Pires		GCAD	01.02.2020	Pombal
Altura	1.71	Jennifer Gomes	1995	GCAD	10.07.2013	Braga
Comprimento	5.50	Witney Barata	1988	ARCBV	27.05.2006	C.Branco
Triplo	11.71	Jennifer Gomes	1995	GCAD	07.07.2007	Fátima
Vara	2.60	Vânia Lourenço	1989	ARCBV	05.05.2007	C.Branco
Peso 4kg	9.90	Filomena Almeida	1994	GCAD	20.05.2012	Pombal

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO  
Recordes Distritaris ao Ar Livre

Disco 1.kg	30.30	Carina Chaves	1980	ARCBV	10.06.1999	C.Branco
Dardo 600g	33.90	Filomena Almeida	1994	GCAD	10.06.2012	Lisboa
Martelo 4kg	35.79	Tânia Lourenço	1988	ARCBV	02.06.2007	C.Branco
Heptatlo	4.130p	Margarida Cavaca	1996	DCB	05/06.07.2014	Luso
<b>Provas Não Oficiais</b>						
1000m	3.00.84	Laura Taborda	1999	CCDLF/UBI	01.04.2017	Elvas
5.000m	19.51.9	Maria Soares	1998	GCAD	08.06.2016	Covilhã
3.000m Marcha	13.46.78	Inês Reis	1999	CCDLF/UBI	25.02.2017	Pombal
5.000m Marcha	23.58.55	Inês Reis	1999	PCC	14.07.2016	Tiblisi-Georgia
10 km Marcha	48.48	Inês Reis	1999	CCDLF/UBI	21.05.2017	Podebrary - R. Checa

<b>Juniores Masculinos</b>						
<b>Provas Oficiais</b>						
100 m	11.25	Bruno Miguel	1975	SBCB	16.04.1994	Viseu
110m Barr.	15.68	Daniel Casteleira	1973	ESNA	25.07.1992	LX.N
200m	22.48	Vitor Jorge	1974	ADCPN	10.07.1991	Bruxelas
400m	48.63	Vitor Jorge	1974	ADCPN	27.07.1991	Maia
400m Barr.	55.44	Bruno Gamboa	1978	ESNA	05.07.1997	Viseu
800m	1.55.35	Samuel Barata	1993	GDACB	20.05.2010	Guimarães
1500m	3.58.35	Samuel Barata	1993	GDACB	30.06.2010	Caceres
3.000m	8.49.76	Luis Leitão	1981	MATA	09.05.1999	Aveiro
3.000m Obst.	9.30.0	Nuno Curto	1979	MATA	12.07.1998	Leiria
5.000m	15.12.09	Nuno Maia	1975	JOANES	17.07.1993	Viseu
10.000mM	50.29.12	Domingos Reis	1980	ARCBV	03.07.1999	Guarda
4x100m	44.54	B.Mig/R.Bea/D.Vaz/S.Lou		AACB	27.07.1994	Viseu
4x400m	3.34.10	S.Lou/R.Bea/D.Vaz/B.Gam		ESNA	03.07.1994	Maia
Altura	2.02	Bruno Miguel	1975	SBCB	07.03.1994	Maia
Comprimento	6.90	Rui Beato	1976	ESNA	10.06.1994	Viseu
Triplo	14.09	Abel Enfica	1979	ESAL	12.07.1997	Guarda
Vara	3.70	Cristovão Afonso	1988	ARCBV	04.06.2005	T.Monfortinho
Peso 6kg	16.21	Francisco Belo	1991	ARCBV	14.06.2008	Luso

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO  
Recordes Distritaris ao Ar Livre

Disco 1.750	41.50	Francisco Belo	1991	ARCBV	15.06.2008	Luso
Dardo	45.25	Miguel Almeida	1995	GCAD	17.05.2014	M. Grande
Martelo 6kg	36.77	David Santos	1983	ARCBV	30.06.2002	Mafra
Decatlo	5.180p	Pedro Longo	1996	DCB	10-11.05.2014	Luso
Octatlo	4.703p	Daniel Casteleira	1973	ESNA	21.06.1992	LX.A
<b>Provas Não Oficiais</b>						
1000m	2.32.27	Samuel Barata	1993	GDACB	22.05.2010	Lisboa
5.000m Marcha	23.11.96	João Bernardo	2001	PCC	24.06.2017	Abrantes
10km Marcha	49.52	Tiago Sucena	2004	GCAD	07.11.2021	Sismaria
Peso 7.260kg	12.30	Alexandre Almeida	1993	GCAD	15.12.2012	Covilhã

<b>Séniore Femininos</b>						
<b>Provas Oficiais</b>						
100 m	11.57	Sónia Tavares	1986	GCAD	05.07.2006	Salamanca
100m Barr.	14.76	Leslie Delgado	1990	GCAD	26.06.2011	Lisboa
200m	23.81	Sónia Tavares	1986	GCAD	15.06.2008	Salamanca
400m	55.75	Cátia Jacinto	1992	GCAD	17.06.2012	Lisboa
400m Barr.	59.13	Leslie Delgado	1990	GCAD	06.06.2012	França
800m	2.09,36	Carla Mendes	1994	GCAD	06.06.2015	Salamanca
1500m	4.36.55	Carla Mendes	1994	GCAD	09.05.2015	Lisboa
3.000m	9.35,91	Catarina Carvalho	1992	GCAD	22.02.2015	Pombal
3000m Obst.	10.16,47	Catarina Carvalho	1992	GCAD	12.07.2014	Braga
5000m	17.57,91	Celma Bonfim	1977	GCAD	28.05.2011	Leiria
10.000mMarcha	48.43.51	Inês Reis	1999	CCDLF/UBI	10.06.2017	Vagos
4x100m	48.20	Leslie/Cátia/Daniela/Tânia		GCAD	28.05.2011	Leiria
4x400m	4.04,89	Susana, Daniela, Manuela, Cátia		GCAD	26.06.2011	Lisboa
Altura	1.71	Jennifer Gomes	1995	GCAD	10.07.2013	Braga
Comprimento	5.55	Witney Barata	1988	ARCBV	08.03.2009	Alcanena
Triplo	11.95	Vanessa Rocha	1990	GCAD	09.06.2013	Lisboa
Vara	2.60	Vânia Lourenço	1989	ARCBV	05.05.2007	C.Branco
Peso 4kg	11.27	Fernanda Pereira	1975	GCAD	09.06.2013	Lisboa

A) Pontu

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO  
Recordes Distritaris ao Ar Livre

Disco 1kg	45,08	Fernanda Pereira	1975	GCAD	27.07.2013	Leiria
Dardo 600g	33.90	Filomena Almeida	1994	GCAD	10.06.2012	Lisboa
Martelo 4kg	43.84	Fernanda Silva	1981	GCAD	06.06.2012	Cerveira
Heptatlo	4.130p	Margarida Cavaca	1996	DCB	05-06.07.2014	Luso
Heptatlo	4.351p	Witney Barata	1981	ARCBV	03.06.2007	Vendas Novas
<b>Provas Não Oficiais</b>						
300m	39.10	Sónia Tavares	1986	GCAD	17.05.2008	LX.U
1000m	2.54,03	Carla Mendes	1994	GCAD	28.03.2015	Lisboa
2.000m Obst.	7.10.77	Laura Taborda	1999	PCC	02.07.2016	Lagoa
3.000m Marcha	13.46.78	Inês Reis	1999	CCDLF/UBI	25.02.2017	Pombal
5.000m Marcha	23.58.55	Inês Reis	1999	PCC	14.07.2016	Tiblisi-Georgia
10 km Marcha	48.48	Inês Reis	1999	CCDLF/UBI	21.05.2017	Podebrary - R. Checa
20 Km Marcha Estr	1.51.11	Liliana Martins	1990	GCAD	09.04.2011	Rio Maior

<b>Séniore Masculinos</b>						
<b>Provas Oficiais</b>						
100 m	10.85	Diogo Marouco	1987	ARCBV	18.07.2009	Seia
110m Barr.	15.68	Daniel Casteleira	1973	ESNA	25.07.1992	LX N
200m	22.11	Diogo Marouco	1987	ARCBV	18.07.2009	Seia
400m	48.63	Vitor Jorge	1974	ADCPN	22.07.1991	Maia
400m Barr.	55.44	Bruno Gamboa	1978	ESNA	05.07.1991	Viseu
800m	1.55.35	Samuel Barata	1993	GDACB	20.05.2010	Guimarães
1500m	3.58.35	Samuel Barata	1993	GDACB	30.06.2010	Caceres
3.000m	8.35.17	José Morgado	1975	APA/VA	24.07.1999	Viseu
3.000m Obst.	9.17,91	Miguel Quaresma	1983	GCAD	17.07.2011	Lisboa
5.000m	14.39.38	Miguel Quaresma	1983	GCAD	25.05.2013	Leiria
10.000m	31.06.20	Orlando Francisco	1969	ESNA	16.05.1996	Viseu
10.000m Marcha	45.25,96	Luis Pássaro	1994	GCAD	25.04.2015	Braga
20.000m Marcha	1.35.49,20	Luis Pássaro	1994	GCAD	01.03.2015	Leiria
50 Km Marcha Estr	5.11,01	Amaro Teixeira	1989	GCAD	01.02.208714	Quarteira

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO  
Recordes Distritaris ao Ar Livre

Maratona	02.20.29	João Serralheiro	1970	GDM	24.11.2002	S.Sebastian
4x100m	44.54	B.Mig/R.Bea/D.Vaz/S.Lou		AACB	27.07.1994	Viseu
4x400m	3.27.78	Borges,Gameiro,Morgado,Simões	1990	GCAD	01.06.2014	Fátima
Altura	2.02	Bruno Miguel	1975	SBCB	02.07.1994	Maia
Comprimento	7.11	Rui Beato	1976	ESNA	25.07.1998	T.Monfortinho
Triplo	14.50	Rui Beato	1976	ESNA	03.06.1999	Coimbra
Vara	4.30	Alexandre Gameiro	1992	GCAD	26.01.2014	Pombal
Peso	17.61	Francisco Belo	1991	DCB	15.02.2015	Pombal
Disco	54,06	Francisco Belo	1991	DCB	09.05.2015	Lisboa
Dardo	51.70	Daniel Casteleira	1973	ESNA	09.06.1991	LX N
Martelo	50,39	Vitor Tiago	1990	GCAD	01.03.2014	Leiria
Decatlo	5.386p	Gilberto Enes	1975	ESNA	10/11.04.1999	Coimbra
<b>Provas Não Oficiais</b>						
20km	1.04.36	Orlando Francisco	1969	ESNA	21.01.1996	Almeirim
4x200m	1.34.35	Morgado,Borges, Cristostomo,Santos		GCAD	14.07.2013	Leiria
1000m	2.32.27	Samuel Barata	1993	GDACB	22.05.2010	Lisboa
Meia Maratona	1.05.22	Orlando Francisco	1969	ESNA	17.12.1995	Tondela
5.000m Marcha	21.26,1	Luís Pássaro	1994	GCAD	02.05.2015	Vendas Novas
100Km	8.18.27	Martim Nunes	1976	GCAD	20.10.2013	Madrid
300m	35.55	Pedro Morgado	1997	GCAD	14.06.2014	Lisboa
20 Km Marcha Estr	1.31,45	Luís Pássaro	1994	GCAD	06.06.2015	Corunha