



		<i>Recordes</i>	<i>Regional AAS P.Coberta</i>		<i>Seniores (Femininos)</i>
60 Metros	7,49	Gorete Semedo	1996 Sen	GAF	16-02-2020 Pombal 24026
200 Metros	2 4,85	Gorete Semedo	1996 Sen	GAF	25-01-2020 Pombal 20011
400 Metros	5 6,07	Gorete Semedo	1996 Sen	GAF	13-03-2021 Vários Locais 03010
400 Metros	5 6,07	Gorete Semedo	1996 Sen	GAF	13-03-2021 Vários Locais 03010
800 Metros	2 1 2,21	Beatriz Cruz	2001 S23	GAF	23-01-2022 2203001
1.500 Metros	4 3 6,90	Dina Malheiro	1983 Sen	CAFZZ	05-03-2005 0503000
3.000 Metros	9 4 8,71	Dina Malheiro	1983 Sen	CAFZZ	21-01-2007 0703000
60 M Barreiras-0.84	8,44	Sandra Barreiro	1971 Sen	CNRM	07-02-1998 9803000
4X200 Metros	1 4 8,29	Ga Fátima	2001 Jun	GAF	04-01-2020 Pombal/Alpiarça 20007
		<i>Mariana Gordo (2002) / Carolina Neves (2001) / Tatiana Gonçalves (2001) / Beatriz Neves (2004)</i>			
4X400 Metros	3 5 9,14	Ga Fátima	1993 Sen	GAF	14-03-2021 Vários Locais 03010
		<i>Gonçalves; Semedo; Santos; Crespo</i>			
4X400 Metros	3 5 9,14	Ga Fátima	1993 Sen	GAF	14-03-2021 Vários Locais 03010
		<i>Gonçalves; Semedo; Santos; Crespo</i>			
3.000 Metros Marcha	1 2 2 1,7	Susana Feitor	1975 Sen	CNRM	19-02-1994 9403000
Salto em Altura	1,77	Ana Oliveira	1995 Sen	GAF	16-02-2019 Braga 03011
Salto Com Vara	3,25	Raquel Marques	1999 S23	GAF	10-01-2021 2112009
Salto Com Vara	3,25	Raquel Marques	1999 S23	GAF	15-08-2020 Vários Locais 03040
Salto em Comprimento	6,68	Agate Sousa	2000 S23	GAF	10-01-2021 2112009
Salto em Comprimento	6,68	Agate Sousa	2000 S23	GAF	10-01-2021 2112009
Triplo Salto	13,31	Ana Oliveira	1980 Sen	GAF	16-01-2021 Jamor 12010
Lançamento Peso-4Kq	13,40	Marisa Pão-alvo	1975 Sen	CNRM	30-11-1997 9703000
Pentatlo (Jun/Sen)	3859,00	Ana M. Oliveira	1995 S23	GAF	15-02-2015 Pombal 03012