

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE ÉVORA

MAPA DE RECORDES REGIONAIS - 2025

AR LIVRE FEMININAS

INFANTIS

DISCIPLINAS	MARCA	ATLETA	CLUBE	LOCAL	DATA
60 METROS	8.31	Joana Medinas	G D Diana	Seixal	25/04/2009
60 M. Barr 0,76	10,81	Margarida Pires	G D Diana	Pombal	28/04/2024
150 Metros	20,9	Rita Borralheira	G D Diana	Évora	24/04/2022
600 Metros	1.50,03	Joana Amareleja	A J Landeira	Évora	19/06/2025
1.000 Metros	3.13,4	Carla Jeremias	E F Clube	Viseu	22/03/1992
1.000 M Marcha	5,31,5	Beatriz Marmeleira	E F Clube	Lx PM Pereira	14/11/2015
2.000 M Marcha	13,41,1	Sara Marmeleira	E F C	Lx PM Pereira	14/11/2015
3.000 M Marcha	18,33,28	Beatriz Marmeleira	E F Clube	Vagos	19/03/2016
4 X 60 Metros	35,03	Patricia Sá	Sel. da AAE	Lisboa (N)	05/05/1990
		Suzel Rebocho			
		Carla Jeremias			
		Cristina Cabaço			
Disco 750 G	15,68	Catarina Pitta	E F Clube	V Novas	20/11/2010
A / Bola 163 G	36,85	Vera Pólvora	N A C P L	S.P. Corval	18/07/1998
Salto em Altura	1,41	Margarida Pires	G D Diana	V. Novas	12/05/2024
S/Comprimento	4,59	Joana Medinas	G D Diana	V Novas	12/06/2009
L/ Peso 2K	10,79	Elsa Marques	N A C P L	Montemor	19/10/1991
Dardo 400 G	21,07	Nadia Fialho	G D Diana	V Novas	03/06/2006
Triatlo1 -60b/peso/comp	1245	Cláudia Tecedeiro	G D Diana	V Novas	23/01/2010
Triatlo 2 - 60/comp/peso	1175	Margarida Pires	G D Diana	Évora	03/03/2024
Tetratlo 60/peso/comp/1000	1719	Rita Corchado	G D Diana	Évora	02/06/2018
Tetratlo 60b/peso/alt/1000	1409 P	Patricia Ferreira	C P Lavre	Elvas	02/07/2005
					03/07/2005
Tetratlo 60/peso/alt/1000	1549 P	Ana Patricia Gil	E F Clube	V Novas	20/05/2017
Pentatlo 60/peso/60bcomp/1000	2484 P	Joana Medinas	G D Diana	V Novas	07-

INICIADAS

DISCIPLINAS	MARCA	ATLETA	CLUBE	LOCAL	DATA
60 METROS	8,27	Andreia Santana	A J Estremoz	C.Verde	07/12/2019
60 M. Barr 0,76	9.88	Joana Medinas	G D Diana	V Novas	16/01/2011
80 Metros	10,42	Noa Wintecem	C R Cabaço	V. Castelo	27/04/2025
80 M Bar 0,76	12.5	Joana Medinas	G D Diana	V Novas	19/02/2011
250 Metros	36.0	Cláudia Tecedeiro	G D Diana	V Novas	23/06/2011
250 M Barr. 0,76	39,70	Beatriz Santos	G D Diana	V Novas	28/05/2023
300 M. Bar.	48,12	Margarida Pires	G D Diana	Seia	15/06/2025
300 Metros	44.15	Cláudia Tecedeiro	G D Diana	Pombal	18/06/2011
800 Metros	2.21,39	Susana Lage	L Arraiolense	Maia	12/06/1990
1.000 Metros	3,03,34	Madalena Mataloto	G D Diana	M.Cavaleiros	05/05/2018
1.500 Metros	4.49,06	Susana Lage	L Arraiolense	Lisboa	02/06/1990
1500 M OBST.	5.27.34	Andreia Mendes	E F Clube	Beja	09/05/2010
2.000 M Marcha	12,28	Maria Massas	EC+S Borba	Lisboa(N)	10/05/1987
3.000 M Marcha	17.35,20	Sara Teixeira	G D Diana	Seixal	18/05/2002
4.000 M Marcha	25.36.47	Catarina Varela	G D Diana	Leiria	05/06/2010
5.000 M Marcha	29,57,70	Daniela Palmeiro	E F Clube	Faro	21/03/2015
4 X 80 Metros	42.32	Raquel Marques	Sel. da AAE	Leiria	05/06/2010
		Rita Ferreira			
		Margarida Féria			
		Joana Medinas			
Salto em Altura	1,48	Teresa Ferreira	C P Lavre	Elvas	05/04/2003
		Raquel Marques	E F Clube	Leiria	05/06/2010
		Gabriela Lopes	E F Clube	V Novas	13/04/2013
S/Comprimento	5,11	Raquel Haar	G D Diana	V Novas	21/06/2014
Triplo Salto	9,53	Noa Wintecem	C R Cabaço	V. Novas	24/05/2025
Quádruplo Salto	12,01	Isabel Lobo	G D Diana	V Novas	27/05/2023
L / Peso 3 Kg	9,60	Cláudia Tecedeiro	G D Diana	C. Verde	09/12/2012
L / Disco (750g)	27,38	Verónica Abranja	G D Diana	S P Corval	18/07/1998
L / Disco (1k)	22,08	Verónica Abranja	G D Diana	V Novas	07/06/1998
L / Dardo 400G	25.50	Vera Pólvora	N A C P Lavre	Arraiolos	26/03/2000
L/Dardo 500 G	26,37	Gabriela Lopes	E F Clube	Guarda	20/07/2013
Martelo 3 Kg	36,23	Luana Santos	CORK	Fátima	31/05/2025
Triatlo comp/60b/peso	1565 P	Joana Medinas	G D Diana	V Novas	23/01/2010
Triatlo 80b/comp/peso 3Kg	1093	Francisca Pedro	Cork	Évora	26/06/2021
Tetratlo 1 80b/alt/peso/800	1913	Sofia Rodrigues	G D Diana	Évora	02/06/2018
Tetratlo2~80/comp/peso/800m	1839	Sofia Rodrigues	G D Diana	Évora	17/03/2019
Pentatlo	2.254 P	Neuza Alves	L Arraiolense	Lisboa (N)	30/06/1990
					01/07/1990
Hexatlo 80/peso/alt/60b/comp/1000	2841 P	Raquel Varela	E F Clube	Lisboa (N)	13/04/1995
					14/04/1995
Hexatlo 80b/dard4/alt/comp/peso/800	2265 P	Cintia Antonito	E F Clube	V.Novas	18-19/03/2006
Heptatlo 80b/alt/dar5/80/comp/peso/800	3356	Raquel Haar	G D Diana	V Novas	03/04/2014
					04/04/2014

JUVENIS

DISCIPLINAS	MARCA	ATLETA	CLUBE	LOCAL	DATA
60 METROS	8,21	Marta Falcato	A J Estremoz	C.Verde	07/12/2019
60 M Bar 0,76	9,51	Raquel Haar	G D Diana	V. Novas	12/03/2016
60 M Bar 0,84	10,22	Raquel Haar	G D Diana	V. Novas	09/01/2016
100 Metros	13,01	Carolina Liliu	A J Estremoz	V. Novas	09/05/2015
100 M Barr. 0,76	15,26	Raquel Haar	G D Diana	V. Novas	18/04/2015
200 Metros	27,44	Raquel Haar	G D Diana	V. Novas	09/01/2016
300 Metros	40,73	Raquel Haar	G D Diana	Abrantes	11/06/2016
300 M Barr 0,76	44,34	Raquel Haar	G D Diana	Parchal	03/07/2016
400 Metros	62,23	Raquel Haar	G D Diana	V. Novas	18/06/2016
400 M Barr 0,76	63,12	Raquel Haar	G D Diana	Viseu	10/07/2016
800 Metros	2,19,03	Mariana Quaresma	G D Diana	Luso	05/07/2014
1.000 Metros	3,03,34	Madalena Mataloto	G D Diana	M.Cavaleiros	05/05/2018
1.500 Metros	4.49,06	Susana Lage	L Arraiolense	Lisboa	02/06/1990
2000 M Obst.	7,23,09	Mariana Quaresma	G D Diana	Abrantes	28/06/2014
3.000 Metros	10.37,34	Liliana Teixeira	G D Diana	Cáceres	27/05/2007
3.000 M Marcha	17.35,20	Sara Teixeira	G D Diana	Seixal	18/05/2002
4.000 Marcha	22.18,85	Sofia Rebocho	C C Corval	Maia	20/05/2000
5.000 M Marcha	29,57,70	Daniela Palmeiro	E F Clube	Faro	21/03/2015
		Gabriela Lopes			
4 X 100 Metros	52,05	Raquel Haar	A A Évora	Braga	07/06/2015
		Ana Janeiro			
		Carolina Liliu			
4 X 200 Metros	1,57,16	Catarina Esteves	A A Évora	V Novas	10/05/2013
		Ana Pereira			
		Alice Modesto			
		Ana Santos			
4 X 400 Metros	4.30,96	Neuza Alves	AA Évora	Lisboa (N)	03/06/1990
		Susana Lage			
		Celmira Gomes			
		Rosa Alfaiate			
4 X 1234 (Estafeta Olimpica)	2,28,28	Raquel Haar	G D Diana	Abrantes	29/06/2014
		Cláudia Tecedeiro			
		Catarina Esteves			
		Mariana Quaresma			
S/Altura	1,63	Raquel Haar	G D Diana	V. Novas	09/05/2015
S/Altura	1,63(igual.)	Raquel Haar	G D Diana	Braga	04/07/2015
S/Comprimento	5,57	Raquel Haar	G D Diana	V Novas	30/04/2016
S/Vara	1.80	Mária Mestrinho	C P Lavre	Beja	19/05/2007
Triplo Salto	10,36	Teresa Ferreira	C P Lavre	Beja	12/06/2004
L / Peso 3 K	10,82	Gabriela Lopes	E F Clube	V Novas	31/05/2015
L / Peso 4 K	9,94	Silvia Caeiro	G D Diana	Beja	08/07/2000
L / Disco 1 k	30,73	Vera Polvora	N A C P L	Beja	16/06/2001
L/ Martelo (3k)	40,85	Vera Pólvara	NACP Lavre	Guimarães	23/05/2002
L/Dardo 500g	32,23	Marta Batalha	G D Diana	V. Novas	19/04/2015
L/Dardo 600g	31,69	Marta Batalha	G D Diana	V. Novas	24/05/2015
Heptatlo Juvenis 100b/alt/peso/200/comp/dard5/800	4070	Raquel Haar	G D Diana	V Novas	18-19-04-2015
Triatlo 1 alt/60b/peso	2007	Raquel Haar	G D Diana	V Novas	12/03/2016
Triatlo 2 - 60/comp/peso	1502	Madalena Ribeiro	G D Diana	V Novas	04/02/2018
Triatlo 100//comp/peso 3kg	1683	Andreia Santana	A J Estremoz	Évora	26/06/2021
Tetratlo Juv 100b/comp/peso/800	1665 P	Madalena Ribeiro	G D Diana	V Novas	20/05/2017
Hexatlo 80b/alt/peso/comp/dard6/800	2484 P	Raquel Varela	E F Clube	V R S António	22- 23/03/1997
Hexatlo 100b/alt/peso/comp/dard6/800	2465 P	Alexandra Neto	C P Lavre	Beja	13-
Heptatlo 100b/alt/peso/200/comp/dard6/800	2722 P	Maria Mestrinho	C PLavre	Lisboa	03- 04/04/2008

JUNIORES

DISCIPLINAS	MARCA	ATLETA	CLUBE	LOCAL	DATA
60 Metros	8,21	Marta Falcato	A J Estremoz	C.Verde	07/12/2019
60 M Bar. 0,84	10,22	Raquel Haar	G D Diana	V. Novas	09/01/2016
100 Metros	13,01	Carolina Liliu	A J Estremoz	V. Novas	09/05/2015
100 M Barr 0.84	16.94	Raquel Marques	E F Clube	Beja	12/05/2012
200 Metros	27,44	Raquel Haar	G D Diana	V. Novas	09/01/2016
400 Metros	62,23	Raquel Haar	G D Diana	V. Novas	18/06/2016
400 M Barr 0,76	63,12	Raquel Haar	G D Diana	Viseu	10/07/2016
800 Metros	2,18,42	Mariana Quaresma	G D Diana	Braga	05/07/2015
1.500 Metros	4.49,06	Susana Lage	L Arraiolense	Lisboa	02/06/1990
3.000 Metros	10.25.36	Liliana Teixeira	G D Diana	V. Novas	24/05/2008
5000 metros	19,07,82	Lara Santos	G D Diana	V. Novas	31/05/2025
3000 M Obst.	11,06,82	Mariana Quaresma	G D Diana	Leiria	25/07/2015
3.000 M Marcha	17.35,20	Sara Teixeira	G D Diana	Seixal	18/05/2002
5.000 M Marcha	29,57,70	Daniela Palmeiro	E F Clube	Faro	21/03/2015
		Gabriela Lopes			
4 X 100 Metros	52,05	Raquel Haar	A A Évora	Braga	07/06/2015
		Ana Janeiro			
		Carolina Liliu			
4 X 400 Metros	4.30,96	Neuza Alves	Sel. da AAE	Lisboa (N)	03/06/1990
		Susana Lage			
		Celmira Gomes			
		Rosa Alfaiate			
S/Altura	1,63	Raquel Haar	G D Diana	V. Novas	09/05/2015
S/Altura	1,63 _(igual.)	Raquel Haar	G D Diana	Braga	04/07/2015
S/Vara	1.80	Mária Mestrinho	C P Lavre	Beja	19/05/2007
S/Comprimento	5,57	Raquel Haar	G D Diana	V. Novas	30/04/2016
Triplo Salto	10,36	Teresa Ferreira	C P Lavre	Beja	12/06/2004
L / Peso 4 K	9,94	Silvia Caeiro	G D Diana	Beja	08/07/2000
L/Dardo 600g	34,00	Marta Batalha	G D Diana	V. Novas	19/05/2017
L / Disco 1 K	30,73	Vera Polvora	N A C P L	Beja	16/06/2001
L / Martelo 4 K	39.49	Vera Pólvora	C P Lavre	Beja	28/06/2003
Heptatlo	3181 P	Mária Mestrinho	ASJ Cortiçadas	Luso	11-

SUB 23

DISCIPLINAS	MARCA	ATLETA	CLUBE	LOCAL	DATA
60 Metros	8,21	Marta Falcato	A J Estremoz	C. Verde	07/12/2019
60 M Bar. 0,84	9,39	Teresa Mestre	G D Diana	V. Novas	08/01/2017
100 Metros	13,01	Carolina Liliu	A J Estremoz	V. Novas	09/05/2015
100 M Barr 0.84	15,27	Teresa Mestre	G D Diana	Braga	13/07/2014
200 Metros	26,42	Rafalea Morgado	G D Diana	V. Novas	26/05/2019
400 Metros	59,52	Rafalea Morgado	G D Diana	T. Vedras	15/06/2019
400 M Barr 0,76	63,12	Raquel Haar	G D Diana	Viseu	10/07/2016
800 Metros	2,18,42	Mariana Quaresma	G D Diana	Braga	05/07/2015
1.500 Metros	4.49,06	Susana Lage	L Arraiolense	Lisboa	02/06/1990
3.000 Metros	10.25.36	Liliana Teixeira	G D Diana	V. Novas	24/05/2008
3000 M Obst.	11,06,82	Mariana Quaresma	G D Diana	Leiria	25/07/2015
5.000 Metros	19,07,82	Lara Santos	G D Diana	V. Novas	31/05/2025
3.000 M Marcha	17.35,20	Sara Teixeira	G D Diana	Seixal	18/05/2002
5.000 M Marcha	29,57,70	Daniela Palmeiro	E F Clube	Faro	21/03/2015
		Gabriela Lopes			
4 X 100 Metros	52,05	Raquel Haar	A A Évora	Braga	07/06/2015
		Ana Janeiro			
		Carolina Liliu			
4 X 400 Metros	4,22,35	Andreia Mendes	G D Diana	Vagos	14/06/2015
		Ana Barroco			
		Sara Inácio			
		Mariana Quaresma			
S/Altura	1,63	Raquel Haar	G D Diana	V. Novas	09/05/2015
S/Altura	1,63(igual.)	Raquel Haar	G D Diana	Braga	04/07/2015
Salto à Vara	1,80	Mária Mestrinho	C P Lavre	Beja	19/05/2007
S/Comprimento	5,57	Raquel Haar	G D Diana	V. Novas	30/04/2016
Triplo Salto	11,09	Beatriz Ferreira	G D Diana	Lisboa	05/06/2016
L / Peso 4 K	10,53	Catarina Abreu	G D Diana	Évora	22/04/2018
L/Dardo 600g	38,71	Marta Batalha	G D Diana	T. Vedras	16/06/2019
L / Disco 1 K	30,73	Vera Polvora	N A C P L	Beja	16/06/2001
L / Martelo 4 K	45,19	Catarina Abreu	G D Diana	C. Verde	20/05/2018
Heptatlo	3413	Teresa Mestre	G D Diana	V. Novas	25/05/2014

SÉNIORES FEMININAS

DISCIPLINAS	MARCA	ATLETA	CLUBE	LOCAL	DATA
60 Metros	8,20	Teresa Mestre	G D Diana	Faro	28/02/2017
60 M Bar. 0,84	9,39	Teresa Mestre	G D Diana	V. Novas	08/01/2017
100 Metros	13,01	Carolina Liliu	A J Estremoz	V. Novas	09/05/2015
100 M Barr 0.84	15,03	Teresa Mestre	G D Diana	Leiria	23/07/2017
200 Metros	26,42	Rafaela Morgado	G D Diana	V. Novas	26/05/2019
400 Metros	59,52	Rafaela Morgado	G D Diana	T. Vedras	15/06/2019
400 M Barr 0,76	63,12	Raquel Haar	G D Diana	Viseu	10/07/2016
800 Metros	2,18,42	Mariana Quaresma	G D Diana	Braga	05/07/2015
1.500 Metros	4.49,06	Susana Lage	L Arraiolense	Lisboa	02/06/1990
3.000 Metros	10.25.36	Liliana Teixeira	G D Diana	V. Novas	24/05/2008
3000 M Obst.	11.06.82	Mariana	G D Diana	Leiria	25/07/2015
3.000 M Marcha	14,36,23	Carina Rodrigues	G D Diana	Vagos	13/06/2015
5.000 Metros	17,52,97	Inês Pinto	Individual	Coimbra	16/07/2025
5.000 M Marcha	26,10,4	Carina Rodrigues	G D Diana	V. Novas	02/05/2015
10.000 M Marcha	54,08,51	Carina Rodrigues	G D Diana	Leiria	25/07/2015
Maratona	3,01,34	Raquel Cabaço	G D Diana	Badajoz	24/03/2019
4 X 100 Metros		Gabriela Lopes			
	52,05	Raquel Haar	A A Évora	Braga	07/06/2015
		Ana Janeiro			
		Carolina Liliu			
4 X 400 Metros	4,22,35	Andreia Mendes	G D Diana	Vagos	14/06/2015
		Ana Barroco			
		Sara Inácio			
		Mariana Quaresma			
		Liliana Teixeira			
4 X 1500 M	23.04.4	Sara Teixeira	Sel. da AAE	Portalegre	05/03/2005
		Carla Dias			
		Carina Rodrigues			
S/Altura	1,63	Raquel Haar	G D Diana	V. Novas	09/05/2015
S/Altura	1,63(igual.)	Raquel Haar	G D Diana	Braga	04/07/2015
S/Comprimento	5,57	Raquel Haar	G D Diana	V. Novas	30/04/2016
S/Vara	1.80	Maria Mestrinho	C P Lavre	Beja	19/05/2007
Triplo Salto	11,09	Beatriz Ferreira	G D Diana	Lisboa	05/06/2016
L / Peso 4 K	10,53	Catarina Abreu	G D Diana	Évora	22/04/2018
L/Dardo 600g	46,23	Marta Batalha	G D Diana	Vagos	22/02/2025
L / Disco 1 K	30,73	Vera Polvora	N A C P L	Beja	16/06/2001
L / Martelo 4 K	45,19	Catarina Abreu	G D Diana	C. Verde	20/05/2018
Heptatlo Sénior	3890 P	Teresa Mestre	G D Diana	V. Novas	22-23/04/2017

VETERANAS

DISCIPLINAS	MARCA	ATLETA	CLUBE	LOCAL	DATA
60 Metros	9,63	Tânia Miguéns	AJ Estremoz	V. Novas	08/01/2017
400 Metros	1,16,30	Ines Alves	C R Cabaço	Évora	08/01/2023
800 Metros	2,30,22	Liliana Cardoso	G D Diana	Évora	08/06/2024
1500 Metros	5,06,57	Liliana Cardoso	G D Diana	VRSA	15/06/2024
3000 M Obstáculos	13.33.64	Sandra Piteira	G D Diana	Leiria	22/07/2017
3000 Metros	11,47,63	Vanessa Silva	GDCR Moinhos	V. Novas	14/06/2023
5.000 Metros	18,29,47	Raquel Cabaço	C R Cabaço	Seixal	16/09/2024
10.000 Metros	43,16,47	Anjos Moreira	G D Diana	Lisboa	17/10/2020
Maratona	3,18,40	Ana Lourido	Individual	Porto	03/11/2024
S/Comprimento	4,05	Sandra Piteira	G D Diana	Leiria	22/07/2017
Dardo 600 G	19,44	Ines Alves	C R Cabaço	Ponte Sôr	01/07/2023
Disco 1kg	19,73	Ines Alves	C R Cabaço	Ponte Sôr	01/07/2023
Peso 4kg	6,88	Ines Alves	C R Cabaço	Beja	05/06/2022