

# RECORDES REGIONAIS INIC FEM

| DISCIPLINA                | MARCA   | ATLETA                                                                  | ILHA      | CLUBE  | LOCAL     | DATA       |
|---------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------|-----------|--------|-----------|------------|
| 60 Metros                 | 7.8     | Patricia Rebelo                                                         | S. Miguel | CALAG  | S. Miguel | 1992       |
| 80 Metros                 | 10.44   | Patricia Rebelo                                                         | S. Miguel | CALAG  | Lisboa    | 04-05-1991 |
| 100 Metros                | 12.2    | Patricia Rebelo                                                         | S. Miguel | CALAG  | S. Miguel | 09-05-1992 |
| 200 Metros                | 26.1    | Patricia Rebelo                                                         | S. Miguel | CALAG  | S. Miguel | 1992       |
| 250 Metros                | 35.9    | Sofia Ávila                                                             | Faial     | SBCS   | Faial     | 04.04.2008 |
| 300 Metros                | 44.57   | Alexandra Sousa                                                         | Terceira  | NSIT   | Lisboa    | 1999       |
| 800 Metros                | 2.28.0  | Angela Gomes                                                            | Faial     | CIAIA  | Faial     | 1993       |
| 1.000 Metros              | 3.08.01 | Eugénia Lopes                                                           | Faial     | CIAIA  | Faial     | 1978       |
| 1.500 Metros              | 5.08.4  | Tânia Sousa                                                             | S. Miguel | CALAG  | Aveiro    | 08-05-1999 |
| 1.500 M Obst              | 5 30.74 | Isabel Silva                                                            | Terceira  | CAT    | S. Miguel | 07.05.2011 |
| 60 m/b (0,76)             | 9.6     | Fernanda Borba                                                          | S. Miguel | CALAG  | Lisboa    | 1996       |
| 80 m/b (0,76)             | 12.40   | Fernanda Borba                                                          | S. Miguel | CALAG  | Lisboa    | 27-04-1996 |
| 100 m/b (0,76)            | 14.8    | Fernanda Borba                                                          | S. Miguel | CALAG  | S. Miguel | 25-05-1996 |
| 250 m/b (0,76)            | 39.68   | Cátia Silva                                                             | Terceira  | ACM    | S. Miguel | 29.05.2010 |
|                           | 40.71   | Sofia Ávila                                                             | Faial     | SBCS   | S. Miguel | 08.06.2008 |
| 300 m/b (0,76)            | 48.9    | Alexandra Sousa                                                         | Terceira  | NSIT   | Lisboa    | 2000       |
| 400 m/b (0,76)            | 71.9    | Ângela Gomes                                                            | Terceira  | CAT    | Terceira  | 1995       |
|                           | 71.16   | Cátia Silva                                                             | Terceira  | ACM    | Palermo   | 26-05-2011 |
| Altura                    | 1.61    | Sofia Pires                                                             | Terceira  | CAT    | Terceira  | 2001       |
| Vara                      | 2.91    | Joana Flores                                                            | Terceira  | CAT    | C. Rainha | 03.07.2004 |
| Comprimento               | 5.37    | Lélia Ferreira                                                          | Terceira  | CAT    | Terceira  | 2002       |
| Triplo                    | 11.01   | Ana Borges                                                              | Terceira  | CAT    | Seixal    | 2002       |
| Peso (3 Kg)               | 12.05   | Elsa Soares                                                             | S. Miguel | EXTPOV | S. Miguel | 16-04-1989 |
| Disco (750 gr)            | 33.54   | Vanessa Rebelo                                                          | Terceira  | ACM    | Terceira  | 2003       |
| Martelo (3 Kg) cabo 80 cm | 48.75   | Diana Sousa                                                             | Terceira  | ACM    | Terceira  | 2001       |
| Dardo (400 gr)            | 38.05   | Alda Alamo                                                              | Terceira  | ACM    | Terceira  | 1988       |
| Dardo (500 gr)            | 30.48   | Elisabete Silva                                                         | S. Miguel | CDEM   | S. Miguel | 28.04.2007 |
| Heptatlo                  | 3342    | Sofia Melo<br>(13.84=1,40=24,68=11.39=4,23=10,59=2:48.24)               | S. Miguel | CDE    | S. Miguel | 17.03.2007 |
| Hexatlo (antes)           | 3.024   | Claudia Rodrigues<br>(13.72=1.52=23.31=4.63=8.99=2.43.19)               | S. Miguel | COD    | Melgaço   | 24.04.2004 |
| Hexatlo (antes)           | 3528    | Alexandra Sousa                                                         | Terceira  | NSIT   | Lisboa    | 2000       |
| Triatlo (antes)           | 1549    | Alexandra Sousa                                                         | Terceira  | NSIT   | S. Jorge  | 2000       |
| Triatlo                   | 1693    | Ana Correia<br>(10.0=10,13=4,73)                                        | S. Miguel | COD    | S. Miguel | 07-12-2002 |
| 3.000 m/Marcha            | 16.17.0 | Ana Naia                                                                | Faial     | CIAIA  | Benavente | 1995       |
| 4.000 m/Marcha            | 22.35.5 | Ana Naia                                                                | Faial     | CIAIA  | Mª Grande | 1995       |
| 4 X 80 metros             | 42.07   | Sel. Açores<br>(Cátia Silva/Elisa Pacheco/Isabel Santos/Raquel Furtado) | Açores    | Açores | Leiria    | 05-06-2011 |