

# RECORDES MASCULINOS

(atualizados a 15.01.2026)

INFANTIS - MASCULINOS					
AR LIVRE					
Disciplina	Atleta	Clube	Local	Data	Marca
60 m	Felipe Silva (98)	CCD BNS Conceição	Castro Verde	27/11/2010	7.4 (+0.2)
	Felipe Silva (98)	CCD BNS Conceição	Beja	14/05/2011	7.4 (+1.1)
60 m/Barr 0,76	Felipe Silva (98)	CCD BNS Conceição	Vendas Novas	01/05/2011	9.5 (-0.2)
150 m	Felipe Silva (98)	CCD BNS Conceição	Seixal	24/06/2011	18.51
600 m	Luis Santos (02)	FC Castrense	Castro Verde	12/12/2015	1.38,2
1 000 m	António Cortegano (75)	Barrancos FC	Lisboa	13/03/1988	2.53,9
2 000 m/Marcha Pista	Dionísio Ventura (79)	DJ Aljustrelense	Lisboa	02/05/1992	12.08,5
2 000 m/Marcha Estrada	Pedro Fialho (95)	Moura AC	Rio Maior	14/04/2008	11.10
4x60 m	Desportivo da Juventude Aljustrelense		Açoteias	25/05/1985	30.8
	H. Belchior, R. Silva, J. Estebainha, C. Batista				
Altura	Felipe Almeida (05)	JD Neves	Castro Verde	16/06/2018	1,58
Comprimento	Felipe Silva (98)	CCD BNS Conceição	Beja	15/05/2011	5,52 (+1.8)
Comprimento c/Vara	Luís Doroteia (84)	JD Neves	Lisboa	10/06/1997	4,53
Peso 3 kg	Felipe Almeida (05)	JD Neves	Odemira	12/05/2018	12,00
Dardo 400 grs	Luís Crispim (00)	CCD BNS Conceição	Beja	12/05/2013	24,91
Disco 750 grs	Nuno Mesquita (2010)	AFSalvador Atletismo	Beja	11/02/2023	23,12
Martelo 3 kg	Diogo Luz (95)	JD Neves	Beja	22/05/2008	21,16
Quadruplo Salto	Miguel Custódio (09)	Individual	Beja	09/04/2022	12,79 (+1,1)
Pentatlo	Felipe Silva (98)	CCD BNS Conceição	Vendas Novas	30/04/2011	2.580 Pts
	60M-7.60; Comp-5,35; 60B076-9.5; Peso3-10,73; 1000M-3.39.9)				
PISTA CURTA					
60 m PC	Felipe Silva (98)	CCD BNS Conceição	Alpiarça	19/02/2011	7.11
60 m/Barr 0,76 PC	Felipe Silva (98)	CCD BNS Conceição	VRS António	09/01/2011	9.84
Altura PC	Felipe Almeida (05)	JD Neves	Beja	11/03/2018	1,50
Comprimento PC	António Gaibino (04)	JD Neves	Alpiarça	19/03/2017	4,72
Peso 3 kg PC	Felipe Silva (98)	CCD BNS Conceição	VRS António	09/01/2011	9,95
Triatlo PC	Rodrigo Santana (2011)	CSLB Almodôvar	Pombal	09/03/2024	974 Pts
	60 M – 8.48; Peso 3kg – 6,86; Comp – 4,25				
PROVAS NÃO OLÍMPICAS - INFANTIS MASCULINOS					
AR LIVRE					
50 m/Barr (0,76)	Rui Batista (70)	DJ Aljustrelense	Messejana	02/07/1983	8.8
80 m	Cristiano Páscoa (08)	AFSalvador Atletismo	Beja	12/06/2021	11.20 (-3,9)
250 m	Carlos Batista (72)	DJ Aljustrelense	Açoteias	25/05/1985	32.5
300 m/Barr (0,76)	Miguel Santos (81)	Escola C+S Ourique	Beja	03/04/1994	60.2
500 m	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Almodôvar	28/10/2000	1.33
800 m	Miguel Custódio (09)	Individual	Beja	01/05/2022	2.19,93
Milha Estrada	Vítor Carvalheira (88)	CN Alvito	Beja	01/05/2001	5.26
Medley	Juventude Desportiva das Neves		Beja	21/04/2024	1.15,32
	gabriel botelho(013); gustavo venâncio (012); tiago russo (011); tiago espanhol (011))				
4x80 m	CCD BNS Conceição		Beja	06/06/2009	53.09
	Marco Moisés, Manuel Madeira, Diogo Santos, Pedro Oliveira				
1 000 m/Marcha	Paulo Parreira (77)	DJ Aljustrelense	Beja	17/04/1990	5.28,3
3 000 m/Marcha Pista	Gonçalo Béjinha (86)	CRAM Os Leões	Beja	15/05/1999	16.25,1
3 000 m/Marcha Estrada	Ventura Doroteia (88)	JD Neves	Beja	28/04/2001	16.22
Peso 2 kg	Luís Ferreira (83)	DJ Aljustrelense	Beja	1996	7,48
Peso 4 kg	Felipe Almeida (05)	JD Neves	Odemira	26/05/2018	9,75
Dardo 500 grs	Bruno Caeiro (97)	JD Neves	Castro Verde	27/11/2010	33,46
Dardo 600 grs	Bernardo Colaço (99)	SRD Entradense	Beja	08/06/2012	25,65
Disco 1 kg	Diogo Calado (95)	SC Cuba	Beja	22/05/2008	20,04
Martelo 4 kg	Diogo Luz (95)	JD Neves	Beja	11/06/2008	19,06
Vara	Sérgio Guerreiro (81)	Despertar SC	Beja	23/04/1994	1,80
Bola	Rui Batista (70)	DJ Aljustrelense	Messejana	16/04/1983	70,45
Triatlo	Rodrigo Santana (2011)	CSLB Almodôvar	Beja	24/02/2024	1.059 Pts
	60 M – 8.31 (+2.0); Peso 3kg – 7,71; Comp – 4,19 (+0.0)				
Tetratlo	Carlos Batista (72)	DJ Aljustrelense	Açoteias	15-16/06/1985	2.139 Pts
	60m - 7.6; Comp - 5,34; Peso - 11,80; 1 000m - 3.17,0				
Tetratlo	Pedro Azevedo (89)	JD Neves	Seixal	18-19/05/2002	1.919 Pts
	60m/barr (076) – ; Alt – ; Peso – ; 1000m				
PISTA CURTA					
300 m PC	André Garrido (2012)	FC Castrense	Pombal	27/12/2025	41.51

Triatlo PC	Pedro Azevedo (89)	JD Neves	Braga	05/01/2002	1.088 Pts
60B076 – 10.75; Peso 3kg – 9,41; Comp – 4,15					
<b>INICIADOS - MASCULINOS</b>					
<b>AR LIVRE</b>					
80 m	Felipe Silva (98)	CCD BNS Conceição	Fátima	01/06/2013	9.21 (+1,6)
100 m/Barr (0,84)	Nuno Mesquita (2010)	AFSalvador Atletismo	Beja	21/06/2025	14.36 (+0.9)
300 m	Luís Barroso (66)	ACR Zona Azul	Beja	05/06/1981	36.4
300 m/Barr (0,76)	Bruno Silveira (83)	JD Neves	Beja	15/04/2000	42.52
800 m	Nuno Mesquita (10)	AFSalvador Atletismo	Beja	29/06/2025	1,59,97
1 500 m	Manuel Damião (78)	Barrancos FC	Maia	19/06/1993	4.09,90
1 500 m/Obstáculos 0,76	João Silva (98)	NAR Messejana	Beja	16/06/2013	4.42,60
4 000 m/Marcha Pista	Bruno Guerreiro (82)	FC Castrense	Coimbra	17/05/1997	21.32,5
4 000 m/Marcha Estrada	Bruno Fernandez (85)	JD Neves	Castelo de Vide	04/12/1999	19m53s
4x80 m	CCD BNS Conceição		Seixal	07/06/2013	37.86
	Rodrigo Coxilha (00), Francisco Vieira (98), Felipe Silva (98), Miguel Rosa (98)				
Altura	Tiago Madeira (83)	FC Castrense	Alpiarça	14/02/1998	1,80
Comprimento	Luís Barroso (66)	ACR Zona Azul	Beja	?	6,14
Peso 4 kg	Diogo Luz (95)	JD Neves	Castro Verde	23/10/2010	14,03
Dardo 600 grs	Pedro Picado (92)	JD Neves	Beja	12/05/2007	45,38
Disco 1 kg	Nuno Mesquita (10)	AFSalvador Atletismo	Viana do Castelo	18/05/2025	41,85
Martelo 4 kg	André Castanho (01)	JD Neves	Castro Verde	17/04/2016	31,64
Triplo Salto	Gabriel Guerreiro (76)	DJ Aljustrelense	Beja	25/05/1991	12,99
Vara	Leonardo Ferreira (09)	JD Neves	Beja	08/05/2024	2,40
<b>PISTA CURTA</b>					
60 m PC	Felipe Silva (98)	CCD BNS Conceição	Alpiarça	04/02/2012	7.36
300 m PC	Pedro Mestre (2010)	FC Castrense	Pombal	27/12/2025	41.10
Altura PC	Tiago Madeira (83)	FC Castrense	Alpiarça	14/02/1998	1,80
Comprimento PC	Felipe Silva (98)	CCD BNS Conceição	Lisboa	05/05/2012	5,82 (+1.8)
Peso 4 kg PC	Diogo Luz (95)	JD Neves	Alpiarça	06/02/2010	12,37
Triatlo PC	Tiago Madeira (83)	FC Castrense	Alpiarça	14/02/1998	1.538 Pts
	60B084 – 9.4; Altura – 1,80; Peso 4kg – 9,89				
<b>PROVAS NÃO OLÍMPICAS - INICIADOS MASCULINOS</b>					
<b>AR LIVRE</b>					
60 m	Felipe Silva (98)	CCD BNS Conceição	Castro Verde	02/02/2013	7.43 (+1.3)
60 m/Barr (0,84)	Francisco Vieira (98)	CCD BNS Conceição	Castro Verde	02/02/2013	8.93 (+0.5)
80 m/Barr (0,84)	João Curro (72)	SC Cuba	Lisboa	10/05/1987	12.6
	João André (80)	DJ Aljustrelense	Beja	05/03/1995	
100 m	Carlos Batista (72)	DJ Aljustrelense	Lisboa	1987	11.62
110 m/Barr (0,91)	Nuno Mesquita (10)	AFSalvador Atletismo	Beja	21/07/2025	15.90(+1,6)
150 m	Felipe Silva (98)	CCD BNS Conceição	Beja	26/01/2013	17.97 (+0,7)
200 m	Carlos Batista (72)	DJ Aljustrelense	Lisboa	1987	23.94
250 m	Tomás Gonçalves (05)	AFSalvador Atletismo	Lagoa	09/06/2019	31.19
250 m/Barr (0,76)	Júlio Brissos (96)	ACR Zona Azul	Beja	29/05/2010	35.3
300 m/Barr (0,84)	Diogo Felisberto (02)	CCD BNS Conceição	Abrantes	25/06/2017	42.68
400 m	Bruno Silveira (83)	JD Neves	Beja	08/07/2000	55.14
400 m/Barr (0,76)	Tiago Silveira (80)	JD Neves	Açoteias	04/06/1995	61.2
400 m/Barr (0,84)	Bruno Silveira (83)	JD Neves	Lisboa	02/07/2000	61.87
600 m	Francisco Vieira (98)	CCD BNS Conceição	Castro Verde	22/10/2011	1.43,79
Milha	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Pechão	14/06/2001	4.48
1 000 m	João Silva (98)	NAR Messejana	Cantanhede	11/05/2013	2.41,45
2 000 m	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Almodôvar	28/10/2000	7.36
3 000 m	Manuel Damião (78)	Barrancos FC	Maia	19/06/1993	8.55,55
2 000 m/Marcha Estrada	Gonçalo Béjinha (86)	CRAM Os Leões	Castelo de Vide	04/12/1999	11.04,4
3 000 m/Marcha Pista	Bruno Fernandez (85)	JD Neves	Beja	06/11/1999	15.38,80
3 000 m/Marcha Estrada	Nelson Fialho (94)	Moura AC	Sesimbra	01/06/2008	16.40
5 000 m/Marcha Pista	Rui Jorge (72)	GD Messejanense	Lisboa	06/06/1987	27.33,9
10 000 m/Marcha Pista	Rui Jorge (72)	GD Messejanense	Beja	28/05/1987	1h06.01,2
Medley INIC	JD Neves		Beja	21/04/2024	2.39,78
	rafael graça 010; gabriel russo 09; miguel crispim 010; leonardo ferreira 09				
4x60 m	ACR Zona Azul		Beja	18/02/1995	33.9
4x100 m	Seleção de Beja		Braga	16/07/1979	49.2
	M. Anacleto; V. Batista; R. Fragoso; J. Barrocas				
4x400 m	ACR Zona Azul		Abrantes	22/06/2003	3.48,88
	André Lampreia (88), Pedro Fontes (88); João Batista (88); Pedro Rocha (88)				
Peso 3 Kg	Carlos Batista (72)	DJ Aljustrelense	Açoteias	16/06/1985	11,80
Peso 5 kg	Diogo Luz (95)	JD Neves	Beja	09/06/2010	12,76
Dardo 400 grs	João Costa (73)	SC Cuba	Beja	17/04/1988	50,96
Dardo 700 grs	Pedro Picado (92)	JD Neves	Beja	17/06/2007	42,55

Disco 1,5 kg	António Campos (80)	JD Neves	Beja	28/05/1995	34,50
Disco 2 kg	António Campos (80)	JD Neves	Açoteias	18/06/1995	29,18
Martelo 5 kg	Jorge Machado (71)	SC Cuba	Lisboa	20/05/1986	34,80
Quadruplo Salto	Tiago Patola (05)	AFSalvador Atletismo	Castro Verde	25/05/2019	11,83 (+0,6)
Pentatlo	Gabriel Guerreiro (76)	DJ Aljustrelense	Beja	18-19/05/1991	2.486 Pts
	80m - 9,7; Comp - 5,68; Peso - 10,47; Altura - 1,53; 1 000m - 3,07,9				
Triatlo (Atleta Completo)	Rafael Baio(07)	AFSalvador Atletismo	Évora	26/06/2021	1.003 Pts
	100B-19,92(?);Comp-4,77(-0,8);Peso4kg-9,02				
Triatlo	Nuno Mesquita (10)	AFSalvador Atletismo	Beja	08/02/2025	1.813 Pts
	60M/Barr084-9.15(+0,7); Comp-5.80 (-0,2); Peso4kg-11,17				
Triatlo	Ismael Costa (85)	CRAM Os Leões	Beja	08/01/2000	1.183 Pts
	60M - 7.8 (+1.0); Comp - 5,22 (+0.5); Peso 4kg - 9,75				
Tetratlo 1	Diogo Felisberto (02)	CCD BNS Conceição	Torres Vedras	01/07/2017	2.300 Pts
	100M/B0.84 - 14.46 (+6.2); Altura - 1,54; Peso 4kg - 9,91; 1000M - 3.03,07				
Tetratlo 2	António Gaibino (04)	JD Neves	Viana do Castelo	07/07/2018	2.201 Pts
	80M - 9.95 (+3.1); Comp - 5,16 (-1.8); Peso 4kg - 8,73; 1000M - 2.52,34				
Hexatlo	Bruno Silveira (83)	JD Neves	Beja	25-26/03/2000	2.923 Pts
	80M-10.30; Comp-5,29; Peso4kg-8,91; 80MB-13.13; Altura - 1,68; 1 000m - 2.51,87				
Hexatlo	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Elvas	02-03/07/2005	3.374 Pts
	100MB084 - 14,76; COMP- 5,34; Dardo400grs- 42,26; Alt- 1,70; 1000M-2.54,36; Peso4kg-11,68				
Heptatlo	Nuno Mesquita (10)	AFSalvador Atletismo	Beja	26-27/04/2025	4.055 Pts
	80M-9.94(+3,0)-; Comp-5,55(+2,1); Dardo600g-30,86; 100B084-15.05(-0,8); Peso4kg-11,60; Alt- 1,72; 1000M-2.49,23				

### PISTA CURTA

60 m/Barr (0,84) PC	Francisco Vieira (98)	CCD BNS Conceição	VRS António	19/01/2013	8.90
Triatlo PC	António Vilhena (93)	SRD Entradense	Alpiarça	02/02/2008	1.628 Pts
	60MB084 - 9.27; Comp - 5.12; Peso5kg - 10.84				

### JUVENIS - MASCULINOS

#### AR LIVRE

100 m	Luís Barroso (66)	ACR Zona Azul	Lisboa	23/07/1983	10.52	
110 m/Barr (0,91)	Tomás Gonçalves (05)	AFSalvador Atletismo	Albufeira	07/05/2022	14.17 (-0.7)	
200 m	Luís Barroso (66)	ACR Zona Azul	Lisboa	24/07/1983	21.17	
400 m	Fábio Filipe (96)	FC Castrense	Fátima	06/07/2013	51.08	
400 m/Barr 0,84	Tiago Silveira (80)	JD Neves	Leiria	08/06/1997	57.49	
800 m	Tiago Silveira (80)	JD Neves	Lisboa	29/05/1997	1.56,09	
1 500 m	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Guimarães	17/05/2003	4.00,65	
2 000 m/Obstáculos 0,84	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Beja	07/06/2003	6.07,95	
3 000 m	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Guimarães	13/07/2003	8.34,56	
5 000 m/Marcha Pista	Gonçalo Béjinha (86)	JD Neves	Maia	07/06/2003	22.50,28	
5 000 m/Marcha Estrada	Jorge Fialho (91)	Moura AC	Loures	27/10/2007	21.59	
4x100 m	Seleccção de Beja			Braga	07/06/2015	45.19
	Felipe Silva 98; Miguel Rosa 98; Francisco Vieira 98; Bernardo Colaço 99					
Estafeta Medley 1234	CCD BNS Conceição		Fátima	21/06/2015	2.16,86	
	Felipe Silva 98; Francisco Vieira 98; Miguel Rosa 98; Rafael Chora 99					
Altura	Henrique Agua-Doce (94)	CCD BNS Conceição	Beja	12/05/2012	1,91	
	Diogo Luz (95)	JD Neves	Beja	12/05/2012	1,91	
Comprimento	Diogo Luz (95)	JD Neves	Beja	12/05/2012	6,62 (+0.9)	
Peso 5 kg	Diogo Luz (95)	JD Neves	Abrantes	30/06/2012	15,19	
Dardo 700 grs Novo	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Abrantes	24/06/2007	50,88	
Disco 1,5 kg	João Costa (73)	SC Cuba	Beja	28/04/1990	44,40	
Martelo 5 kg	Jorge Madeira (95)	FC Castrense	Fátima	02/06/2012	41,92	
Triplo Salto	Tiago Madeira (83)	FC Castrense	Lisboa	02/07/2000	13,16 (+1.0)	
Vara	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Vendas Novas	03/06/2007	3,35	
Decatlo	Vicente Paulo (07)	Beja AC	Beja	13-14/04/2024	3,796 Pts	
	100m-12.36(0,0); Comp-4,91(-0,6); Peso5-7,56; Alt- 1,60; 400m-56.82; 110B091-20.56(-0,5); Disco1,5- 18,60; Vara-SM; Dardo7-25,20; 1500m-4.31,50					

### PISTA CURTA

300 m PC	Ivan Reves (99)	FC Castrense	Pombal	30/01/2016	36.93
Altura PC	Diogo Luz (95)	JD Neves	Alpiarça	04/02/2012	1,80
Comprimento PC	Júlio Brissos (96)	ACR Zona Azul	Pombal	06/01/2013	5,94
Triplo Salto PC	Carlos Palma (92)	ACR Zona Azul	Alpiarça	16/02/2008	11,40
Peso 5 kg PC	Diogo Luz (95)	JD Neves	Alpiarça	04/02/2012	13,95

## PROVAS NÃO OLÍMPICAS - JUVENIS MASCULINOS

AR LIVRE						
50 m	José Vieira (77)	ACR Zona Azul	Alpiarça	05/03/1994	6.3	
	Luís Pinto (80)	JD Neves	Beja	04/01/1994		
60 m	Artur Palma (83)	JD Neves	Beja	12/02/2000	7.0 (+1.3)	
60 m/Barr 0,91	Tomás Gonçalves (05)	AFSalvador Atletismo	Faro	29/01/2022	8.56 (0,0)	
60 m/Barr 1,06	David Palma (81)	ACR Zona Azul	VRS António	17/01/1998	9.0 (-0.5)	
80 m	Felipe Silva (98)	CCD BNS Conceição	Fátima	01/06/2013	9.21 (+1.6)	
100 m/Barr 0,91	Artur Palma (83)	JD Neves	Mafra	29/04/2000	14.05 (-2.6)	
110 m/Barr 0,91	Artur Palma (83)	JD Neves	Lisboa	01/07/2000	15.36 (+1.7)	
110 m/Barr 1,00	Pedro Picado (92)	JD Neves	Lisboa	12/07/2009	17.06 (+0,6)	
110 m/Barr 1,06	Artur Palma (83)	JD Neves	Braga	29/07/2000	16.02 (+0.4)	
150 m	Henrique Agua-Doce (94)	CCD BNS Conceição	Beja	29/06/2011	16.7 (+0.4)	
300 m	Daniel Reves (01)	JD Neves	Braga	04/06/2017	36.13	
300 m/Barr 0,84	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Covilhã	12/05/2007	40.22	
400 m/Barr 0,91	Nuno Guerreiro (90)	NAR Messejana	Viseu	07/07/2007	59.2	
500 m	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Beja	31/05/2003	67.44	
Milha	João Caeiro (93)	CN Alvito	Beja	13/05/2010	4.33,07	
1 000 m	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Lisboa	27/04/2003	2.31,6	
1 500 m/Obstáculos	Jorge Correia (72)	DJ Aljustrelense	Lisboa	28/05/1988	4.52,1	
2 000 m	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Beja	28/06/2003	5.43,77	
5 000 m	Nelson Maralhas (76)	DJ Aljustrelense	Beja	07/06/1992	18.38,6	
4 000 m/Marcha Estrada	Gonçalo Béjinha (86)	CRAM Os Leões	Lisboa	18/11/2001	20.19	
10 000 m/Marcha Pista	Gonçalo Béjinha (86)	JD Neves	Sherbrooke(Canadá)	11/07/2003	47.23,30	
10 000 m/Marcha Estrada	Gonçalo Béjinha (86)	JD Neves	Grândola	09/02/2003	48.05	
1 Hora Marcha	Gonçalo Béjinha (86)	JD Neves	Quarteira	17/04/2004	13.318 m	
4x300 m	CCD BNS Conceição		Beja	29/05/2011	2.38,3	
	João Afonso 95, Alexandre Piçarra 94, Henrique Agua-Doce 94, Gonçalo Almeida 95					
4x400 m	Juventude Desportiva das Neves		Leiria	08/06/1997	3.36,38	
	Luís Pinto (80); Bruno Baganha (80); João Charrua (81); Tiago Silveira (80)					
4x1500 m	Seleção de Beja		Portalegre	05/03/2005	19.26,8	
	Igor Agostinho (88), Mário Camacho (89), Filipe Baltazar (88), Celso Graciano (89)					
Peso 4 kg	Diogo Luz (95)	JD Neves	Castro Verde	23/10/2010	14,03	
Peso 6 kg	Diogo Luz (95)	JD Neves	Beja	08/06/2012	13,80	
Peso 7,260 kg	Luís Cascalheira (78)	JD Neves	Beja	17/12/1994	10,70	
Dardo 600 grs Antigo	João Costa (73)	SC Cuba	Açoteias	21/07/1990	62,00	
Dardo 600 grs Novo	Tiago Madeira (83)	FC Castrense	Mafra	30/04/2000	41,77	
Dardo 700 grs Antigo	João Costa (73)	SC Cuba	Andorra	25/07/1990	58,56	
Dardo 800 grs	João Costa (73)	SC Cuba	Lisboa	14/07/1990	53,84	
Disco 1,750 kg	Micael Nóbrega (87)	JD Neves	Beja	13/06/2004	33,41	
Disco 2 kg	Rui Batista (70)	DJ Aljustrelense	Lisboa	15/06/1986	34,70	
Martelo 6 kg	Jorge Madeira (95)	FC Castrense	Beja	08/06/2012	32,81	
Martelo 7,260 kg	António Campos (80)	JD Neves	Beja	22/06/1997	26,20	
Triatlo 1 (Atleta Completo)	Tomás Gonçalves (05)		AFSalvador Atletismo	Évora	26/06/2021	1.731 Pts
	110M/Barr091-15,50(-1,7); Alt-1,62; Peso5kg-9,59					
Triatlo 2 (Atleta Completo)	Paulo Barata (04)		JD Neves	Évora	26/06/2021	1.160 Pts
	100M-13,14(?);Comp-4,85(-0,1);Peso5kg-7,92					
Hexatlo	Jorge Soares (71)		GD Messejanense	Lisboa	11/06/1988	3.855 Pts
	100m - 11.9; Comp - 6,29; peso - 13,82; altura - 1,83; dardo - 51,30; 800m - 3.04,08					
Heptatlo	Tiago Madeira (83)		FC Castrense	Mafra	29-30/04/2000	4.352 Pts
	100B091 - 15.36 (-3.2); Comp - 6,45 (-0.6); Peso 5 kg - 11,69; 200 M - 24.81 (-0.1); Altura - 1,84; Dardo 600g - 41,77; 1000 M - 2.48,20					
Octatlo Técnico (Camp Nac)	Ricardo Amaro (90)		JD Neves	Vendas Novas	02-03/06/2007	2.133 Pts
	110B091-15.14; Comp-6,74; Peso5-12,60; Alt-1,85; Disco15-34,50; Vara-3,35; Dardo7-47,91; 1000M-2.46,06					
Octatlo Técnico Novo	Diogo Luz (95)		JD Neves	Beja	26-27/05/2012	5.631 Pts
	100m-11.59; Comp-6.23; Peso5-13.96; 300m-36.50; 110B091-15.56; Alt-1.89; Dardo7-39.45; 1000m-2.44.59					
Octatlo Técnico	João Português (87)		JD Neves	Beja	24-25/04/2004	4.848 Pts
	100M-12.14;400M-54.45;COMP-5,90;PES05-12,45;1000M-2,53,56;110B091-16.81;ALT-1,80;DARDO7-37,33					
PISTA CURTA						
60 m PC	Roberto Antunes (92)		JD Neves	Alpiarça	07/03/2009	7.34
	Tomás Gonçalves (05)		AFSalvador Atletismo	Braga	12/02/2022	7,34
60 m/Barr 0,91 PC	Tomás Gonçalves (05)		AFSalvador Atletismo	Braga	06/02/2022	8.37
400 m PC	Carlos Palma (92)		ACR Zona Azul	Espinho	10/01/2009	58.08
Triatlo PC	Artur Palma (83)		JD Neves	Braga	29/01/2000	1.898 Pts
	60 M - 7.39; Altura - 1,82; Peso 5kg - 10,64					
Triatlo PC	Diogo Luz (95)		JD Neves	Alpiarça	04/02/2012	2.133 Pts
	60B0914 - 8.84; Altura - 1,80; Peso5 - 13,95					
Triatlo 2 PC	Tomás Gonçalves (05)		AFSalvador Atletismo	Pombal	12/03/2022	1.818 Pts
	60M-7,36 + Peso5 - 10,07 + Comp - 5,92					

## JUNIORES – MASCULINOS

### AR LIVRE

100 m	Luís Barroso (66)	ACR Zona Azul	Lisboa	23/07/1983	10.52	
110 m/Barr 1,00	Tomás Gonçalves (05)	AFSalvador Atletismo	Abrantes	16/07/2023	14.87 (+1.7)	
200 m	Luís Barroso (66)	ACR Zona Azul	Lisboa	08/07/1984	20.95	
400 m	Fábio Filipe (96)	FC Castrense	Braga	04/07/2015	50.24	
400 m/Barr 0,91	João Almeida (78)	ACR Zona Azul	Lisboa	29/05/1997	57.24	
800 m	Tiago Silveira (80)	JD Neves	Lisboa	29/05/1997	1.56,09	
1 500 m	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Beja	10/06/2004	3.58,87	
3 000 m	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Guimarães	13/07/2003	8.34,56	
3 000 m/Ostáculos 0,91	Celso Graciano (89)	Beja AC	Setúbal	25/05/2008	9.50,26	
5 000 m	João Bento ( )	ACR Zona Azul	Lisboa	29/03/1980	15.43,3	
5 000 m/Marcha	Dionísio Ventura (79)	JD Neves	VRS António	31/05/1998	20.57,08	
4x100 m	Futebol Clube Castrense			Braga	04/07/2015	44.58
	Bernardo colaço99; Fábio Filipe96; Ivan Reves99; Daniel Gamboias97					
4x400 m	Juventude Desportiva das Neves			Mafra	18/07/1999	3.34,54
	Luís Pinto (80), Patrício Martins (82), João Charrua (81), Tiago Silveira (80)					
Altura	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Setúbal	24/05/2008	1,94	
Comprimento	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Luso	01/06/2008	6,94 (+1.8)	
Peso 6 kg	Diogo Luz (95)	JD Neves	Beja	16/06/2013	14,12	
Dardo 800 grs	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Seixal	25/07/2009	56,82	
Disco 1,750 kg	Micael Nóbrega (87)	JD Neves	Beja	11/06/2006	37,90	
Martelo 6 kg	Micael Nóbrega (87)	JD Neves	Beja	10/06/2006	37,01	
Triplo Salto	Tiago Madeira (83)	FC Castrense	Lisboa	02/07/2000	13,16 (+1.0)	
Vara	Paulo Mestre (82)	JD Neves	Beja	30/06/2001	3,65	
Decatlo	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Luso	31/05-01/06/2008	6.074 Pts	
	100M – 11.38 (+1.7); Comp – 6,94 (+1.8); Peso6kg – 11,95; Altura – 1,93; 400M – 51.96; 11001.00- 15.48(+1.0); Disco 1,750g – 32,09; Vara – 0; Dardo 800g – 45,46; 1500M – 4.51,83					

### PISTA CURTA

60 m PC	Henrique Agua-Doce (94)	CCD BNS Conceição	Pombal	21/01/2012	7.18
60 m/Barr 1,00 PC	Tomás Gonçalves (05)	AFSalvador Atletismo	Pombal	26/02/2023	8.42
400 m PC	Fábio Filipe (96)	FC Castrense	Pombal	08/02/2014	51.62
800 m PC	Mussa Djau (95)	Beja AC	Pombal	20/01/2013	2.02,20
1 500 m PC	João Caeiro (93)	CN Alvito	Pombal	22/01/2011	4.08,52
5 000 m/Marcha PC	Gonçalo Béjinha (86)	JD Neves	Espinho	12/02/2005	22.28,32
Altura PC	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Espinho	10/01/2009	1,98
Vara PC	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Pombal	01/03/2009	4,10
Comprimento PC	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Espinho	24/01/2009	6,78
Peso 6 kg PC	Diogo Luz (95)	JD Neves	Pombal	20/01/2013	13,93
Heptatlo PC	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Aveiro	10-11/01/2009	4.899 Pts
	60M - 7.42; Comp - 6.65; Peso7 – 10.96; Altura – 1.98; 600106 – 8.98; Vara – 3,90; 1000M – 2.50.50				

## PROVAS NÃO OLÍMPICAS - JUNIORES MASCULINOS

### AR LIVRE

60 m	Pedro Fontes (88)	ACR Zona Azul	VRS António	16/02/2006	7.21
60 m/Barr 1,00	Luís Landeiro (91)	JD Neves	Beja	20/12/2008	9.13 (+0.1)
60 m/Barr 1,06	Artur Palma (83)	JD Neves	Lisboa	05/01/2002	8.61 (-0.9)
150 m	Henrique Agua-Doce (94)	CCD BNS Conceição	Beja	29/06/2011	16.7 (+0.4)
300 m	Pedro Fontes (88)	ACR Zona Azul	VRS António	16/12/2006	35.54
500 m	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Beja	31/05/2003	67.44
Milha Estrada	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Olhão	04/04/2004	4.30
1 000 m	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Lisboa	24/04/2004	2.30,11
2 000 m	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Beja	28/06/2003	5.43,77
2 000 m/Obstáculos	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Beja	07/06/2003	6.07,95
3 000 m/Marcha	Dionísio Ventura (79)	ACR Zona Azul	Beja	20/12/1997	13.31,24
10 000 m	José Mestre (79)	JD Neves	VRS António	26/03/1998	32.58,9
10 000 m/Marcha Pista	Dionísio Ventura (79)	JD Neves	Maia	18/07/1998	43.01,4
10 000 m/Marcha Estrada	Dionísio Ventura (79)	ACR Zona Azul	Olhão	10/04/1998	42.56
15 000 m/Marcha Estrada	Gonçalo Béjinha (86)	JD Neves	Beja	30/01/2005	1h09,28
20 000 m/Marcha Estrada	Dionísio Ventura (79)	ACR Zona Azul	Cacia	08/02/1998	1.36,52
35 000 m/Marcha	Dionísio Ventura (79)	JD Neves	Setúbal	07/02/1999	3.14,47
1 Hora Marcha	Gonçalo Béjinha (86)	JD Neves	Quarteira	17/04/2004	13.318 m
Peso 5 kg	Diogo Luz (95)	JD Neves	Beja	28/01/2012	14,47
Peso 7,260 kg	Diogo Luz (95)	JD Neves	Quarteira	29/06/2013	12,27
Disco 1,5 kg	João Costa (73)	SC Cuba	Beja	28/04/1990	44,40
Disco 2 kg	João Costa (73)	Despertar SC	Açoteias	17/03/1991	36,86
Martelo 5 kg	Micael Nóbrega (87)	JD Neves	Beja	28/04/2004	41,25
Martelo 7,260 kg	Hélder Lemos (65)	ACR Zona Azul	Beja	09/07/1983	35,10
Octatlo Técnico	João Nobre (73)	DJ Aljustrelense	Beja	09-10/05/1992	3.809 Pts
	100m - 12.3; Comp - 5,82; Peso - 8,03; 400 m - 57,8; 110m/Barr - 19,0; Altura - 1,70; Dardo - 31,94; 1500m - 5,09,5				

PISTA CURTA					
50 m PC	Paulo Sabino (77)	JD Neves	Alpiarça	28/01/1995	6.0
60 m/Barr 1,06 PC	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Espinho	11/01/2009	8.98
1 000 mPC	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Pombal	01/03/2009	2.42,59
4x200 m PC	CCD BNS Conceição			Pombal	22/01/2012
	Gonçalo Almeida (95), Henrique Agua-Doce (94), Alexandre Piçarra (94), Diogo Guerreiro (94)				
Peso 7,260 kg PC	Diogo Luz (95)	JD Neves	Pombal	16/02/2013	12,42

## SÉNIORES MASCULINOS

AR LIVRE						
100 m	Luís Barroso (66)	ACR Zona Azul	Lisboa	23/07/1983	10.52	
110 m/Barr 1,07	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Luso	15/06/2008	15.37 (+1.8)	
200 m	Luís Barroso (66)	ACR Zona Azul	Lisboa	08/07/1984	20.95	
400 m	Pedro Fontes (88)	ACR Zona Azul	Lisboa	30/07/2011	49.12	
400 m/Barr 0,91	Paulo Gonzaga (72)	JD Neves	Guimarães	04/06/2005	53.77	
800 m	José Chícharo (65)	SC Cuba	Açoteias	24/05/1986	1.53,9	
1 500 m	Dário Garcias (77)	JD Neves	Lisboa	11/06/2002	3.47,59	
3 000 m/Ostáculos 0,91	Manuel Sousa (70)	ACR Zona Azul	Marinha Grande	09/06/2002	9.34,41	
5 000 m	Bruno Paixão (84)	Beja AC	Maia	25/06/2016	14.28,93	
10 000 m	Bruno Paixão (84)	Beja AC	Coimbra	10/04/2021	30.48,51	
10 000 m/Marcha Pista	Dionísio Ventura (79)	JD Neves	Maia	18/07/1998	43.01,4	
10 000 m/Marcha Estrada	Dionísio Ventura (79)	ACR Zona Azul	Olhão	10/04/1998	42.56	
Maratona	Bruno Paixão (84)	Beja AC	Badajoz	13/03/2016	2h21,38	
4x100 m	ACR Zona Azul		Lisboa	30/06/1984	43.30	
	L. Barroso; A. Santana; J. Carreira; A. Monteiro					
4x400 m	Juventude Desportiva das Neves		Beja	06/06/2004	3.30,29	
	Bruno Silveira (85), Gastão Pronto (84), Dário Garcias (77), Paulo Gonzaga (72)					
Altura	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Setúbal	24/05/2008	1,94	
Comprimento	Fernando Damásio (60)	ACR Zona Azul	Açoteias	17/04/1983	7,06	
Peso 7,260 kg	Luís Gavina (77)	ACR Zona Azul	Beja	02/03/2002	13,67	
Dardo 800 grs	Micael Nóbrega (87)	JD Neves	Seixal	25/07/2009	57,15	
Disco 2 kg	Luís Gavina (77)	ACR Zona Azul	Almada	26/05/2002	44,81	
Martelo 7,260 kg	Marco Silva (74)	JD Neves	Lagos	12/07/2003	49,23	
Triplo Salto	Rogério Ciríaco (76)	ACR Zona Azul	Marinha Grande	09/06/2002	14,02 (-0.2)	
Vara	Paulo Mestre (82)	JD Neves	Guimarães	05/06/2005	3,75	
Decatlo	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Luso	01/06/2008	6.074 Pts	
	100M-11.38 (+1.7); Comp-6,94 (+1.8); Peso6kg-11,95; Altura-1,93; 400M-51.96; 110B1,00- 15.48 (+1.0);					
	Disco1,750kg- 32,09; Vara-0; Dardo 800g-45,46; 1500M-4.51,83					

## PISTA CURTA

60 m PC	João Gradiz (89)	CCD BNS Conceição	Pombal	07/01/2012	7.17
200 m PC	Luís Pinto (80)	JD Neves	VRS António	16/01/2010	25.08
400 m PC	Pedro Fontes (88)	ACR Zona Azul	Espinho	18/02/2012	50.35
1 500 m PC	Ricardo Paixão (86)	Beja AC	Torún (Polónia)	02/04/2023	4.05,51
3 000 m PC	Ricardo Paixão (86)	Beja AC	Torún (Polónia)	26/03/2023	8.52,69
5 000 m/Marcha PC	Dionísio Ventura (79)	FAMAFa	Pombal	16/02/2013	20.30,34
Altura PC	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Espinho	10/01/2009	1,98
Peso 7,260 kg PC	Diogo Luz (95)	JD Neves	Pombal	16/02/2013	12,42
Vara PC	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Pombal	01/03/2009	4,10
Heptatlo PC	Ricardo Amaro (90)	JD Neves	Aveiro	10-11/01/2009	4.899 Pts
	60M - 7.42; Comp - 6.65; Peso7 - 10.96; Altura - 1.98; 60B106 - 8.98; Vara - 3.90; 1000M - 2.50.50				

## PROVAS NÃO OLÍMPICAS - SÉNIORES MASCULINOS

AR LIVRE					
60 m	João Nobre (73)	DJ Aljustrelense	Beja	20/02/1993	7.0
60 m/Barr 1,06	Artur Palma (83)	JD Neves	Lisboa	05/01/2002	8.61 (-0.9)
80 m	Carlos Batista (72)	DJ Aljustrelense	Lisboa	09/05/1987	9.2
80 m/Barr 0,84	João Curro (72)	SC Cuba	Lisboa	10/05/1987	12.6
	João André (80)	DJ Aljustrelense	Beja	05/03/1995	
150 m	Guilherme Mota (97)	JD Neves	Beja	05/03/2022	16.90(+0,3)
250 m	Carlos Batista (72)	DJ Aljustrelense	Açoteias	25/05/1985	32.5
300 m	Pedro Fontes (88)	ACR Zona Azul	Lisboa	17/05/2008	35.65
300 m/Barr 0,84	Nuno Sacramento (77)	DJ Aljustrelense	Maia	19/06/1993	42.17
500 m	António Monteiro (78)	Beja AC	Beja	31/05/2003	67.15
1 000 m	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Lisboa	24/04/2004	2.30,11
2 000 m	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Beja	28/06/2003	5.43,77
2 000 m/Obstáculos	Ricardo Paixão (86)	CA Aldenovense	Beja	07/06/2003	6.07,95
3 000 m	Paulo Inverno (66)	ACR Zona Azul	Açoteias	07/06/1990	8.25,6
5 000 m/Marcha Pista	Dionísio Ventura (79)	FAMAFa	VRS António	23/12/2012	22.22,55
15 000 m/Marcha Estrada	Dionísio Ventura (79)	FAMAFa	Quarteira	29/01/2012	1h07,08
20 000 m/Marcha Pista	Dionísio Ventura (79)	FAMAFa	Rio Maior	01/05/2010	1h25.54,9
20 000 m/Marcha Estrada	Dionísio Ventura (79)	JD Neves	Grândola	08/01/2000	1h31,22

30 000 m/Marcha Estrada	Dionísio Ventura (79)	JD Neves	Pontevedra	04/03/2012	2h23,15
35 000 m/Marcha Estrada	Dionísio Ventura (79)	JD Neves	Ponte de Sôr	05/03/2000	2h56,50
1 Hora Marcha	Dionísio Ventura (79)	JD Neves	Coimbra	17/05/1997	11.776 m
50 kms Estrada	Dionísio Ventura (79)	FAMAFA	Olhão	21/02/2010	4h06,07
1 Hora Marcha	Gonçalo Béjinha (86)	JD Neves	Quarteira	17/04/2004	13.318 m
Milha Pista	Ricardo Paixão (86)	Beja AC	Faro	27/04/2024	4.23,92
Milha - Estrada	Dário Garcias (77)	JD Neves	Lagoa	27/04/2003	4.13
1/2 Maratona	Bruno Paixão (84)	Beja AC	Lisboa	19/03/2017	1h05,08
4x60 m	ACR Zona Azul		Beja	18/02/1995	28.3
	Hugo Sioga; Bruno Rosa; José Carlos; José Carreira				
4x800 m	Seleção de Beja		Ponte de Sôr	04/04/2009	8.37,0
	Carlos Papacinsa, Fábio Fernandes, Tiago Baião, João Caeiro				
4x1500 m	Seleção de Beja		Portalegre	05/03/2005	17.50,7
	Vitor Carvalho (88), Dário Garcias (77), Daniel Nunes (87), José Mestre (79)				
Peso 5 kg	Jorge Soares (71)	GD Messejanense	Lisboa	28/05/1988	14,38
Martelo 5 kg	Micael Nóbrega (87)	JD Neves	Beja	28/04/2004	41,25

### PISTA CURTA

50 m PC	Paulo Sabino (77)	JD Neves	Alpiarça	28/01/1995	6.0
50 m/Barr PC	João Nobre (73)	DJ Aljustrelense	Alpiarça	05/03/1994	8.7
60 m/Barr 0,84 PC	David Palma (81)	ACR Zona Azul	Pombal	24/02/2008	8.87
4x200 m PC	Futebol Clube Castrense		Pombal	20/02/2016	1.35,64
	Jorge Madeira95; Daniel Gambóias97; luís Paulino 97; Fábio Filipe96				

## V35 - MASCULINOS

### AR LIVRE

100 m	Eduardo Camacho (88)	JD Neves	Beja	29/06/2024	11.73 (+1.6)
200 m	Eduardo Camacho (88)	JD Neves	Beja	11/05/2024	23,71 (0.6)
400 m	Eduardo Camacho (88)	JD Neves	VRS António	15/06/2024	52,45
800 m	Ricardo Paixão (86)	Beja AC	Lumiar	23/06/2024	1,56,52
1 500 m	Ricardo Paixão (86)	Beja AC	Braga	22/06/2024	3,56,69
3 000 m/Ostáculos	João Gonçalves (69)	Beja AC	Odemira	29/03/2008	10.57,8
5 000 m	Bruno Paixão (84)	Beja AC	Beja	10/06/2021	14.50,32
10 000 m	Bruno Paixão (84)	Beja AC	Coimbra	10/04/2021	30.48,51
Maratona	Carlos Papacinsa (88)	NDC Odemira	Porto	03.11.2024	2H23,38
Altura	Bruno Silveira (85)	JD Neves	Beja	11/07/2021	1,50
Comprimento	André Santos (76)	NDC Odemira	Odemira	28/05/2016	4,77 (+0.0)
Peso 7,260 kg	Micael Nóbrega (87)	JD Neves	Beja	29/06/2024	10,65
Dardo 800 grs	Micael Nóbrega (87)	JD Neves	Beja	29/06/2024	41,72
Disco 2 kg	Micael Nóbrega (87)	JD Neves	VRS António	16/06/2024	33,60
Martelo 7,260 kg	Paulo Sabino (77)	Individual	Beja	22/02/2015	19,00
4x400 m	Núcleo Desportivo e Cultural de Odemira		Odemira	22/03/2014	3.49,72
	Raul Lourenço 71; André Santos 76; Pedro Poeira 82; Fábio Guerreiro 93				

### PISTA CURTA

60 m PC	Eduardo Camacho (88)	JD Neves	Pombal	24/02/2024	7.49
200 m PC	Eduardo Camacho (88)	JD Neves	Pombal	25/02/2024	24.02
400 m PC	Eduardo Camacho (88)	JD Neves	Pombal	24/02/2024	56.83
800 m PC	Ricardo Paixão (86)	Beja AC	Pombal	25/02/2024	2.00,59
1 500 m PC	Ricardo Paixão (86)	Beja AC	Torún (Polónia)	02/04/2023	4.05,51
3 000 m PC	Ricardo Paixão (86)	Beja AC	Pombal	04/02/2023	08,45,06
Comprimento	Paulo Patrício (85)	NDC Odemira	Pombal	24/02/2024	4,14
Peso 7,260 kg PC	Paulo Patrício (85)	NDC Odemira	Pombal	01/03/2025	9,49
4x200 m PC	Núcleo Desportivo e Cultural de Odemira		Pombal	08/03/2014	1.50,89
	Raul Lourenço 71; André Santos 76; Nelson Martins 69; Sérgio Silva 73				

## PROVAS NÃO OLÍMPICAS - V35 - MASCULINOS

### AR LIVRE

60 m	Eduardo Camacho (88)	JD Neves	Beja	02/12/2023	7.67 (+1,3)
150 m	Eduardo Camacho (88)	JD Neves	Beja	02/12/2023	18.14 (-0,2)
300 m	Eduardo Camacho (88)	JD Neves	Beja	16/12/2023	38,85
1 000 m	Ricardo Paixão (86)	Beja AC	Jamor	28/04/2024	2,31,61
2 000 m	Bruno Silveira (85)	JD Neves	Beja	21/12/2024	7.19,08
3 000 m	Carlos Papacinsa (88)	NDC Odemira	Odemira	27/01/2024	8.47,37
Milha Pista	Ricardo Paixão (86)	Beja AC	Faro	27/04/2024	4.23,92
Milha em Estrada					
1/2 Maratona	Carlos Papacinsa (88)	NDC Odemira	Lisboa	03/12/2023	1h06,30
Martelão 15,88 kg	Paulo Patrício (85)	NDC Odemira	Vagos	08/07/2023	6,65
4x800 m	Núcleo de Atletismo e Recreio de Messejana		Odemira	17/01/2016	10.07,78
	Francisco Rocha 63; Alexandre Pimpão 71; António Parreira 68; Francisco Vitor 60				

**V40 - MASCULINOS****AR LIVRE**

100 m	José Carreira (53)	ACR Zona Azul	Açoteias	05/03/1994	12.05	
200 m	José Carreira (53)	ACR Zona Azul	Lisboa	1995	25.1	
400 m	Raul Lourenço (71)	NDC Odemira	Luso	13/07/2013	54.78	
800 m	Raul Lourenço (71)	NDC Odemira	Luso	14/07/2013	2.03,73	
1 500 m	Raul Lourenço (71)	NDC Odemira	Luso	14/07/2012	4.26,14	
3 000 m/Obstáculos	Carlos André (57)	Beja AC	Beja	16/06/2001	10.02,12	
5 000 m	Hugo Sargento (80)	Beja AC	Odemira	25/03/2023	17.00,01	
10 000 m	Carlos André (57)	Beja AC	Beja	28/03/1998	33.20,5	
Maratona	Licínio Matos (82)	NDC Odemira	Funchal	22/01/2023	3h07,17	
Comprimento	Fernando Damásio (60)	ACR Zona Azul	Arhus (Dinamarca)	24/07/2004	5,41	
Peso 7,260 kg	Paulo Patrício (85)	NDC Odemira	Porto	05/07/2025	10,49	
Dardo 800 grs	António Pulquério (61)	Beja AC	Beja	14/06/2003	42,34	
Disco 2 kg	Jorge Aniceto (74)	JD Neves	Beja	29/06/2014	26,85	
Martelo 7,260 kg	Carlos Gradiz (44)	SC Cuba	Cuba	29/03/1986	38,76	
4x400 m	Núcleo Desportivo e Cultural de Odemira			Odemira	14/03/2015	4.11,19
	Luís Candeias 97; Sérgio Silva 73; Vítor Dias 71; Licínio Matos 82					

**PISTA CURTA**

400 m PC	Raul Lourenço (71)	NDC Odemira	Pombal	08/03/2014	54.79
800 m PC	Raul Lourenço (71)	NDC Odemira	Pombal	08/03/2014	2.06,25
1 500 m PC	Paulo Oliveira (76)	NDC Odemira	Braga	02/03/2019	5.38,95
3 000 m PC	Hugo Sargento (80)	Beja AC	Braga	24/02/2022	9.53,90
Peso 7,260 kg PC	Paulo Patrício (85)	NDC Odemira	Pombal	01/03/2025	10,18

**PROVAS NÃO OLÍMPICAS - V40 - MASCULINOS****AR LIVRE**

50 m	José Carreira (53)	ACR Zona Azul	Beja	04/01/1997	6.7
60 m	José Carreira (53)	ACR Zona Azul	Beja	22/01/1994	7.4
150 m	José Carreira (53)	Despertar SC	Beja	16/01/1993	19.3
300 m	José Carreira (53)	ACR Zona Azul	Lisboa	1994	42.0
500 m	Carlos André (57)	ACR Zona Azul	Beja	22/01/2000	1.21,87
Milha	Raul Lourenço (71)	NDC Odemira	Beja	26/05/2012	4.41,0
3 000 m	Raul Lourenço (71)	NDC Odemira	Odemira	11/01/2014	9.45,5
5 000 m/Marcha Estrada	Carlos André (57)	ACR Zona Azul	Grândola	24/01/1998	28.52
5 000 m/Marcha Pista	Carlos André (57)	ACR Zona Azul	Lisboa	29/05/1999	28.36
Peso 5 kg	Hélder Caeiro (68)	JD Neves	Beja	22/06/2008	8,89
Martelo 5 kg	Hélder Caeiro (68)	JD Neves	Beja	22/06/2008	22,98

**V45 - MASCULINOS****AR LIVRE**

100 m	António Silva (70)	Beja AC	Odemira	28/05/2016	15.00 (-3,8)	
400 m	Raul Lourenço (71)	NDC Odemira	Odemira	28/05/2016	56.60	
800 m	Raul Lourenço (71)	NDC Odemira	Lisboa	10/07/2016	2.04,97	
1 500 m	Peter Knight (61)	NDC Odemira	Beja	30/01/2010	4.25,89	
3 000 m/Obstáculos	José Filhó (63)	Beja AC	Beja	11/05/2008	13.06,93	
5 000 m	Alexandre Pimpão (71)	NAR Messejana	Beja	10/06/2021	17.58,55	
Comprimento	Pedro Costa (68)	Beja AC	Odemira	28/05/2016	3,59 (0.0)	
Peso 7,260 kg	Jorge Aniceto (74)	JD Neves	Odemira	29/01/2023	8,92	
Dardo 800 grs	António Pulquério (61)	Beja AC	Beja	21/06/2008	39,07	
Disco 2 kg	António Pulquério (61)	Beja AC	Beja	21/06/2008	23,20	
Martelo 7,260 kg	Agnelo Amaro (60)	JD Neves	Beja	08/03/2008	16,18	
4x400 m	Núcleo Desportivo e Cultural de Odemira			Odemira	14/03/2015	4.05,02
	Pedro Poeira 82; André Santos 76; Paulo Patrício 85; Nelson Martins 69					

**PISTA CURTA**

400 m PC	Raul Lourenço (71)	NDC Odemira	Pombal	18/03/2017	55.90
800 m PC	Raul Lourenço (71)	NDC Odemira	Pombal	19/03/2017	2.09,61
1 500 m PC	Vítor Dias (71)	NDC Odemira	Pombal	18/03/2017	5.11,36

## PROVAS NÃO OLÍMPICAS - V45 - MASCULINOS

AR LIVRE					
300 m	José Filhó (63)	Beja AC	Beja	30/01/2010	49,97
1 000 m	Mário Caetano (68)	Beja AC	Beja	28/04/2013	5.31,47
Milha	Luís Lourenço (64)	NDC Odemira	Beja	26/05/2012	5.10,4
2 000 m/Obstáculos	Carlos André (57)	Beja AC	Beja	25/04/2003	6.43,00
3 000 m	Hugo Sargento (80)	Beja AC	Beja	27/09/2025	9.34,31
Peso 5 kg	António Pulquério (61)	Beja AC	Beja	22/06/2008	10,18
Peso 6 kg	Paulo Oliveira (76)	NDC Odemira	Castro Verde	15/01/2022	7,49
Dardo 700 grs	José Patola (77)	Individual	Beja	08/03/2025	22,98
Disco 1,5 kg	João Gonçalves (69)	Beja AC	Castro Verde	29/05/2016	11,46
Martelo 5 kg	António Pedro (59)	JD Neves	Beja	22/06/2008	16,99
Martelo 6 kg	José Patola (77)	Individual	Beja	08/03/2025	18,96
4x800 m	Núcleo Desportivo e Cultural de Odemira		Odemira	14/03/2015	10.10,24
	Luís Candeias 97; Sérgio Silva 73; Pedro Poeira 82; Raul Lourenço 71				

## V50 - MASCULINOS

AR LIVRE					
100 m	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Odemira	28/05/2016	13.56 (-3.8)
200 m	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Lisboa	10/07/2016	26.66 (+1.1)
400 m	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Lisboa	09/07/2016	57.26
800 m	Raul Lourenço (71)	NDC Odemira	Beja	05/06/2022	2.13,91
1 500 m	Peter Knight (61)	NDC Odemira	Lagoa	14/06/2015	4.43,91
3 000 m/Obstáculos	Carlos André (57)	Beja AC	Beja	21/06/2009	13.38,82
5 000 m	Raul Lourenço (71)	NDC Odemira	Odemira	26/03/2022	17.39,29
10 000 m	Pedro Costa (68)	Beja AC	Odemira	25/03/2023	37.39,00
Comprimento	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Beja	20/06/2015	4,41 (+0.5)
Peso 7,260 kg	Jorge Aniceto (74)	JD Neves	Vendas Novas	31/05/2025	9,48
Dardo 800 grs	António Guerreiro (59)	Beja AC	Beja	28/03/2010	31,34
Disco 2 kg	Jorge Aniceto (74)	JD Neves	Vendas Novas	31/05/2025	24,25
Martelo 7,260 kg	António Guerreiro (59)	Beja AC	Beja	21/06/2009	14,43
4x400 m	Núcleo Desportivo e Cultural de Odemira		Odemira	24/01/2015	4.04,58
	Pedro Poeira 82; André Santos 76; Paulo Patrício 85; Peter Kinght 61				

## PISTA CURTA

200 m PC	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Pombal	12/03/2016	26.65
400 m PC	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Pombal	12/03/2016	58.98
800 m PC	Raul Lourenço (71)	NDC Odemira	Pombal	20/03/2022	2.13,17
1 500 m PC	Mário Pinela (69)	NDC Odemira	Pombal	19/03/2022	4.25,46
3 000 m PC	Mário Pinela (69)	NDC Odemira	Pombal	20/03/2022	9.54,14

## PROVAS NÃO OLÍMPICAS - V50 - MASCULINOS

AR LIVRE					
60 m	Raúl Lourenço (71)	NDC Odemira	Odemira	27/01/2024	8.83 (-1,5)
150 m	Raúl Lourenço (71)	NDC Odemira	Beja	07/01/2023	20.60 (-2,0)
Milha	Raul Lourenço (71)	NDC Odemira	Beja	29/11/2025	5.03,18
3 000 m	Silvestre Gomes (55)	JD Neves	Seixal	14/06/2009	9.17,41
1/2 Maratona	Mário Pinela (69)	NDC Odemira	S. Miguel Açores	07/11/2021	1h17,57
Peso 5 kg	António Pulquério (61)	Beja AC	Beja	22/06/2008	10,18
Peso 6 kg	Manuel André (62)	Beja AC	Beja	29/06/2004	6,87
Dardo 700 grs	António Guerreiro (59)	Beja AC	Beja	14/02/2010	27,94
Disco 1,5 kg	João Ribeiro (64)	Beja AC	Beja	20/06/2015	21,21
Disco 1,750 kg	António Guerreiro (59)	Beja AC	Beja	03/06/2010	22,92
Martelo 6 kg	Mário Caetano (68)	Individual	Beja	11/02/2023	16,45
4x800 m	Núcleo Desportivo e Cultural de Odemira		Odemira	14/03/2015	10.57,91
	André Santos 76; Licínio Matos 71; Nelson Martins 69; Vítor Dias 71				

**V55 - MASCULINOS****AR LIVRE**

100 m	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Beja	11/07/2021	13.89 (0,0)	
200 m	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Beja	11/07/2021	27.57(-1,3)	
400 m	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Torres Vedras	18/06/2022	58,81	
800 m	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Málaga	11/09/2018	2.10,42	
1 500 m	Luís Pereira (59)	Beja AC	Óbidos	18/07/2015	4.55,37	
5 000 m	Mário Godinho (64)	Beja AC	Beja	05/06/2022	17,10,38	
10 000 m	António Silvestre (66)	Individual	Odemira	25/03/2023	43.06,56	
Comprimento	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Beja	10/06/2021	4,28(+0,9)	
Peso 7,260 kg	Marcolino Batista (50)	JD Neves	Vendas Novas	24/05/2009	6,65	
Dardo 800 grs	António Casaca (51)	Beja AC	Vendas Novas	24/05/2005	21,09	
Disco 2 kg	António Casaca (51)	Beja AC	Beja	26/06/2010	19,19	
Martelo 7,260 kg	António Casaca (51)	Beja AC	Vendas Novas	26/06/2010	17,89	
Vara	José Silveira (49)	JD Neves	Beja	28/02/1998	2,60	
4x400 m	Núcleo Desportivo e Cultural de Odemira			Odemira	24/01/2015	4.08,11
	Raul Lourenço 71; André Santos 76; Nelson Martins 69; Peter Knight 61					

**PISTA CURTA**

200 m PC	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Pombal	20/03/2022	27.39
400 m PC	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Braga	02/03/2019	56.49
800 m PC	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Braga	03/03/2019	2.11,36
3 000 m PC	Mário Godinho (64)	Beja AC	Braga	24/02/2022	10.07,30

**PROVAS NÃO OLÍMPICAS - V55 - MASCULINOS****AR LIVRE**

150 m	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Beja	07/01/2023	21.10 (-2,0)	
1 000 m	Carlos André (57)	Beja AC	Beja	28/04/2013	3.51,71	
Milha	Carlos André (57)	Beja AC	Beja	13/04/2013	6.34,93	
3 000 m	Mário Godinho (64)	Beja AC	Odemira	10/07/2022	9,55,73	
Peso 6 kg	Marcolino Batista (50)	JD Neves	Beja	20/06/2009	7,58	
Dardo 600 grs	Mário Caetano (68)	NAR Messejana	Odemira	27/01/2024	13,06	
Dardo 700 grs	António Casaca (51)	Beja AC	Beja	20/06/2009	25,03	
Disco 1,5 kg	António Casaca (51)	Beja AC	Beja	20/06/2009	22,70	
Disco 1,750 kg	Carlos André (57)	Beja AC	Beja	21/04/2012	14,86	
Martelo 5 kg	António Casaca (51)	Beja AC	Beja	22/06/2008	24,20	
Martelo 6 kg	António Casaca (51)	Beja AC	Beja	03/06/2009	20,75	
4x800 m	Núcleo Desportivo e Cultural de Odemira			Odemira	24/01/2015	10.07,78
	Francisco Rocha 63; Alexandre Pimpão 71; António Parreira 68; Francisco Vítor 60					

**V60 - MASCULINOS****AR LIVRE**

100 m	Marcolino Batista (50)	JD Neves	Beja	29/06/2013	19.90 (-0.8)	
200 m	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Odemira	27/01/2024	29.28 (-1.0)	
400 m	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	VRS António	15/06/2024	1.01,12	
800 m	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	VRS António	16/06/2024	2.24,90	
1 500 m	António Parreira (56)	NAR Messejana	Castro Verde	14/04/2018	5.23,36	
5 000 m	Peter Knight (61)	NDC Odemira	Odemira	26/03/2022	17.57,30	
4x400 m	Núcleo Desportivo e Cultural de Odemira			Odemira	11/07/2021	4.30,70
	Paulo Patricio 85; Licínio Matos 82; Fábio Faustino 86; Peter Knight 61					
Comprimento	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Odemira	27/01/2024	4,03 (+0.8)	
Peso 7,260 kg	Marcolino Batista (50)	JD Neves	Beja	26/02/2011	8,02	
Dardo 800 grs	António Casaca (51)	Beja AC	Faro	17/05/2014	22,45	
Disco 2 kg	António Casaca (51)	Beja AC	Beja	26/04/2014	18,72	
Martelo 7,260 kg	António Casaca (51)	Beja AC	Beja	05/05/2012	17,49	

**PISTA CURTA**

200 m PC	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Pombal	25/02/2024	28.47
400 m PC	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Pombal	24/02/2024	61,74
800 m PC	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Pombal	25/02/2024	2.17,60
3 000 m PC	Peter Knight (61)	NDC Odemira	Braga	24/02/2022	10.08,87

PROVAS NÃO OLÍMPICAS - V60 - MASCULINOS					
AR LIVRE					
60 m	Francisco Rocha (63)	NAR Messejana	Odemira	27/01/2024	9.19 (-1,5)
2 000 m	Agnelo Amaro (60)	JD Neves	Beja	21/12/2024	11.06,33
3 000 m	Mário Godinho (64)	Beja AC	Odemira	25/01/2025	11.18,26
5 000 m/Marcha Estrada	António Casaca (51)	Beja AC	Loulé	22/01/2011	39.54
Peso 5 kg	Marcolino Batista (50)	JD Neves	Beja	29/06/2014	8,90
Peso 6 kg	Marcolino Batista (50)	JD Neves	Beja	03/07/2010	7,57
Dardo 600 grs	António Casaca (51)	Beja AC	Beja	20/06/2015	23,95
Disco 1 kg	António Casaca (51)	Beja AC	Beja	25/02/2012	25,25
Disco 1,5 kg	António Casaca (51)	Beja AC	Beja	26/06/2011	20,22
Disco 1,750 kg	António Casaca (51)	Beja AC	Beja	09/04/2011	20,72
Martelo 5 kg	António Casaca (51)	Beja AC	Beja	25/02/2012	23,89
Martelo 6 kg	António Casaca (51)	Beja AC	Beja	26/01/2013	20,05
V65 - MASCULINOS					
AR LIVRE					
Peso 7,260 kg	Manuel Candeias (59)	Individual	Odemira	25/01/2025	6,08
Dardo 800 grs	António Casaca (51)	Beja AC	Beja	23/04/2016	19,47
Disco 2 kg	António Casaca (51)	Beja AC	Beja	23/04/2016	14,00
PROVAS NÃO OLÍMPICAS - V65 - MASCULINOS					
AR LIVRE					
Peso 4 kg	António Casaca (51)	Beja AC	Odemira	24/06/2018	6,78
Peso 5 kg	Manuel Candeias (59)	Individual	Beja	27/09/2025	6,97
Dardo 600 grs	António Casaca (51)	Beja AC	Castro Verde	13/02/2016	20,32
Disco 1 kg	José Silveira (49)	JD Neves	Beja	22/02/2015	19,21
Martelo 5 kg	José Silveira (49)	JD Neves	Castro Verde	06/02/2016	19,25
V70 - MASCULINOS					
AR LIVRE					
100 m	Jorge Costa (50)	Beja AC	Lisboa	02/10/2021	15.30 (+1,8)
PISTA CURTA					
60 m PC	Jorge Costa (50)	Beja AC	Pombal	19/03/2022	9,46
PROVAS NÃO OLÍMPICAS - V70 - MASCULINOS					
AR LIVRE					
Peso 4 kg	Jorge Costa (50)	Beja AC	Vagos	08/07/2023	9,91
Dardo 500 grs	Jorge Costa (50)	Beja AC	Vagos	09/07/2023	30,08
Dardo 600 grs	José Silveira (49)	JD Neves	Beja	11/02/2023	10,72
Disco 1 Kg	Jorge Costa (50)	Beja AC	Sobreda/Almada	04/03/2023	22,45
Martelo 5 Kg	José Silveira (49)	JD Neves	Beja	13/03/2022	13,47
Martelão 7,260 kg	Jorge Costa (50)	Beja AC	Sobreda/Almada	04/03/2023	7,52
V75 - MASCULINOS					
AR LIVRE					
5000 m	José Ferreira (42)	NDC Odemira	Oeiras	09/10/2021	23.17,13
PISTA CURTA					
1 500 m PC	José Ferreira (42)	NDC Odemira	Pombal	19/03/2022	6.28,79
3 000 m PC	José Ferreira (42)	NDC Odemira	Pombal	20/03/2022	13.27,75
PROVAS NÃO OLÍMPICAS - V75 - MASCULINOS					
AR LIVRE					
Disco 1 kg	José Silveira (49)	JD Neves	Beja	08/03/2025	12,04
Martelo 5 kg	José Silveira (49)	JD Neves	Beja	08/03/2025	11,08
V80 - MASCULINOS					
AR LIVRE					
1 500 m	José Ferreira (42)	NDC Odemira	Vagos	08/07/2023	6.45,65
PROVAS NÃO OLÍMPICAS - V80 - MASCULINOS					
AR LIVRE					
Milha	José Ferreira (42)	NDC Odemira	Lagos	16/04/2023	7.11,0
3 000 m	José Ferreira (42)	NDC Odemira	Vagos	22/07/2023	14.04,20