

100 metros

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

12,4		Germano	Vasconcelos	SLB	Lisboa	26.06.10
12,0		António	Stromp	SCP	Lisboa	25.06.11
11,8	Alexandre	Correia	Leal	CIF	Lisboa	05.06.12
11,0	Alexandre	Correia	Leal	CFUC	Lisboa	12.04.13
11,0		Armando	Cortesão	CIF	Lisboa	12.04.13
10,8		Gentil dos	Santos	CIF	Lisboa	15.06.24
10,8	José	Prata de	Lima	CAF-P	Porto	01.07.28
10,8		Sarsfield	Rodrigues	SCP-P	Porto	18.07.31
10,8		Sarsfield	Rodrigues	SCP-P	Porto	09.08.31
10,8		Sarsfield	Rodrigues	SCP-P	Porto	12.06.32
10,8	Mário	Rodrigues	Porto	SCP	Lisboa	12.06.32
10,6		Sarsfield	Rodrigues	SCP-P	Porto	02.07.32
10,6		Sarsfield	Rodrigues	SCP-P	Porto	03.07.32
10,6	José	Prata de	Lima	CAF-P	Porto	16.07.33
10,6		Tomás	Paquete	SLB	Lisboa	14.07.46
10,6		Nuno	Morais	SCP	Lisboa	30.05.48
10,6		Nuno	Morais	SCP	Lisboa	13.06.48
10,6		Tomás	Paquete	SLB	Lisboa	30.07.50
10,6		António	Faria	SLB	Lisboa	10.06.57
10,6		Jorge	Soares	CDUL	Lisboa (R)	11.06.61
10,6		Jorge	Soares	CDUL	Lisboa (A)	12.08.62
10,6		Jorge	Soares	CDUL	Corunha	25.08.62
10,6		Jorge	Soares	CDUL	P.Alegre	04.08.63
10,6		José	Rocha	SCP	Lisboa (A)	15.09.63
10,6		José	Rocha	SCP	Lisboa (A)	13.10.63
10,5		José	Rocha	SCP	Vigo	31.07.64
10,5		José	Rocha	SCP	Porto	20.08.64
10,5		José	Rocha	SCP	Lisboa (A)	01.09.64
10,5		José	Rocha	SCP	Lisboa (A)	13.09.64
10,5	António	Fonseca	Silva	SLB	Lisboa (F)	21.06.69
10,4	António	Fonseca	Silva	SLB	Lisboa (F)	26.06.71
10,4		Carlos	Calado	SCP	Lisboa (L)	01.05.75
10,4		António	Manso	SCP	Lisboa (L)	01.05.75
10,4		Vitor	Mano	SLB	Lisboa (N)	24.07.77
10,4		Vitor	Mano	SLB	Lisboa (A)	02.08.79
10,52		Luís	Barroso	ZA	Lisboa (N)	23.07.83
10,50		Luís	Barroso	SCP	Lisboa (N)	27.07.85
10,44		Arnaldo	Abrantes	SCP	Lisboa (A)	25.07.86
10,36		Pedro	Agostinho	SCP	Lisboa (N)	13.08.88
10,34	Carlos	Nuno	Calado	CNRM	Maia	15.06.96
10,34		Luis	Cunha	SLB	Maia	15.06.96
10,16	Carlos	Nuno	Calado	SCP	Maia	28.06.97
10,11	Carlos	Nuno	Calado	SCP	V.R.Stº.Antº.	06.06.99
10,09		Francis	Obikwelu	SCP	Lausana	02.07.02
10,06		Francis	Obikwelu	SCP	MunIQUE	07.08.02
10,01		Francis	Obikwelu	SCP	Bruxelas	30.08.02

9,93	Francis	Obikwelu	SCP	Atenas	21.08.04
9,86 a)	Francis	Obikwelu	SCP	Atenas	22.08.04

a) recorde da Europa

200 metros

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

25,8		Germano	Vasconcelos	SLB	Lisboa	25.06.11
25,2		António	Stromp	SCP	Lisboa	05.05.12
24,2	Alexandre	Correia	Leal	CFUC	Lisboa	08.04.13
23,0		Armando	Cortesão	CIF	Lisboa	01.05.13
22,2		Gentil dos	Santos	CIF	Porto	16.08.25
22,2		Sampaio	Peixoto	AFC	Porto	01.07.45
22,1		Nuno	Morais	SCP	Lisboa	29.05.48
22,0		António	Faria	SLB	Auch	07.07.57
22,0		António	Faria	SLB	Lisboa	24.08.57
22,0		António	Faria	SLB	Barcelona	24.09.57
21,9		Fernando	Castro	SLB	Lisboa	08.06.58
21,9		António	Faria	SLB	Lisboa	26.07.58
21,9		António	Faria	SLB	Lisboa	02.08.58
21,9		António	Faria	SLB	Lisboa	01.08.59
21,8		Jorge	Soares	CDUL	Toulouse	18.06.61
21,8		Jorge	Soares	CDUL	Lisboa (R)	04.08.62
21,7		Jorge	Soares	CDUL	Lisboa (A)	11.08.62
21,7		Jorge	Soares	CDUL	Lisboa (A)	18.08.62
21,4		José	Rocha	SCP	Madrid	06.07.63
21,4		José	Rocha	SCP	Lisboa (A)	20.07.63
21,3		José	Rocha	SCP	Lisboa (A)	12.10.63
21,2		José	Rocha	SCP	Lisboa (A)	12.09.64
21,2		José	Magalhães	CFM	Lisboa	19.07.67
21,2		António	Cachola	SLB	Lisboa (N)	02.06.74
21,17		Luis	Barroso	ZA	Lisboa (N)	24.07.83
20,95		Luis	Barroso	ZA	Lisboa (N)	08.07.84
20,89		Luis	Barroso	SCP	Lisboa (N)	21.07.85
20,81		Luis	Barroso	SCP	Seoul	26.09.88
20,77		Luis	Barroso	SLB	Lx (N)	07.06.92
20,26		Francis	Obikwelu	SCP	Lausana	02.07.02
20,21		Francis	Obikwelu	SCP	Munique	09.08.02
20,18		Francis	Obikwelu	SCP	Madrid	21.09.02
20,12		Francis	Obikwelu	SCP	Paris	23.07.04
20,01		Francis	Obikwelu	SCP	Gotemburgo	10.08.06

400 metros

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

63,8		Francisco	Rocha	SLB	Lisboa	25.06.11
58,2	Alexandre	Correia	Leal	CIF	Lisboa	05.05.12
57,2	Alexandre	Correia	Leal	CIF	Lisboa	04.05.13
55,8		Francisco	Rocha	CIF	Lisboa	09.07.14
55,6		Gentil dos	Santos	CIF	Lisboa	27.08.22
55,0		Gentil dos	Santos	CIF	Lisboa	22.07.23
53,8		Gentil dos	Santos	CIF	Porto	16.08.25
53,6		Alfredo	Silveira	CIF	Porto	.27
52,6	António	Júlio	Dias	SCP-P	Porto	17.06.28
52,6	António	Júlio	Dias	SCP-P	Porto	20.07.30
52,4	Adrião	Alves	Nunes	SCG *	S.Paulo	11.06.33
50,5	Adrião	Alves	Nunes	SCG	S.Paulo	18.06.33
49,9	Adrião	Alves	Nunes	SCG	S.Paulo	18.06.33
49,3		Fernando	Casimiro	SLB	Barcelona	04.08.51
49,1		Fernando	Castro	SLB	Barcelona	23.09.57
49,1		Valentim	Baptista	SCP	Lisboa	13.07.58
49,1		Valentim	Baptista	SCP	Lisboa	14.06.59
48,8		Valentim	Baptista	SCP	Lisboa	26.07.59
48,4		Valentim	Baptista	SCP	Bordéus	12.09.59
48,2		Valentim	Baptista	SCP	Toulouse	17.06.61
48,2		Valentim	Baptista	SCP	Corunha	28.06.61
47,9		Valentim	Baptista	SCP	Madrid	07.07.63
47,7		José	Magalhães	CFM	Lisboa (A)	18.07.67
47,7		José	Magalhães	CFM	Madrid	08.06.68
47,2	José	Barceló	Carvalho	SLB	Atenas	16.09.69
47,2		Fernando	Silva	SLB	Lisboa (N)	05.08.72
47,00		José	Carvalho	SCP	Madrid	30.07.78
46,7		José	Carvalho	SCP	Lisboa (N)	05.08.78
46,7		José	Carvalho	SLB	Lisboa (N)	25.07.81
46,81		Álvaro	Silva	SLB	Lisboa (N)	09.08.86
46,66		Pedro	Curvelo	SLB	Lisboa (N)	09.07.89
46,58		Paulo	Curvelo	SLB	Lisboa (N)	12.08.89
46,42		Filipe	Lombá	SLB	Lisboa (N)	19.08.89
46,33		Carlos	Silva	SLB	Lisboa (U)	05.05.95
46,22		Carlos	Silva	SLB	Basileia	10.06.95
46,11		Carlos	Silva	SLB	Lisboa (U)	22.05.96

*) - Sport Clube Germânia

800 metros

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

2.23,8		Matias de	Carvalho	VCL	Lisboa	26.06.10
2.15,2		Armando	Cortesão	CIF	Lisboa	05.05.12
2.13,4		Armando	Cortesão	CIF	Lisboa	30.04.13
2.12,2		Francisco	Rocha	CIF	Lisboa	12.07.14
2.10,2		Artur dos	Santos	SLB	Lisboa	26.09.20
2.08,2		Albano	Martins	SCP	Lisboa	06.08.22
2.08,2		Abílio	Nascimento	SCP	Porto	16.08.25
2.07,6		Abílio	Nascimento	SCP	Porto	22.08.26
2.07,2		Abílio	Nascimento	SCP	Lisboa	03.07.27
2.07,0		Alfredo da	Silva	CIF	Lisboa	06.08.27
2.04,6	António	Júlio	Dias	SCP-P	Porto	27.05.28
2.04,4	António	Júlio	Dias	SCP-P	Porto	30.06.28
2.03,8		António	Gonçalves	SLB	Lisboa	21.07.29
2.03,8	António	Júlio	Dias	SCP-P	Porto	26.07.30
2.03,0		Alfredo de	Silveira	CIF	Porto	10.08.30
2.00,0	Adrião	Alves	Nunes	CRTi *	S.Paulo	10.08.30
1.58,0	Adrião	Alves	Nunes	SCG **	S.Paulo	24.09.33
1.57,5		Francisco	Bastos	SCP	Lisboa	15.09.45
1.57,2		João	Coutinho	CDUL	Lisboa	20.08.55
1.56,5		José	Cameira	SCP	Lisboa	23.06.56
1.54,2		José	Cameira	SCP	Lisboa	22.07.56
1.54,1		Hélio	Duarte	SLB	Lisboa	07.09.57
1.53,5		Valentim	Baptista	SCP	Lisboa	25.07.59
1.52,3		Valentim	Baptista	SCP	S.Sebastian	15.08.59
1.51,6		Valentim	Baptista	SCP	Toulouse	18.06.61
1.49,8		Valentim	Baptista	SCP	Viry-Chatillon	25.08.63
1.49,7		Fernando	Mamede	SCP	Bruxelas	28.06.70
1.49,0		Fernando	Mamede	SCP	Barcelona	10.06.71
1.48,4		Fernando	Mamede	SCP	Helsínquia	10.08.71
1.48,3		Fernando	Mamede	SCP	Lisboa (N)	05.08.73
1.47,45		Fernando	Mamede	SCP	Roma	02.09.74
1.47,33		Carlos	Cabral	CFEL	Berlim	08.08.80
1.46,74		Álvaro	Silva	SLB	Estugarda	26.08.86
1.45,63		Álvaro	Silva	SLB	Roma	30.08.87
1.45,12		Álvaro	Silva	SLB	Seoul	25.09.88
1.44,91		Rui	Silva	SCP	S.Sebastian	20.08.02

*) Clube de Regatas Tietê

**) Sport Clube Germânia

1.500 metros

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

4.56,5		Matias	Carvalho	VCL	Lisboa	26.06.10
4.36,0		Matias	Carvalho	SCP	Lisboa	05.05.12
4.34,2		Francisco	Rocha	CIF	Lisboa	03.05.13
4.28,0		Artur dos	Santos	SLB	Lisboa	19.09.20
4.25,0		Albano	Martins	SCP	Lisboa	30.07.22
4.23,2		João	Chaves	SCP	Porto	16.08.25
4.16,6		António	Almeida	VJ	Porto	16.07.27
4.15,5	Adrião	Alves	Nunes	CRTi *	S.Paulo	14.09.30
4.15,2	Adrião	Alves	Nunes	CRTi *	S.Paulo	09.11.31
4.14,0		Matos	Henriques	CFB	Lisboa	22.08.36
4.12,4		Manuel	Nogueira	CFB	Lisboa	18.07.37
4.11,0		Francisco	Bastos	USCA	Lisboa	02.07.39
4.09,2		Francisco	Bastos	SCP	Barcelona	27.07.46
4.08,7		Francisco	Bastos	SCP	Lisboa	11.07.48
4.08,6		Joaquim	Branco	CFB	Lisboa	07.08.49
4.07,0		Joaquim	Branco	CFB	Lisboa	30.07.50
4.06,6		Joaquim	Branco	CFB	Porto	13.08.50
4.04,4		Joaquim	Branco	CFB	Lisboa	15.07.51
4.00,8		Joaquim	Branco	CFB	Barcelona	04.08.51
4.00,6		Hélio	Duarte	SLB	Corunha	01.07.56
4.00,2		Hélio	Duarte	SLB	Lisboa	22.07.56
3.58,4		Hélio	Duarte	SLB	Lisboa	29.07.56
3.57,8		Manuel	Faria	SCP	Lisboa	02.10.56
3.56,1		Manuel	Faria	SCP	Anch	06.07.56
3.55,1		Hélio	Duarte	SLB	Barcelona	23.09.57
3.53,9		Joaquim	Ferreira	SCP	Vigo	12.07.59
3.51,3		Hélio	Duarte	SLB	Bordéus	12.09.59
3.51,3		Manuel	Oliveira	SCP	Lisboa(A)	13.08.61
3.50,6		Manuel	Oliveira	SCP	Corunha	26.08.62
3.48,8		Manuel	Oliveira	SCP	Belgrado	14.09.62
3.47,0		Carlos	Tavares	SLB	Madrid	08.06.68
3.46,9		Fernando	Mamede	SCP	Lisboa	08.05.71
3.45,4		Fernando	Mamede	SCP	Lisboa	16.04.72
3.42,8		Fernando	Mamede	SCP	Lisboa	17.06.72
3.42,1		Carlos	Cabral	SCP	Lisboa(N)	19.05.74
3.39,8		Fernando	Mamede	SCP	Lisboa(N)	25.05.74
3.39,6		Fernando	Mamede	SCP	Colónia	21.05.76
3.39,6		Fernando	Mamede	SCP	Lisboa(N)	03.07.76
3.37,98		Fernando	Mamede	SCP	Montreal	29.07.76
3.37,33		Helder	Jesus	SCP	Paris	17.07.80
3.37,28		Mário	Silva	SCP	Coblenza	23.08.89
3.36,42		Mário	Silva	SCB	Corunha	26.07.90
3.35,76		Mário	Silva	SCB	Tóquio	01.09.91
3.34,84	Rui	Monteiro	Silva	SCP	Bruxelas	28.08.98
3.34,00	Rui	Monteiro	Silva	SCP	Berlim	01.09.98

3.30,88	Rui	Monteiro	Silva	SCP	Zurique	11.08.99
3.30,36	Rui	Monteiro	Silva	SCP	Mónaco	20.07.01
3.30,07	Rui	Monteiro	Silva	SCP	Mónaco	19.07.02

***) - Clube de Regatas de Tietê**

5.000 metros

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

16.37,0		Aquilino de	Sousa	CIF	Lisboa	04.05.13
16.28,6		Albano	Martins	SCP	Lisboa	09.08.22
16.20,6	José	Maria	Marques	VJ	Lisboa	14.06.24
15.37,0	José	Marques	Graça	VJ	Lisboa	12.07.25
15.29,4		Manuel	Dias	SCP	Lisboa	14.07.29
15.25,8		Manuel	Dias	SCP	Porto	26.07.30
15.25,0		Afonso	Marques	SCP	Barcelona	27.07.46
15.25,0		Joaquim	Branco	CFB	Lisboa	14.07.51
15.08,6		Filipe	Luis	SCP	Lisboa	20.06.53
14.56,4		Manuel	Faria	SCP	Lisboa	16.05.54
14.56,4		Júlio	Silva	SLB	Lisboa	07.08.54
14.55,8		Manuel	Faria	SCP	Berna	26.08.54
14.45,6		Manuel	Faria	SCP	Lisboa	20.08.55
14.33,4		Manuel	Faria	SCP	Barcelona	08.07.56
14.25,4		Manuel	Faria	SCP	Lisboa	03.10.56
14.18,4		Manuel	Faria	SCP	Barcelona	28.07.57
14.15,6		Manuel	Oliveira	SCP	Roma	31.08.60
14.07,4		Manuel	Oliveira	SCP	Hamburgo	20.09.62
14.00,6		Manuel	Oliveira	SCP	Paris	12.06.64
13.51,4		Manuel	Oliveira	SCP	Belgrado	01.09.66
13.50,8		Manuel	Oliveira	SCP	Paris	04.07.68
13.50,2		Carlos	Lopes	SCP	Madrid	29.06.72
13.46,8		Carlos	Lopes	SCP	Lisboa (N)	05.08.72
13.42,8		Carlos	Lopes	SCP	Lisboa (N)	28.07.73
13.41,4		Carlos	Lopes	SCP	Lisboa (N)	18.08.73
13.34,2		Carlos	Lopes	SCP	Lisboa (N)	22.06.74
13.34,2		Carlos	Lopes	SCP	Lisboa (N)	19.07.75
13.33,8		Carlos	Lopes	SCP	Zurique	20.08.75
13.26,8		Carlos	Lopes	SCP	Colónia	21.05.76
13.24,0		Carlos	Lopes	SCP	Saint Maur	02.06.76
13.21,93		Aniceto	Simões	CFSC	Montreal	28.07.76
13.17,78		Fernando	Mamede	SCP	Estocolmo	04.07.78
13.14,6		Fernando	Mamede	SCP	Lisboa (A)	10.06.82
13.07,70		António	Leitão	SLB	Rieti	16.09.82
13.02,86		António	Pinto	MCP	Zurique	12.08.98

10.000 metros EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

35.17,0	Aquilino de Sousa	CIF	Lisboa	01.05.13
35.95,8	Domingos Jorge	VJ	Lisboa	30.07.22
33.29,0	António Almeida	VJ	Lisboa	09.07.25
33.15,0	António Almeida	VJ	Lisboa	18.07.26
32.23,8	António Almeida	VJ	Lisboa	02.07.27
32.15,8	João Silva	SLB	Lisboa	08.07.45
31.38,4	Filipe Luís	SCP	Lisboa	08.08.53
31.03,0	José Araujo	SLB	Lisboa	09.05.54
30.59,0	Júlio Silva	SLB	Berna	25.08.54
30.55,4	Manuel Faria	SCP	Lisboa	11.08.56
30.45,6	Manuel Faria	SCP	Lisboa	26.08.56
30.44,4	Manuel Faria	SCP	Barcelona	23.09.57
30.33,0	Manuel Oliveira	SCP	Lisboa (A)	25.08.61
30.31,2	Armando Aldegalega	SCP	Enschede	26.06.65
30.15,6	Manuel Oliveira	SCP	Marmande	11.07.65
30.05,8	Anacleto Pinto	SLB	Lisboa (A)	19.07.67
30.03,6	Manuel Oliveira	SCP	Lisboa	14.07.68
29.57,6	Anacleto Pinto	SLB	Lisboa	04.08.68
29.28,0	Carlos Lopes	SCP	Lisboa	08.06.71
28.53,6	Carlos Lopes	SCP	Munique	31.08.72
28.37,0	Carlos Lopes	SCP	Lisboa (N)	05.08.73
28.30,6	Carlos Lopes	SCP	Lisboa (N)	14.06.75
27.45,71	Carlos Lopes	SCP	Munique	29.05.76
27.45,17	Carlos Lopes	SCP	Montreal	26.07.76
27.42,65	Carlos Lopes	SCP	Estocolmo	09.08.76
27.37,88	Fernando Mamede	SCP	Paris	17.07.80
27.27,7	Fernando Mamede	SCP	Lisboa (A)	30.05.81
27.24,39	Carlos Lopes	SCP	Oslo	26.06.82
27.22,95	Fernando Mamede	SCP	Paris	09.07.82
27.13,81	Fernando Mamede	SCP	Estocolmo	02.07.84
27.12,47	António Pinto	MCP	Estocolmo	30.07.99

Maratona EVOLUÇÃO DA MELHOR MARCA NACIONAL

2.57.35	Francisco Lázaro	VCL	Lisboa	02.5.10
2.52.08	Francisco Lázaro	LS	Lisboa	03.6.12
2.37.20	Manuel Dias	SLB	Lisboa	05.7.36
2.30.38	Manuel Dias	SLB	Lisboa	28.3.37
2.29.45	José Araújo	SLB	Braga	25.8.54
2.28.53,4	José Araújo	SLB	Lisboa	02.10.56
2.28.40,6	José Araújo	SLB	Lisboa	28.4.57
2.27.09,4	Armando Aldegalega	SCP	T.Vedras	10.4.66
2.24.23,6	Armando Aldegalega	SCP	Setúbal	13.4.69
2.20.42,6	Armando Aldegalega	SCP	Lisboa	04.4.71
2.20.01,2	Armando Aldegalega	SCP	Helsínquia	05.8.71
2.14.36,8	Anacleto Pinto	SLB	Faro	14.3.76
2.14.27,2	Delfim Moreira	FCP	R.Janeiro	01.8.81
2.12.54	Delfim Moreira	SLB	Frankfurt	23.5.82
2.08.39	Carlos Lopes	SCP	Roterdão	09.4.83
2.07.12	Carlos Lopes	SCP	Roterdão	20.4.85
2.06.36	António Pinto	MCP	Londres	16.4.00

3.000 metros-obstáculos

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

10.47,6		Manuel	Dias	SCP	Lisboa	00.00.30
9.59,0	Adrião	Alves	Nunes	CRTi	S.Paulo	07.12.30
9.53,2		Américo	Guedelha	SLB	Lisboa	15.07.51
9.49,8		José	Araújo	SLB	Lisboa	21.07.51
9.47,8		José	Araújo	SLB	Lisboa	02.07.52
9.40,2		Filipe	Luis	SCP	Lisboa	09.08.53
9.40,0		Filipe	Luis	SCP	Lisboa	15.08.53
9.29,4		Augusto	Silva	SLB	Lisboa	24.07.54
9.28,6		Augusto	Silva	SLB	Lisboa	07.08.54
9.20,2		Manuel	Faria	SCP	Lisboa	18.08.57
9.16,8		Joaquim	Ferreira	SCP	Lisboa	20.09.58
9.05,8		Joaquim	Ferreira	SCP	S.Sebastian	15.08.59
9.04,0		Joaquim	Ferreira	SCP	Corunha	02.07.60
9.02,0		Joaquim	Ferreira	SCP	Lisboa	13.08.60
9.01,8		Joaquim	Ferreira	SCP	Belgrado	14.09.62
9.01,4		Joaquim	Ferreira	SCP	Lisboa	25.10.62
8.57,0		Manuel	Oliveira	SCP	Lisboa	26.04.64
8.55,0		Manuel	Oliveira	SCP	Hamburgo	07.05.64
8.48,2		Manuel	Oliveira	SCP	Lisboa (A)	13.09.64
8.40,8		Manuel	Oliveira	SCP	Tóquio	15.10.64
8.36,2		Manuel	Oliveira	SCP	Tóquio	17.10.64
8.36,0		José	Sena	FCP	Lisboa (N)	29.07.79
8.32,2		José	Sena	FCP	Lisboa (A)	11.05.80
8.28,9		José	Sena	FCP	Lisboa (N)	06.07.80
8.26,19		António	Leitão	SLB	Lisboa (N)	17.06.84
8.24,40		José	Regalo	FCP	Lisboa (N)	09.08.86
8.21,41		José	Regalo	FCP	Estugarda	29.08.86
8.20,70		José	Regalo	FCP	Roma	03.09.87
8.19,82		Manuel	Silva	SMC	Estocolmo	27.07.04

110 metros-barreiras

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

20,6		João	Figueiredo	CIF	Lisboa	26.06.10
20,0		João	Figueiredo	CIF	Lisboa	25.06.11
19,2	Tomás	Gabriel	Ribeiro	SCP	Lisboa	05.05.12
17,8	Tomás	Gabriel	Ribeiro	SCP	Lisboa	03.04.13
17,2		Prestes	Salgueiro	CIF	Lisboa	05.05.14
16,4		Palhares	Costa	SCP	Porto	30.06.28
16,2		Palhares	Costa	SCP	Lisboa	21.07.29
16,2		Palhares	Costa	SCP	Porto	09.08.31
16,2		Palhares	Costa	SCP	Porto	03.07.32
16,2		Palhares	Costa	SCP	Porto	06.08.33
16,0		Palhares	Costa	SCP	Lisboa	22.07.34
16,0		Palhares	Costa	SCP	Lisboa	14.07.35
16,0		António	Pereira	CFB	Porto	31.07.38
16,0		António	Pereira	CFB	Lisboa	02.07.39
15,7	Álvaro	Martins	Vieira	SLB	Lisboa	16.07.39
15,7		Fernando	Ferreira	SLB	Lisboa	29.07.45
15,7		Fernando	Ferreira	SLB	Lisboa	30.06.46
15,4		Luís	Alcide	SLB	Lisboa	22.08.48
15,4		Luís	Alcide	SLB	Lisboa	30.07.50
15,3		Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	15.07.51
15,3		Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	22.07.51
15,3		Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	26.08.51
15,3		Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	30.05.54
15,3		Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	24.07.54
15,3		Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	08.05.55
15,3		Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	15.05.55
15,3		Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	03.07.55
15,3		Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	21.08.55
15,2		Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	21.08.55
14,9		Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	22.07.56
14,8		Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	28.07.56
14,7		Cumura	Imboá	SLB	Lisboa	25.09.60
14,7		Pedro	Almeida	SCP	Lisboa (A)	23.07.61
14,7		Pedro	Almeida	SCP	Lisboa (A)	30.07.61
14,6		Pedro	Almeida	SCP	Lisboa (A)	13.08.61
14,6		Alberto	Matos	SCP	Lisboa	17.08.68
14,6		Alberto	Matos	SCP	Madrid	07.09.68
14,5		Alberto	Matos	SCP	Lisboa	28.06.69
14,5		Alberto	Matos	SCP	Lisboa	04.07.70
14,4		Alberto	Matos	SCP	Lisboa	22.08.70
14,3		Alberto	Matos	SCP	Lisboa (F)	29.04.72
14,2		Alberto	Matos	SCP	Lisboa (F)	27.05.72
14,2		Alberto	Matos	SCP	Lisboa (F)	27.05.72
14,2		Alberto	Matos	SCP	Madrid	03.06.72

14,1	José	Carvalho	SLB	Lisboa (A)	23.05.81
14,29	João	Lima	SCP	Madrid	23.06.84
14,14	João	Lima	SCP	Lisboa (A)	17.05.86
14,13	João	Lima	SCP	Lisboa (N)	31.05.86
14,11	João	Lima	SCP	Barcelona	15.06.86
14,04	João	Lima	SCP	Lisboa (N)	08.08.87
13,91	João	Lima	SCP	Lisboa(N)	12.08.89
13,85	Rui	Palma	SCP	Coimbra (M)	02.06.00
13,78	Rui	Palma	SCP	Lx (U)	15.06.02
13,62	Luís	Sá	FCP	Coimbra	24.07.04

400 metros-barreiras

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

66,0		Salazar	Carreira	SCP	Lisboa	06.08.22
65,4		Salazar	Carreira	SCP	Lisboa	29.07.23
64,6		Salazar	Carreira	SCP	Lisboa	14.06.24
63,8		J. Carvalho	Amaro	SCP	Lisboa	02.07.27
63,6		J. Morais de	Almeida		Porto	27.05.28
60,4		Alfredo	Silveira	CIF	Porto	01.07.28
58,2		Alfredo	Silveira	CIF	Lisboa	21.07.29
58,2		Matos	Fernandes	SLB	Porto	01.08.42
57,0		Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	13.08.44
56,4	Fernando	Matos	Fernandes	SLB	Porto	26.08.44
55,1	Fernando	Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	07.07.46
53,7	Fernando	Matos	Fernandes	SLB	Barcelona	05.08.51
53,5	João	Mena	Antunes	SLB	Marselha	01.10.67
52,5		Alberto	Matos	SCP	Lisboa	29.06.69
52,4		Alberto	Matos	SCP	Madrid	12.06.71
52,2		Alberto	Matos	SCP	Lisboa	20.06.71
51,8		Alberto	Matos	SCP	Lisboa	26.06.71
51,2		Alberto	Matos	SCP	Verona	21.07.71
51,2		Alberto	Matos	SCP	Madrid	29.06.72
51,1		José	Carvalho	SCP	Madrid	13.06.73
50,9		José	Carvalho	SCP	Lisboa (N)	22.07.73
50,8		José	Carvalho	SCP	Cardiff	27.07.74
50,4		José	Carvalho	SCP	Sochi	29.05.75
50,00		José	Carvalho	SCP	Lisboa (N)	14.06.75
49,97		José	Carvalho	CFSC	Montreal	24.07.76
49,94		José	Carvalho	CFSC	Montreal	25.07.76
49,46		Pedro	Rodrigues	SLB	Barcelona	03.08.92
49,05		Pedro	Rodrigues	SLB	Helsínquia	07.08.94
49,04		Pedro	Rodrigues	SLB	Helsínquia	08.08.94
48,77		Pedro	Rodrigues	SLB	Helsínquia	10.08.94
48,77	Carlos	Alberto	Silva	SLB	Zurique	11.08.99

Altura

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

1,55		Costa	Rosado	SLB	Lisboa	26.06.10
1,62	Fernando	Pinto	Rosado	CIF	Lisboa	25.06.11
1,64	Fernando	Costa	Cabral	CIF	Lisboa	05.05.12
1,67	Fernando	Costa	Cabral	CDUL	Lisboa	07.04.13
1,67		António	Martins	CIF	Lisboa	07.04.13
1,73		Pascoal de Almeida		CSCQ	Lisboa	04.05.13
1,75		Pascoal de Almeida		CSCQ	Lisboa	13.04.14
1,82		Pascoal de Almeida		CSCQ	Lisboa	08.08.15
1,825	Guilherme	Espírito	Santo	SLB	Lisboa	03.07.38
1,835		Pedro	Vasconcelos	SLB	Lisboa (A)	16.06.40
1,85	Guilherme	Espírito	Santo	SLB	Porto	11.08.40
1,88	Guilherme	Espírito	Santo	SLB	Lisboa	25.08.40
1,88		Júlio	Fernandes	SCP	Lisboa	24.04.60
1,88		Rui	Mingas	SLB	Lisboa	24.04.60
1,90		Rui	Mingas	SLB	Lisboa	19.06.60
1,91		Júlio	Fernandes	SCP	Lisboa (A)	24.06.61
1,92		Júlio	Fernandes	SCP	L.Marques	29.04.62
1,93		Avelino	Mingas	SLB	L.Marques	06.05.62
1,94		Júlio	Fernandes	SCP	Lisboa	19.08.62
1,94		Júlio	Fernandes	SCP	Madrid	09.10.62
1,95		Júlio	Fernandes	SCP	Lisboa	27.04.63
1,96		Júlio	Fernandes	SCP	Lisboa	05.05.63
1,98		Júlio	Fernandes	SCP	Madrid	07.07.63
2,00		Tavares	Alves	SCP	Lisboa	16.08.69
2,02		Tavares	Alves	SCP	Lisboa (N)	14.03.70
2,05		Tavares	Alves	SCP	Lisboa (N)	29.08.70
2,06		António	Vermelhudo	CFB	Lisboa (N)	22.02.76
2,07		António	Vermelhudo	CFB	Lisboa (N)	18.07.76
2,10		António	Vermelhudo	CFB	Lisboa (N)	18.07.76
2,12		António	Vermelhudo	SLB	Lisboa (N)	16.02.80
2,13		Vitor	Mendes	SCP	Lisboa (L)	19.07.80
2,13		Paulo	Palma	SCP	Lisboa (L)	19.07.80
2,15		Vitor	Mendes	SCP	Lisboa (L)	13.06.81
2,15		José	Lima	SLB	Milão	06.06.87
2,16		José	Lima	SLB	Lisboa (N)	29.07.87
2,16		Luis	Marto	SCP	Sittard	18.06.89
2,17		Rafael	Gonçalves	CAO	Lisboa (U)	21.07.01
2,20 (p.c.)		Rafael	Gonçalves	FCP	Espinho	26.01.02
2,21		Rafael	Gonçalves	SLB	Leiria	01.06.07
2,23		Rafael	Gonçalves	SLB	Leiria	01.06.07

Vara

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

2,90		A. Faria de	Morais	GCP	Lisboa	26.06.10
2,90		António	Stromp	SCP	Lisboa	26.06.10
3,02	Celestino	Pais	Ramos	CACO	Lisboa	25.06.11
3,05	Augusto	Cabeça	Ramos	SLB	Lisboa	05.05.12
3,27	Augusto	Cabeça	Ramos	SLB	Lisboa	12.07.14
3,30		Francisco	Duarte	CAF-P	Porto	09.06.29
3,35		Manuel	Oliveira	SCP-P	Porto	09.08.31
3,40		Mário	Saraiva	FCG	Porto	14.06.33
3,435		Joaquim	Barriga	CFM	L.Marques	15.01.38
3,50	Álvaro	Martins	Vieira	SLB	Lisboa	22.05.38
3,55	Álvaro	Martins	Vieira	SLB	Lisboa	10.07.38
3,58	Álvaro	Martins	Vieira	SLB	Porto	14.08.38
3,60	Álvaro	Martins	Vieira	SLB	Lisboa	21.08.38
3,70		Fernando	Boaventura	SCP	Porto	10.08.40
3,72		António	Silva	SCP	Lisboa	07.05.60
3,75	Manuel	Santos	Bernardino	SLB	Lisboa	26.06.60
3,80	Manuel	Santos	Bernardino	SLB	Lisboa	16.07.60
4,00	Manuel	Santos	Bernardino	SLB	Lisboa	07.08.60
4,03	Manuel	Santos	Bernardino	SLB	L.Marques	29.04.62
4,05	Manuel	Santos	Bernardino	SLB	Lisboa (A)	12.09.64
4,10		José	Henriques	SLB	Lisboa (A)	07.08.66
4,10	Manuel	Santos	Bernardino	SLB	Atenas	25.06.67
4,15	Manuel	Santos	Bernardino	SLB	Lisboa (N)	13.08.67
4,17	Manuel	Santos	Bernardino	SLB	Lisboa (N)	03.09.67
4,20	Manuel	Santos	Bernardino	SLB	Lisboa (N)	10.09.67
4,21	Joaquim	Raposo	Borges	SCP	Madrid	14.06.69
4,22	Joaquim	Raposo	Borges	SCP	Lisboa	21.06.69
4,25	Joaquim	Raposo	Borges	SCP	Madrid	13.09.70
4,40	Joaquim	Raposo	Borges	SCP	Lisboa	28.03.71
4,49	Joaquim	Raposo	Borges	SCP	Lisboa	20.06.71
4,55		Joaquim	Serra	SCP	Lisboa	08.04.72
4,60		Joaquim	Serra	SCP	Lisboa (N)	06.08.72
4,65		Joaquim	Serra	SCP	Madrid	27.05.73
4,70		Joaquim	Serra	SCP	Lisboa	29.07.73
4,75		Joaquim	Serra	SCP	Lisboa	05.08.73
4,80		Joaquim	Serra	SCP	Lisboa (N)	19.08.73
4,85		Joaquim	Serra	SCP	Lisboa (N)	19.08.73
4,90		Joaquim	Serra	SCP	Lisboa (L)	18.05.74
4,95	Joaquim	Raposo	Borges	SCP	Bydgoszcz	02.05.76
5,00	Joaquim	Raposo	Borges	SCP	Lisboa	15.05.76
5,02		Joaquim	Serra	SLB	Lisboa (L)	06.07.77
5,10	Joaquim	Raposo	Borges	SCP	Lisboa (L)	14.07.79
5,11		Pedro	Palma	SLB	Lisboa (N)	31.05.87
5,15		Pedro	Palma	SLB	Lisboa (N)	20.03.90

5,16		Pedro	Palma	SLB	Lisboa (A)	13.06.91
5,20		Pedro	Palma	SLB	Lisboa (N)	07.07.91
5,21		Pedro	Palma	SLB	Lisboa (N)	13.07.91
5,25	Francisco	Nuno	Fernandes	CIPA	Açoteias	03.05.92
5,31	Francisco	Nuno	Fernandes	CIPA	Bruxelas	13.06.92
5,35	Francisco	Nuno	Fernandes	CIPA	Braga	12.07.92
5,45	Francisco	Nuno	Fernandes	CIPA	Braga	12.07.92
5,50	Francisco	Nuno	Fernandes	FCP	Lisboa (U)	18.06.94
5,51	Francisco	Nuno	Fernandes	FCP	Funchal	18.07.94
5,61	Francisco	Nuno	Fernandes	FCP	Funchal	18.07.94
5,62	Francisco	Nuno	Fernandes	FCP	Maia	21.06.95
5,65	Francisco	Nuno	Fernandes	FCP	Lisboa (U)	29.06.96
5,66	Francisco	Nuno	Fernandes	FCP	Maia	13.07.96

Comprimento

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

5,315	Tomás	Gabriel	Ribeiro	Liceu Camões	Lisboa	01.05.10
5,95	Tomás	Gabriel	Ribeiro	SCP	Lisboa	26.06.10
5,95	Tomás	Gabriel	Ribeiro	SCP	Lisboa	05.05.12
6,00		António	Reis	Esc.Acad	Lisboa	15.06.12
6,25	Alexandre	Correia	Leal	Univ.Coimb	Lisboa	13.04.13
6,37		Arnaldo	Chichorro	CSCQ	Lisboa	05.07.14
6,53	Ápio	Nunes de	Almeida	SCP	Lisboa	22.07.23
6,58	Ápio	Nunes de	Almeida	SCP	Lisboa	14.06.24
6,61	Ápio	Nunes de	Almeida	SCP	Lisboa	28.09.23
6,63		José	Carvalhosa	SCP	Porto	08.08.31
6,70		José	Carvalhosa	SCP	Porto	08.08.31
6,80		José	Carvalhosa	SCP	Lisboa	13.09.31
6,89	Guilherme	Espírito	Santo	SLB	Lisboa	10.07.38
6,89		Edgar	Tamegão	CAF-P	Porto	20.07.41
6,95		Álvaro	Dias	SCP	Porto	26.08.44
6,95		Álvaro	Dias	SCP	Lisboa	09.08.44
6,99		Álvaro	Dias	SCP	Lisboa	26.06.45
7,09		Álvaro	Dias	SCP	Lisboa	28.07.45
7,34		Álvaro	Dias	SCP	Lisboa (Lm)	06.09.47
7,34		Álvaro	Dias	SCP	Lisboa (Lm)	30.05.48
7,38		Pedro	Almeida	SCP	Lisboa (A)	12.08.61
7,62		Pedro	Almeida	SCP	Lisboa (R)	21.07.62
7,66		Carlos	Medeiros	IND	Schwechat	10.08.85
7,71		Carlos	Medeiros	SLB	Lisboa (N)	19.07.86
7,71		Carlos	Castelbranco	SCP	Maia	20.07.90
7,72		António	Veiga	SLB	Lx(N)	18.05.91
8,02 A	Carlos	Nuno	Calado	CNRM	Medellin	10.05.96
8,04	Carlos	Nuno	Calado	CNRM	Funchal	25.05.96
8,04	Carlos	Nuno	Calado	CNRM	Funchal	25.05.96
8,22	Carlos	Nuno	Calado	CNRM	Lisboa (U)	28.06.96
8,25	Carlos	Nuno	Calado	CNRM	Lisboa (U)	28.06.96
8,36	Carlos	Nuno	Calado	SCP	Lisboa (I)	20.06.97

Triplo-Salto

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

12,39	Ápio	Nunes de Almeida	SCP	Lisboa	01.08.26
12,65	Ápio	Nunes de Almeida	SCP	Porto	08.08.26
12,69		Fernando Marrecas	SCP	Lisboa	03.07.27
12,94		Fernando Marrecas	SCP	Lisboa	07.08.27
13,43		Acácio Mesquita	FCP	Porto	01.07.28
14,015	Guilherme	Espírito Santo	SLB	Lisboa	17.07.38
14,04		João Vieira	SCP	Lisboa	17.08.41
14,50		Luis Alcide	SLB	Lisboa	16.09.45
14,52		Luis Alcide	SLB	Porto	24.08.47
14,70		João Vieira	SCP	Lisboa	07.09.47
14,76		Luis Alcide	SLB	Lisboa	05.08.50
15,54		Rui Ramos	CFB	Lisboa	22.06.52
15,61		Júlio Fernandes	SCP	Lisboa	10.07.66
15,63		Alfredo Melão	SLB	Lisboa (N)	01.06.74
15,78		Luis Azevedo	SCP	Lisboa (L)	22.06.75
15,92		Luis Azevedo	SCP	Lisboa (L)	16.05.76
15,95		Luis Azevedo	SCP	Lisboa (L)	18.07.76
16,17		Luis Azevedo	SCP	Madrid	30.05.76
16,30		Luis Azevedo	SCP	Copenhaga	26.06.77
16,56		José Leitão	CIPA	Maia	08.07.87
16,66		José Leitão	CIPA	Maia	26.07.87
16,82 A		Carlos Calado	CNRM	Medellin	12.05.96
17,08		Carlos Calado	CNRM	Lx (U)	21.06.96
17,19 p.c		Nelson Évora	SLB	Moscovo	25.01.06
17,23		Nelson Évora	SLB	Gotemburgo	10.08.06
17,28		Nelson Évora	SLB	Paris	06.07.07
17,51		Nelson Évora	SLB	Madrid	21.07.07
17,74		Nelson Évora	SLB	Osaka	27.08.07

Peso

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

8,46	Luis	da Costa	Pessoa	IP	Lisboa	13.06.09
9,24		Aires	de Meneses	E.Pol.	Lisboa	01.05.10
9,38		Alfredo	Camecelha	SCP	Lisboa	26.06.10
9,73		Eduardo	Madeira	CIF	Lisboa	25.06.11
9,865		António	Martins	CIF	Lisboa	05.05.12
10,44		António	Martins	CIF	Lisboa	08.04.13
10,46		António	Martins	CIF	Lisboa	03.06.15
10,62		António	Martins	CIF	Lisboa	05.08.15
10,64		António	Martins	CIF	Lisboa	19.09.20
10,795		António	Cardoso	CIF	Lisboa	28.07.21
11,46		António	Cardoso	CIF	Lisboa	01.07.23
11,84		António	Cardoso	CIF	Lisboa	31.07.26
12,92		António	Cardoso	CIF	Lisboa	03.07.27
13,00		José	Garnel	SCP	Porto	26.07.30
13,07		José	Garnel	SCP	Porto	03.07.32
13,27		Emidio	Ruivo	CIF	Lisboa	25.06.39
13,40		Emidio	Ruivo	CIF	Lisboa	09.07.39
13,805		Manuel	Silva	SCP	Lisboa	04.07.48
13,955		Manuel	Silva	SCP	Lisboa	11.07.48
13,96		Manuel	Silva	SCP	Lisboa	24.04.55
14,21		Manuel	Silva	SCP	Lisboa	07.05.55
14,24		Manuel	Silva	SCP	Lisboa	15.05.55
14,37		Manuel	Silva	SCP	Lisboa	21.05.55
14,46		Manuel	Silva	SCP	Castres	05.06.55
14,95		José	Galvão	SLB	Lisboa (N)	13.08.60
15,03		José	Galvão	SLB	Lisboa	11.03.61
15,05		José	Galvão	SLB	Lisboa	25.03.61
15,31		José	Galvão	SLB	Lisboa	22.07.61
15,63		José	Galvão	SLB	Lisboa (R)	19.07.64
15,63	José	Luis	Fernandes	SLB	Marselha	30.09.67
16,44	José	Luis	Fernandes	SLB	Lisboa	05.07.70
16,57	José	Luis	Fernandes	SLB	Lisboa	01.05.71
16,69	José	Luis	Fernandes	SLB	Lisboa	08.05.71
16,81	José	Luis	Fernandes	SLB	Lisboa	19.06.71
17,53	José	Luis	Fernandes	SLB	Lisboa	26.06.71
17,57		Fernando	Alves	SLB	Vigo	22.07.93
17,67		Fernando	Alves	SLB	Lx(U)	18.06.94
17,73		Fernando	Alves	SLB	Corunha	12.07.94
17,73		Fernando	Alves	SLB	Vigo	13.07.94
18,03		Fernando	Alves	SLB	Lisboa (U)	04.06.95
18,20		Fernando	Alves	SLB	Lisboa (U)	28.06.96
18,32		Fernando	Alves	SLB	Lisboa (U)	28.06.96
18,51		Fernando	Alves	SLB	Lisboa (U)	10.07.96
18,52		Fernando	Alves	SLB	Lx (A)	12.01.97
18,82		Fernando	Alves	SLB	Lx (A)	08.02.97

19,16	Fernando	Alves	SLB	Qtª.Anjo	23.02.97
19,20	Fernando	Alves	SLB	Budapeste	18.08.98
19,29	Fernando	Alves	SLB	Lisboa (U)	19.06.99
19,30	Fernando	Alves	SLB	Lisboa (U)	07.08.99
19,51 (p.c.)	Marco	Fortes	SCP	Espinho	27.01.08
20,08 (p.c.)	Marco	Fortes	SCP	Valência	09.02.08
20,13	Marco	Fortes	SCP	Split	16.03.08

Disco

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

27,67		Alberto de	Morais	GCP	Lisboa	26.06.10
31,20		Fernando	Pereira	SCP	Lisboa	05.05.12
33,53		Eduardo	Rebello	SCP	Lisboa	09.09.19
35,17	António	Silva	Martins	CIF	Lisboa	23.05.24
35,26		José	Garnel	SCP	Porto	08.08.26
35,63		José	Garnel	SCP	Porto	22.08.26
36,94		Herculano	Mendes	AFC	Porto	17.07.27
38,27		António	Cardoso	CIF	Lisboa	07.08.27
41,00		António	Cardoso	CIF	Lisboa	03.06.28
41,62		Herculano	Mendes	AFC	Porto	12.07.36
43,70		Herculano	Mendes	AFC	Porto	22.11.36
45,51		Manuel	Silva	SCP	Lisboa	08.08.54
46,26		Manuel	Goulão	SLB	Lisboa	24.07.60
47,63		João	Afonso	SCP	Lisboa	14.08.60
48,03		Manuel	Goulão	SLB	Lisboa	10.06.62
49,17		Manuel	Goulão	SLB	Lisboa	25.08.62
49,57		Manuel	Goulão	SLB	Lisboa	05.05.63
50,05		Manuel	Goulão	SLB	Lisboa (A)	28.06.64
51,70		Paulo	Santos	SCP	Vigo	11.05.85
51,78		Paulo	Santos	SCP	Lisboa (N)	27.07.85
51,80		Paulo	Santos	SCP	Lisboa (A)	09.07.86
52,02		Paulo	Santos	SCP	Lisboa (N)	13.07.86
52,04		Paulo	Santos	SCP	Lisboa (N)	11.04.87
52,40		Paulo	Santos	SCP	Lisboa (N)	25.04.87
53,10		Paulo	Santos	SCP	Lisboa (N)	25.04.87
53,54		Paulo	Santos	SCP	Lisboa (A)	30.05.87
54,14		Paulo	Santos	SCP	Lisboa (N)	18.06.87
54,60		Paulo	Santos	SCP	Lisboa (N)	18.06.87
56,22		Paulo	Santos	SCP	Lisboa (N)	05.03.88
57,04		Paulo	Bernardo	FCP	Maia	01.03.97
57,58		Paulo	Bernardo	SLB	Praia da Luz	25.04.98
58,48		Paulo	Bernardo	SLB	Praia da Luz	26.04.98
59,50		Paulo	Bernardo	SLB	Praia da Luz	26.04.98
60,19		Paulo	Bernardo	SLB	Lisboa (U)	17.07.98
60,37		Paulo	Bernardo	SLB	Monfortinho	08.05.99
60,38		Paulo	Bernardo	SLB	Coimbra (M)	03.06.99
60,58		Paulo	Bernardo	BA	Lisboa (U)	08.06.03
60,61		Paulo	Bernardo	BA	Lisboa (U)	24.07.05

Martelo

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

21,656	António	S.Martins	CIF	Lisboa	21.12.19
21,30	Alberto	Figueiredo	SCP	Lisboa	30.07.22
25,75	Alberto	Figueiredo	SCP	Lisboa	20.08.22
28,00	J. Ferreira	Borges	CIF	Lisboa	31.05.24
28,55	J.Ferreira	Borges	CIF	Lisboa	31.05.24
30,25	J. Ferreira	Borges	CIF	Lisboa	15.06.24
31,38	J. Ferreira	Borges	CIF	Lisboa	17.07.26
33,57	António	Cardoso	CIF	Lisboa	31.07.26
35,02	Herculano	Mendes	AFC	Porto	30.06.28
35,39	Herculano	Mendes	AFC	Porto	09.06.29
38,36	Herculano	Mendes	AFC	Porto	13.07.30
39,67	Herculano	Mendes	AFC	Lisboa	25.07.31
41,15	Herculano	Mendes	AFC	Porto	18.07.36
43,96	Herculano	Mendes	AFC	Porto	22.11.36
45,31	Herculano	Mendes	ML	Lisboa	28.08.38
47,37	Herculano	Mendes	AFC	Porto	06.08.39
48,41	Manuel	Silva	SCP	Lisboa	16.09.45
49,34	Eduardo	Albuquerque	SLB	Lisboa	11.08.56
50,07	Eduardo	Albuquerque	SLB	Lisboa	11.08.57
51,74	Eduardo	Albuquerque	SLB	Lisboa	06.07.58
52,59	Eduardo	Albuquerque	SLB	Lisboa	09.08.58
53,01	Eduardo	Albuquerque	SLB	Lisboa	09.08.58
53,61	Eduardo	Albuquerque	SLB	Lisboa	09.08.58
54,71	Eduardo	Albuquerque	SLB	Corunha	02.07.60
54,91	Eduardo	Albuquerque	SLB	Lisboa	16.07.60
55,07	Eduardo	Albuquerque	SLB	Lisboa (A)	06.08.60
56,17	Eduardo	Albuquerque	SLB	Lisboa (A)	13.08.60
57,77	Eduardo	Albuquerque	SLB	Lisboa	20.08.60
58,71	Eduardo	Albuquerque	SLB	Lisboa (A)	29.07.61
58,94	Carlos	Sustelo	SCP	Atenas	24.06.67
60,20	Carlos	Sustelo	SLB	Lisboa	01.09.68
61,14	Carlos	Sustelo	SCP	Lisboa	01.09.68
61,76	Carlos	Sustelo	SCP	Madrid	07.09.68
62,34	Carlos	Sustelo	SCP	Lisboa	28.09.68
65,36	Carlos	Sustelo	SCP	Lisboa (A)	01.05.71
66,66	Vítor	Costa	ASQ	Rennes	15.05.93
68,42	Vítor	Costa	ASQ	Rennes	15.05.93
69,56	Vítor	Costa	ASQ	Rennes	15.05.93
69,60	Vítor	Costa	ASQ	Annecy	24.07.94
70,72	Vítor	Costa	ASQ	L`Aigle	01.05.95
71,20	Vítor	Costa	SLB	Montreuil	24.07.96
71,24	Vítor	Costa	SLB	Montreuil	31.07.96
72,16	Vítor	Costa	SLB	Montreuil	31.07.96
72,32	Vítor	Costa	SLB	Lille	29.09.96
72,88	Vítor	Costa	SLB	Montreuil	09.07.97

74,50	Vítor	Costa	SLB	Lille	28.09.97
75,08	Vítor	Costa	SLB	Evry	05.10.97
75,76	Vítor	Costa	RCF	Evry	11.10.98
76,34	Vítor	Costa	SCP	Paris	12.07.00
76,86	Vítor	Costa	SCP	Reims	21.07.04

Dardo EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL
--

46,74	Luis	Teles	LDC	Açoteias	19.04.86
47,24	Paulo	Castro	LDC	Açoteias	19.04.86
47,40	Paulo	Castro	LDC	Açoteias	19.04.86
52,12	Alvaro	Silva	LDC	Açoteias	19.04.86
53,26	João	Alves	SCP	Lisboa	26.04.86
56,64	Carlos	Cunha	SCP	Lisboa (A)	26.04.86
56,88	Carlos	Cunha	SCP	Lisboa (A)	26.04.86
57,20	Carlos	Cunha	SCP	Lisboa (A)	26.04.86
58,22	Carlos	Cunha	SCP	Lisboa (A)	26.04.86
60,14	Carlos	Cunha	SCP	Lisboa (A)	26.04.86
61,00	Paulo	Santos	SCP	Lisboa (A)	03.05.86
62,24	Carlos	Cunha	SCP	Lisboa (A)	03.05.86
62,46	Paulo	Santos	SCP	Lisboa (A)	17.05.86
63,74	Carlos	Cunha	SCP	Lisboa (A)	17.05.86
65,30	Carlos	Cunha	SCP	Lisboa (N)	31.05.86
66,08	Carlos	Cunha	SCP	Lisboa (N)	31.05.86
66,32	Carlos	Cunha	SCP	Barcelona	14.06.86
66,56	Carlos	Cunha	SCP	Barcelona	14.06.86
66,60	Paulo	Santos	SCP	Lisboa (N)	13.07.86
67,08	Paulo	Santos	SCP	Lisboa (N)	13.07.86
70,32	Carlos	Cunha	SCP	Lisboa (N)	10.08.86
70,46	Carlos	Cunha	GSL	Sevilha	19.07.92
70,56	João	Reis	SCP	Lisboa (N)	26.06.92
70,68	João	Reis	SCP	Lisboa (U)	17.03.96
71,41	Filipe	Ventura	SCP	Leiria	13.03.99
72,49	Filipe	Ventura	SCP	Lisboa (A)	08.05.99

Decatlo

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

4621 (a)	João	Montalvão	EVS	Porto	23/24.08.42
(12,2=5,89=9,21=1,60=59,0=19,4=28,40=3,06=37,43=5.05,0)					
5358 (a)	Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	29/30.08.42
(11,6=5,96=9,46=1,80=53,2=17,0=28,47=2,40=38,40=4.48,0)					
5395 (a)	Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	7/8.10.44
(11,7=6,23=9,71=1,70=53,6=17,6=31,42=2,54=38,30=4.39,4)					
5990 (a)	Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	24/25.10.45
(11,3=6,60=10,09=1,80=52,6=16,6=35,75=2,57=35,91=4.37,4)					
6075 (a)	Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	4/5.10.47
(11,5=6,61=10,75=1,80=52,4=17,3=36,34=2,80=40,24=4.39,5)					
6294 (a)	Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	20/21.07.48
(11,1=6,80=10,85=1,75=52,5=16,6=33,38=2,90=45,27=4.39,0)					
6571 (a)	Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	8/9.09.51
(11,0=6,70=11,18=1,85=51,0=16,0=34,25=3,00=40,66=4.40,6)					
5894 (b)	Matos	Fernandes	SLB	Lisboa	8/9.09.51
(11,0=6,70=11,18=1,85=51,0=16,0=34,25=3,00=40,66=4.40,6)					
5927 (b)	Vilar	Santos	SLB	Lisboa	25/26.06.60
(11,3=6,38=11,13=1,78=51,2=15,2=29,67=3,30=43,58=4.28,6)					
6428 (c)	Vilar	Santos	SLB	Lisboa	25/26.06.60
(11,3=6,38=11,13=1,78=51,2=15,2=29,67=3,30=43,58=4.28,6)					

(10)

6471 (c)	José	Tadeu	Freitas	SCP	Lisboa	28/29.08.65
(11,3=6,91=11,63=1,60=49,8=15,9=36,12=3,10=45,18=4.33,4)						
6488 (c)	José	Tadeu	Freitas	SCP	Lisboa	16/17.09.67
(11,2=6,92=11,74=1,60=50,6=16,0=36,56=3,10=46,30=4.32,9)						
6513 (c)	José	Carvalho		SCP	Lisboa	6/7.10.73
(11,3=6,69=10,39=1,84=48,9=15,0=28,66=2,95=43,12=4.18,8)						
6634 (c)	José	Carvalho		SCP	Lisboa	21/22.09.74
(11,1=6,59=10,12=1,89=49,7=14,8=29,72=3,20=40,54=4.21,6)						
6753 (c)	José	Carvalho		CFSC	Lisboa	28/29.08.76
(11,3=6,78=10,83=1,87=48,3=14,9=31,32=3,00=39,62=4.11,5)						
7167 (c)	José	Carvalho		SLB	Lisboa	2/3.05.81
(10,9=6,69=11,34=1,82=47,3=14,4=33,46=3,50=44,84=4.14,5)						
6989 (d)	José	Carvalho		SLB	Lisboa	2/3.05.81
(10,9=6,69=11,34=1,82=47,3=14,4=33,46=3,50=44,84=4.14,5)						
6998 (d)	Mário	Aníbal	Ramos	SLB	Plovdiv	7/8.08.90
(11,51=6,63=12,98=2,03=51,75=15,60=38,52=4,30=45,58=4.44,90)						
7013 (d)	Mário	Aníbal	Ramos	SLB	Maia	19/20.05.90
(11,2=6,75=12,98=2,09=52,0=15,2=38,64=4,20=50,58=5.07,6)						
7199 (d)	Mário	Aníbal	Ramos	SLB	Maia	6/7.04.94
(11,35=6,52=13,48=2,03=50,76=15,65=40,34=4,30=50,84=4.43,61)						

(20)

7377	Mário	Aníbal	Ramos	SLB	Brescia	18/19.05.91
(11,31=6,88=14,02=2,00=50,26=15,75=43,54=4,30=51,22=4.43,84)						
7381	Francisco	Nuno	Fernandes	CIPA	Lx(N) (A)	20/21.06.92
(11,37=6,59=12,06=1,97=50,86=14,71(3,0)=36,04=5,30=53,20=4.51,06)						
7479	Mário	Aníbal	Ramos	SLB	Lx(N)	20/21.03.93
(11,52=6,80=13,94=2,07=50,19=15,13=41,90=4,40=49,36=4.34,03)						
7570	Mário	Aníbal	Ramos	SLB	Lx(N)	1/2.05.93
(11,34=6,75=14,50=2,07=50,33=41,88=4,31=52,94=4.35,93)						
7614	Mário	Aníbal	Ramos	SLB	Lx(U)	3/4.06.95
(11,27=6,81=13,43=2,02=50,73=15,12=44,70=4,55=53,84=4.32,03)						
7930	Mário	Aníbal	Ramos	SLB	Maribor	28/29.06.97
(10,94=7,11=13,66=2,04=48,43=15,03=45,16=4,60=55,78=4.37,11)						
7937	Mário	Aníbal	Ramos	SLB	Arles	30/31.10.99
(10,94=6,96=14,64=1,95=49,03=14,55 (3,4)=42,89=4,90=52,59=4.31,16)						
8069	Mário	Aníbal	Ramos	SLB	Lx (I)	03/04.05.00
(11,02=7,12=15,05=1,98=48,78=14,75 =47,34=4,57=56,51=4.27,62)						
8136	Mário	Aníbal	Ramos	SLB	Sydney	27/28.09.00
(10,97=6,90=15,39=2,03=48,71=14,71 =45,01=4,90=57,57=4.32,68)						
8213	Mário	Aníbal	Ramos	SLB	Kaunas	30/6/01.07.01
(10,96=7,23=15,24=2,01=48,49=14,80=48,43=4,80=54,55=4.28,28)						

(a) Tabela de 1934

(b) Tabela de 1952

(c) Tabela de 1964

(d) Tabela de 1985

20Km-marcha

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

1.46.00	Luis	Dias	SLB	Urgeiriça	18.06.78
1.38.58	Luis	Dias	SLB	Urgeiriça	22.04.79
1.38.02	Paulo	Alves	CFSI	Lisboa	23.03.80
1.34.05	Paulo	Alves	CFSI	Urgeiriça	20.04.80
1.30.40	José	Pinto	CFB	Alenquer	21.02.82
1.30.17	José	Pinto	CFB	Lisboa	28.03.82
1.28.50	José	Pinto	CFB	Beja	24.04.82
1.28.49	José	Pinto	CFB	Urgeiriça	27.03.83
1.28.13	José	Pinto	CFB	Hospitalet	17.04.83
1.25.39	José	Pinto	CFB	Beja	23.04.83
1.25.28	José	Pinto	CFB	Hospitalet	28.04.85
1.25.19	José	Pinto	CFB	Lisboa	12.05.85
1.25.09	José	Pinto	CFB	Nova Iorque	03.05.87
1.24.49	José	Urbano	OS	Lisboa	13.06.87
1.24.05	José	Pinto	CFB	Montijo	07.05.89
1.22.19	José	Urbano	SLB	Hospitalet	27.05.89
1.22.04	José	Urbano	SLB	San José	01.06.91
1.21.41	José	Urbano	SLB	Montijo	23.05.92
1.20.58	Sérgio	Vieira	CNRM	Podebrady	19.04.97
1.20.44	João	Vieira	CNRM	Naumburg	05.05.02
1.20.30	João	Vieira	CNRM	Corunha	07.06.03
1.20.09	João	Vieira	CNRM	Gotemburgo	08.08.06

50Km-marcha EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL
--

4.06.03	José	Pinto	CFB	Alenquer	25.06.83
4.03.47	José	Pinto	CFB	Helsínquia	12.08.83
4.01.27	José	Pinto	CFB	Vilanueva	18.03.84
3.59.45	José	Pinto	CFB	Bruxelas	22.06.86
3.58.12	José	Pinto	CFB	Ilhavo	15.03.87
3.56.40	José	Pinto	CFB	Roma	05.09.87
3.55.57	José	Pinto	CFB	Seoul	30.09.88
3.52.43	José	Pinto	CFB	Visau	19.03.89
3.52.00	João	Vieira	CNRM	Beja	21.02.04

4x100 metros EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

47,0	Avelino Barata,Honório Costa José Queirós,Gentil Santos	CIF	Lisboa	.08.22
46,8	Ayala Monteiro,Honório Costa José Queirós,Gentil Santos	CIF	Lisboa	.08.23
46,6	Karel Pott,Guerreiro Nuno SN Afonso Salcedo,Honório Costa		Madrid	24.10.25
45,2	Guerreiro Nuno,Severo Tiago Antero Varejão,Prata de Lima	SN	Porto	22.08.26
45,2	Adriano Pires,Júlio Santos SL José M.Santos,Mário Porto		Porto	09.08.30
44,6	José Carvalhosa,Mário Porto José M.Santos,António Sarsfield	EM	Lisboa	13.09.31
44,5	António Fontes,Neves Carvalho Cunha Rosa,Alves Pereira	SCP	Porto	30.07.38
44,5	Guilherme Santos,Pinheiro Silva Fernando Ferreira,Glória Alves	SLB	Porto	30.07.38
43,9	Fernando Ferreira,Guilherme Santos Francisco Nazaré,Pedro Vasconcelos	SLB	Porto	10.08.40
43,8	Álvaro Dias,Alfredo Abrunhosa Manuel Núncio,Fernando Lourenço	SCP	Porto	26.08.44
(10)				
43,7	Tomás Paquete,Fernando Ferreira Eugénio Eleutério,Manuel Raposo	SLB	Lisboa	28.07.45
43,3	Edgar Tamegão,Carlos Mendonça Manuel Núncio,Tomás Paquete	SN	Barcelona	27.07.46
42,8	Fernando Casimiro,Matos Fernandes Eugénio Eleutério, Rui Maia	SL	Madrid	23.05.51
42,1	Tomás Paquete,Fernando Casimiro Eugénio Eleutério,Rui Maia	SN	Barcelona	04.08.51
42,1	Dino Capitão,Rui Trincheiras Tomás Paquete,António Faria	SN	Barcelona	23.09.57

42,1	Carvalho Santos, Jorge Soares Mário Paiva, António Faria	SN	Toulouse	17.06.61
41,7	Jorge Soares, José Rocha Marcenal Andrade, António Faria	SN	Madrid	06.07.63
41,4	Carvalho Santos, José Magalhães Marcenal Andrade, José Rocha	SN	Lisboa	12.09.64
41,3	Ant ^o . Fonseca Silva, José Magalhães Marcenal Andrade, José Rocha	SN	Madrid	07.09.68
41,2	Carlos Calado, Lamy Fontoura António Manso, Eduardo Manso	SL	Madrid	26.05.73
(20)				
40,8	José Silva, Norberto Serina António Cachola, Vítor Mano	SLB	Lisboa (N)	21.05.77
40,4	José Silva, Norberto Serina António Cachola, Vítor Mano	SLB	Copenhaga	25.06.77
40,52	Pedro Curvelo, Paulo Curvelo Pedro Agostinho, Luis Barroso	SN	Schwechat	10.08.85
40,32	Eduardo Gaspar, Arnaldo Abrantes Luis Cunha, Paulo Curvelo	SN	Barcelona	14.06.86
40,09	Pedro Curvelo, Paulo Curvelo Luis Cunha, João Firme	SLB	Lisboa (N)	19.07.86
39,86	Arnaldo Abrantes, Pedro Curvelo Luis Cunha, Pedro Agostinho	SN	Estugarda	30.08.86
39,74	Arnaldo Abrantes, Pedro Curvelo Luis Cunha, Pedro Agostinho	SN	Estugarda	30.08.86
39,63A	Fernando Damásio, Pedro Curvelo Luis Cunha, Luis Barroso	SN	México	24.07.88
39,61	Arnaldo Abrantes, Pedro Curvelo Pedro Agostinho, Luis Barroso	SN	Seoul	30.09.88
39,33	Fernando Damásio, Pedro Curvelo Pedro Agostinho, Luis Barroso		Split	01.04.90
(30)				
39,18	Ricardo Pacheco, Arnaldo Abrantes, Vítor Jorge, Francis Obikwelu		Salónica	17.06.06

4x400 metros EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL

3.52,2	Albano Martins, Oliveira Sousa Alberto Freitas, Salazar Carreira	SCP	Lisboa	.08.22
3.50,8	Palhares Costa, Alberto Pepino José Amaro, Abílio Nascimento	SCP	Lisboa	31.07.26
3.45,2	Eduardo Morais, Raul Martins Fernando Moura, Júlio Dias	SCP-P	Porto	02.07.27
3.40,0	Fernando Marrecas, José Amaro Alberto Pepino, Alfredo Silveira	SL	Porto	16.07.27
3.37,2	Adriano Pires, Palhares Costa Joaquim Alvarez, Alfredo Silveira	SL	Porto	10.08.30
3.36,2	Glória Alves, Martins Vieira Guilherme Fragata, Barreiros Gomes	SLB	Lisboa	23.07.39
3.35,9	João Jacinto, António Ferreira Francisco Bastos, António Calado	SCP	Lisboa	21.07.40
3.33,2	Borges Silva, Matos Fernandes João André, Barreiros Gomes	SLB	Porto	11.08.40
3.32,9	João Jacinto, Francisco Bastos José Vicente, Artur Dias	SCP	Lisboa	24.06.45
3.32,0	Matos Fernandes, José Vicente Fernando Lourenço, João Jacinto	EM	Lisboa	26.08.45
(10)				
3.32,8	João Jacinto, Sampaio Peixoto José Vicente, Matos Fernandes	SN	Lisboa	16.09.45
3.27,5	Artur Dias, Domingos Canhão Matos Fernandes, Sampaio Peixoto	SN	Lisboa	06.09.47
3.26,5	Fernando Casimiro, Domingos Canhão Natal Santos, Artur Dias	SN	Lisboa	05.08.50
3.21,3	Artur Dias, Natal Santos Matos Fernandes, Fernando Casimiro	SN	Barcelona	05.08.51

3.20,0	António Faria, Artur Dias Armando Chaves, Fernando Castro	SN	Barcelona	24.09.57
3.18,8	Neves Silva, Rogério Gonçalves Fernando Castro, Valentim Baptista	SN	Sant§. Chile	16.10.60
3.17,0	Neves Silva, Rogério Gonçalves Valentim Baptista, Fernando Castro	SN	Toulouse	18.06.61
3.14,7	Neves Silva, José Rocha Rogério Gonçalves, Valentim Baptista	SN	Madrid	07.07.63
3.13,5	Barceló Carvalho, José Magalhães Marcenal Andrade, Mena Antunes	SN	Marselha	01.10.67
3.10,0	Fernando Silva, Alberto Matos José Carvalho, Fernando Mamede	SN	MunIQUE	09.09.72
(20)				
3.09,75	Jaime Cruz, António Cachola José Carvalho, Rui Fernandes	SN	Dublin	04.07.82
3.09.73	Arnaldo Abrantes, José Carvalho Alberto Jorge, Álvaro Silva	SN	Lisboa (N)	17.06.84
3.08,76	Paulo Curvelo, Arnaldo Abrantes Álvaro Silva, Alberto Jorge	SN	Schwechat	11.08.85
3.08.03	Paulo Curvelo, António Abrantes A. Silva, Filipe Lomba	SLB	Bruxelas	19.06.88
3.07.75	Paulo Curvelo, Filipe Lombá António Abrantes, Álvaro Silva	SLB	Seoul	30.09.88
3.07.75	Paulo Curvelo, Filipe Lombá António Abrantes, Álvaro Silva	SLB	Seoul	30.09.88
3.06.18	Paulo Curvelo, Filipe Lombá António Abrantes, Pedro Curvelo	SLB	Dublin	06.08.89
3.05,48	Carlos Silva, António Abrantes Mário Reis, Pedro Rodrigues	Sel.Nac.Univ	Fukuoka	03.9.95