



ESTRADA

Lisboa

2022/23

www.fpatletismo.pt



CAMPEONATOS DE PORTUGAL DE MARATONA

LISBOA

8 DE OUTUBRO 2023

COMPETIÇÃO INTEGRADA
NA EDP MARATONA DE LISBOA

INSCRIÇÕES ATÉ 15 DE SETEMBRO 2023

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



Vitalis

WA - World Rankings



CAMPEONATOS PORTUGAL DE MARATONA

A prática da corrida é a mais antiga forma de atletismo de que há registos em Portugal. No final do século XIX, foram várias as competições organizadas por clubes e grupos de amigos e, em 1894, houve mesmo provas a que chamaram Campeonatos de Portugal. Estas competições, em diversas distâncias, tinham a particularidade de serem muito populares e de se realizarem conjuntamente com outros festivais atléticos e corridas de ciclismo.

No princípio do século XX começou a falar-se então em maratona, muito por via das notícias chegadas dos Jogos Olímpicos de 1896, 1900 e 1904, com as primeiras maratonas oficiais em grandes competições.

Sem tradição de competições em grandes distâncias, a revista “Tiro e Sport” foi organizando, anualmente, provas em distâncias mais curtas, mas crescentes, até que em 1910 se realizou a primeira corrida de maratona, na sua distância oficial (então de 42 800 metros).

Essa primeira edição (2 de Maio de 1910) da maratona (escreve-se no livro Cem Anos de Maratona em Portugal, de António Fernandes), “com 42.800 m, num percurso entre Praça Marechal Saldanha – Sacavém - Póvoa de St^a. Iria - Santo Antão do Tojal – Loures - Praça Duque de Saldanha, com partida às 13h13m20s (!), voltou a destacar o jovem carpinteiro de carruagens, Francisco Lázaro, que triunfou com o tempo de 2h57m35s (primeiro recorde oficial de maratona). Cerca de 44 minutos depois (!) chegou o segundo classificado, Armando Cruz (3:41.39), com o terceiro classificado, António José de Azevedo, do Sport Grupo Progresso, a gastar 3:42.21. Dos 12 concorrentes à partida, dois desistiram”. Francisco Lázaro, o primeiro nome e mito da maratona, viria a falecer, tragicamente, após desfalecimento na maratona dos Jogos Olímpicos de 2012.

Oficialmente, esta primeira corrida de maratona é reconhecida como o primeiro Campeonato de Portugal de Maratona, que até agora já conheceu 91 edições (a da época de 2022/2023 será a 92^a edição). Atendendo a que a primeira edição já se realizou há 122 anos, importa referir que esta competição conheceu dois interregnos em que não se realizou (entre 1915 e 1935 - impacto da I Guerra Mundial -, e entre 1943 e 1945 - II Guerra Mundial -, e também em 2020 - pandemia de Covid 19).

Até 1981 a prova foi exclusiva para atletas masculinos, abrindo-se à participação feminina apenas em 1982.

Sempre muito popular, agora realizando-se em conjunto com as maratonas mais famosas de Portugal, esta distância já produziu dois campeões olímpicos para o nosso país: Carlos Lopes e Rosa Mota.

CAMPEÕES DE PORTUGAL DE MARATONA (masculinos)

1910	Francisco Lázaro	VCL	<u>2.57.35</u>		1979	Vasco Pereira	SLB	2.21.20,0
1911	Francisco Lázaro	SLB	3.09.57	(2)	1980	Armando Aldegalega	SCP	2.26.07,2
1912	Francisco Lázaro	SLB	<u>2.52.08</u>	(3)		(10)		
1913	Armando Almeida	SCP	2.58.04,8		1981	Delfim Moreira	FCP	2.16.04
1914	Serafim Martins	ACL	3.06.03,4		1982	Renato Graça	GDPF	2.19.46 (2)
...					1983	Cidálio Caetano	SLB	2.20.19
1936	Manuel Dias	SLB	<u>2.37.20</u>		1984	Manuel Oliveira	GAR	2.17.20
1937	Manuel Dias	SLB	<u>2.30.38</u>	(2)	1985	Artur Borba Oliveira	P	2.20.17
1938	Manuel Dias	SLB	2.40.35,6	(3)	1986	Telmo Fernandes	LVSC	2.19.57
1939	Manuel Dias	SLB	2.33.36	(4)	1987	João A.Campos	FCP	2.18.56
1940	Manuel Dias	SLB	2.43,20	(5)	1988	Telmo Fernandes	LVSC	2.25.03 (2)
1941	Manuel Dias	SLB	2.41.46	(6)	1989	António Costa	GDM	2.20.10
1942	João Miguel	SLB	2.39.27		1990	António Godinho	CRA	2.15.25
...					1991	Mário Sousa	2011	2.25.20
1946	Manuel Gonçalves	SLB	2.42.29		1992	Gilberto Fernandes	CNRM	<u>2.14.19</u>
1947	Manuel Gonçalves	SLB	2.40.14,4	(2)	1993	Domingos Neves	ARMED	2.15.16
1948	Manuel Gonçalves	SLB	2.42.00,8	(3)	1994	Galhardo Pires	GDRC	2.15.24
1949	Manuel Gonçalves	SLB	2.40.37	(4)	1995	João Lopes	CATe	<u>2.14.01</u>
1950	Manuel Gonçalves	SLB	2.46.55,4	(5)	1996	Manuel Pita	CACI	2.17.08
1951	Manuel Gonçalves	SLB	2.32.26	(6)	1997	Domingos Neves	CVAV	2.19.10
1952	José Duarte	SLB	2.49.05,8		1998	Alcídio Costa	SCS	2.16.05
1953	Inácio Ribeiro	CFO	2.58.43,6		1999	Eusébio Rosa	CABB	2.24.14
1954	José Araújo	SLB	2.21.00,6	*	2000	António Sousa	CDB-92	2.14.54
1955	José Araújo	SLB	<u>2.28.53,4</u>	(2)	2001	Carlos Valente	NAVR	2.22.44
1956	José Araújo	SLB	2.38.12,4	(3)	2002	Vítor Cordeiro	AC	2.22.38
1957	José Araújo	SLB	<u>2.28.40,6</u>	(4)	2003	Luís Jesus	GDRC	2.15.31
1958	José Araújo	SLB	2.32.11,2	(5)	2004	Eusébio Rosa	GRCSA	2.23.14 (2)
1959	Inácio Ribeiro	SLB	2.37.48,2	(2)	2005	João Marques	GDRC	2.24.54
1960	Inácio Ribeiro	SLB	2.32.15,2	(3)	2006	Luís Jesus	GDRC	2.21.08 (2)
1961	Inácio Ribeiro	SLB	2.37.45,4	(4)	2007	José Oliveira	AAPGL	2.31.19
1962	Álvaro Conde	SCP	2.31.53,4		2008	Rui Coimbra	GD3SP	2.31.13
1963	Inácio Ribeiro	GDS	2.45.55	(5)	2009	Alberto Chaiça	GDC	<u>2.13.18</u>
1964	Armando Aldegalega	SCP	2.28.54,8		2010	Vasco Azevedo	SCL	2.23.09
1965	Inácio Ribeiro	GDS	2.43.16,8	(6)	2011	Vasco Azevedo	SCL	2.22.03 (2)
1966	Armando Aldegalega	SCP	<u>2.27.09,4</u>	(2)	2012	Bruno Fraga	GDRR	2.23.03
1967	Armando Aldegalega	SCP	2.35.22,6	(3)	2013	Rui Pedro Silva	SLB	<u>2.13.11</u>
1968	Armando Aldegalega	SCP	2.32.32,2	(4)	2014	Carlos Silva	GDRR	2.24.29
1969	Armando Aldegalega	SCP	<u>2.24.23,6</u>	(5)	2015	Carlos Freitas	RCT	2.35.56
1970	Vasco Medeiros	CFB	2.47.58		2016	Paulo Macedo	ADRAP	2.35.36
1971	Armando Aldegalega	SCP	<u>2.20.42,6</u>	(6)	2017	Bruno Paixão	BejaAC	2.26.24
1972	Armando Aldegalega	SCP	2.20.57,4	(7)	2018	Élvio Silva	CAFunchal	2.40.46
1973	Armando Aldegalega	SCP	2.32.23,0	(8)	2019**	José Sousa	ARC-EAC	2.19.25
1974	Armando Aldegalega	SCP	2.21.56,4	(9)	2020	não se realizou		
1975	José Orvalho	CDUL	2.30.34,0		2021	Luís Saraiva	SCB	2.18.08
1976	Anacleto Pinto	SLB	<u>2.14.36,8</u>		2022	André Costa	CPçArmada	2:24.38
1977	Renato Graça	CDUL	2.24.05,0					
1978	Anacleto Pinto	CAF-V	2.15.17,4	(2)				

* - distância inferior à regulamentar; ** realizou-se em novembro de 2018, referente à época de 2018/2019

Femininos

1982	Helena Rolim	CDUL	<u>2.59.58</u>		2004	Fátima Silva	CDP	2.38.59	(5)
1983	Rita Borralho	SLB	<u>2.45.09</u>		2005	Fátima Silva	CDP	2.45.50	(6)
1984	Conceição Ferreira	SCB	<u>2.44.46</u>		2006	Fátima Silva	CDP	2.40.00	(7)
1985	sem concorrentes				2007	Margarida Pinto	NIKE	3.28.01	
1986	Ermelinda Cunha	SCB	2.59.05		2008	Elisabete Lopes	MCP	2.46.11	
1987	Fátima Pereira	ARP	3.31.23		2009	Fernanda Ribeiro	IND	<u>2.31.11</u>	
1988	Fátima Pereira	ARP	3.30.51	(2)	2010	Raquel Guimarães	TAIf.	3.28.45	
1989	Fátima Pereira	ARP	3.31.52	(3)	2011	Anabela Tavares	CRDA	2.50.19	
1990	Manuela Dias	SLB	<u>2.40.37</u>		2012	Anabela Tavares	GDJL	2.45,44	(2)
1991	Rita Borralho	MCP	<u>2.38.39</u>	(2)	2013	Rosa Madureira	FCPenaf.	2.43.14	
1992	Rita Borralho	IND	2.39.51	(3)	2014	Rosa Madureira	FCPenaf.	2.48.03	(2)
1993	Manuela Machado	SCB	<u>2.31.31</u>		2015	Rosa Madureira	FCPenaf.	2.51.59	(3)
1994	Fátima Neves	MCM	2.35.54		2016	Rosa Madureira	FCPenaf.	2.55.20	(4)
1995	Alexandra Valada	SLB	2.56.21		2017	Doroteia Peixoto	Amontanha	2.40.02	
1996	Albertina Machado	SCB	2.36.21		2018	Rosa Madureira	FCPenaf.	2.51.23	(5)
1997	Goretti Oliveira	ACRVC	2.57.15		2019**	Rosa Madureira	FCPenafiel	2.50.06	(6)
1998	Rosa Oliveira	SCB	3.38.05		2020	não se realizou			
1999	Fátima Silva	CDP	2.38.47		2021	Rafaela Fonseca	SSC	2.51.37	
2000	Fátima Silva	CDP	2.34.39	(2)	2022	Alexandra Oliveira	CSM	2:56.40	
2001	Fátima Silva	CDP	2.35.16	(3)					
2002	Fátima Silva	CDP	2.35.07	(4)					
2003	Anabela Pereira	CSM	3.07.01						

** realizou-se em novembro de 2018, referente à época de 2018/2019

EVOLUÇÃO DO RECORDE DE PORTUGAL DE MARATONA

Masculinos

2:57.35	Francisco Lázaro	Velo Clube Lisboa	Lisboa	02-05-1910
2:52.06	Francisco Lázaro	Lisboa Sports	Lisboa	03-06-1912
2:37.20	Manuel Dias	SL Benfica	Lisboa	05-07-1936
2:30.38	Manuel Dias	SL Benfica	Lisboa	28-03-1937
2:29.45	José Araújo	SL Benfica	Berna	25-08-1954
2:28.53,4	José Araújo	SL Benfica	Lisboa	02-10-1956
2:28.40,6	José Araújo	SL Benfica	Lisboa	28-04-1957
2:27.09,4	Armando Aldegalega	Sporting CP	Torres Vedras	10-04-1966
2:24.23,6	Armando Aldegalega	Sporting CP	Setúbal	13-04-1969
2:20.42,6	Armando Aldegalega	Sporting CP	Lisboa	04-04-1971
2:20.01,2	Armando Aldegalega	Sporting CP	Helsínquia	05-08-1971
2:14:36,8	Anacleto Pinto	SL Benfica	Faro	14-03-1976
2:14.27,2	Delfim Moreira	FC Porto	Rio janeiro	01-08-1981
2:12.54	Delfim Moreira	SL Benfica	Frankfurt	23-05-1982
2:08.39	Carlos Lopes	Sporting CP	Roterdão	09-04-1983
2:07.12	Carlos Lopes	Sporting CP	Roterdão	20-04-1985
2:06.36	António Pinto	Maratona	Londres	16-04-2000

Femininos

3.48.22	Idalina Santos	Sarge	T. Vedras	12-10-1980
2.44.54	Rita Borralho	Benfica	N. Brisach	25-10-1981
2.36.04	Rosa Mota	CAP	Atenas	12-09-1982
2.32.27	Rosa Mota	CAP	Roterdão	09-04-1983
2.31.50	Rosa Mota	CAP	Helsínquia	07-08-1983
2.31.12	Rosa Mota	CAP	Chicago	16-10-1983
2.26.57	Rosa Mota	CAP	L. Angeles	05-08-1984
2.26.01	Rosa Mota	CAP	Chicago	21-10-1984
2.23.29	Rosa Mota	CAP	Chicago	20-10-1985

Campeonatos de Portugal de Maratona (Pódios Masculinos)

1910, 2 de maio (42.800m), Lisboa

1.º	Francisco Lázaro, Velo Club	2:57.35
2.º	Armando Cruz, Velo Club	3:42.29
3.º	António José de Azevedo, SG Progresso	3:43.01

1911, 18 de junho (42.800m), Lisboa

1.º	Francisco Lázaro, Benfica	3:09.53
2.º	José Matias de Carvalho, Sporting	3:31.20
3.º	António Neves, SG Progresso	3:36.23

1912, 2 de junho (42.800m), Lisboa

1.º	Francisco Lázaro, Lisboa Sporting Club,	2:52.08
2.º	José Matias de Carvalho, SCP,	3:05.27
3.º	Armando de Almeida, SG Cruz da Pedra,	3:11.14

1913, 18 de maio (42.200m), Lisboa

1.º	Armando de Almeida, Sporting	2:58.04,8
2.º	António Ferreira, Lisboa Sporting Club	3:03.00
3.º	Arnaldo Magalhães, Sporting	3:03.45

1914, 19 de julho (42.200m), Lisboa

1.º	Serafim Martins, individual	3:06.03,4
2.º	Eduardo César Neto, s/ clube	3:07.30
3.º	João Dinis, S.C. Sacavenense	3:09.31

1936, 5 de julho (42.200m?), Lisboa – Estoril

1.º	Manuel Dias, Benfica	2:37.20
2.º	Jaime Mendes, Vendedores Jornais	2:42.55
3.º	António Fonseca, Sporting	2:44.27

1937, 28 de março (42.200m?), Lisboa

1.º	Manuel Dias, Benfica	2:30.38
2.º	António Almeida Sporting	2:42.03
3.º	Adelino Tavares, Sporting	3:00.41

1938, 17 de abril (42.200m?), Lisboa

1.º	Manuel Dias, Benfica	2:40.35,0
2.º	Tiago Ribeiro, Benfica	2:49.47,4

1939, 7 de maio, Lisboa

1.º	Manuel Dias, Benfica	2:33.36,0
2.º	João Miguel, Benfica	2:36.40,0

1940, 12 de maio, Lisboa

1.º	Manuel Dias, Benfica	2:43.30,0
2.º	João Miguel, Benfica	2:54.24,5

1941, 11 de maio, Lisboa

1.º	Manuel Dias, Benfica	2:41.46,0
2.º	Salvador Antunes, Sporting	2:47.45,0
3.º	Anacleto Gomes, Sporting	3:07.00,0

1942, 7 de junho, Lisboa

1.º	João Miguel, Benfica	2:39.27,0
2.º	Amadeu Bispo, Benfica	3:04.00,0
3.º	Tiago Ribeiro, Belenenses	3:04.44,0

1946, 5 de maio, Lisboa

1.º	Manuel Gonçalves, Benfica	2:42.29,0
-----	---------------------------	-----------

2.º	Cândido Pinto, Carcavelos	2:56.03,0
3.º	Artur Ferreira, Belenenses	2:56.38,0

1947, 4 de maio, Lisboa

1.º	Manuel Gonçalves, Benfica	2:40.14,4
2.º	Artur Ferreira, Belenenses	2:51.03,0
3.º	Francisco Martins, Benfica	3:06.29,0

1948, 28 de março, Lisboa

1.º	Manuel Gonçalves, Benfica	2:42.08,8
2.º	Artur Ferreira, Belenenses	2:58.24,6
3.º	Cândido Pinto, Atlético	3:00.42,0

1949, 20 de março, Lisboa

1.º	Manuel Gonçalves, Benfica	2:40.37,0
2.º	Artur Ferreira, Belenenses	3:10.23,8
3.º	Humberto Santos, Atlético C. P.	3:24.01,6

1950, 2 de abril, Lisboa

1.º	Manuel Gonçalves, Benfica	2:46.55,4
2.º	José Rodrigues, Belenenses	3:03.38,6
3.º	Artur Ferreira, Belenenses	3:03.50,0

1951, 8 de abril, Lisboa

1.º	Manuel Gonçalves, Benfica	2:32.26,0
2.º	Artur Ferreira, Belenenses	2:49.30,6
3.º	José Tomé, Benfica	2:58.31,4

1952, 6 de abril, Lisboa

1.º	José Duarte, Benfica	2:49.05,8
2.º	José Rodrigues, Belenenses	2:58.38,8
3.º	Inácio Ribeiro, C. Operário Porto	3:04.21,6

1953, 26 de abril, Porto

1.º	Inácio Ribeiro, Operário	2:58.43,6
2.º	José Duarte, Benfica	3:04.58,4
3.º	Orlando Moreira da Silva, CF Operário	3:19.48,6

1954, 11 de abril, Lisboa

1.º	José Araújo, Benfica	2:21.00,6
2.º	Claudino Martins, Benfica	2:29.36,2
3.º	Artur Ferreira, Belenenses	2:48.09,2

1955, 2 de outubro, Algés - Cascais

1.º	José Araújo, Benfica	2:28.53,4
2.º	António Silveiro, Cascais	2:51.07,8
3.º	Artur Ferreira, Belenenses	3:04.58,8

1956, 21 de outubro, Lisboa

1.º	José Araújo, Benfica	2:38.12,4
-----	----------------------	-----------

1957, 28 de abril, Lisboa

1.º	José Araújo, Benfica	2:28.40,6
2.º	Inácio Ribeiro, Benfica	2:52.25,0
3.º	João Beja, Belenenses	3:11.17,0

1958, 29 de junho, Lisboa

1.º	José Araújo, Benfica	2:32.11,2
2.º	Inácio Ribeiro, Benfica	2:47.49,0
3.º	António Oliveira, Académico Porto	2:56.11,0

1959, 17 de maio, Coimbra

1.º	Inácio Ribeiro, Benfica	2:37.48,2
2.º	José Sequeira, Salgueiros	3:01.21,0
3.º	João Matos, Salgueiros	3:02.18,0

1960, 15 de maio, Lisboa

1.º	Inácio Ribeiro, Benfica	2:32.15,2
2.º	José Araújo, Benfica	2:34.13,4
3.º	Armando Aldegalega, Sporting	2:34.36,2

1961, 7 de maio, Lisboa

1.º	Inácio Ribeiro, Benfica	2:37.45,4
2.º	Manuel Leite Santos, Salgueiros	3:07.42,6

1962, 13 de maio, Coimbra

1.º	Álvaro Conde, Sporting	2:31.53,4
2.º	Inácio Ribeiro, GD Salinas	2:42.07,6
3.º	Damião Palma, CF Santa Clara	3:03.38,4

1963, 5 de maio, Lisboa

1.º	Inácio Ribeiro, Benfica	2:45.55,0
2.º	José Salgado, Salatinas	3:07.42,6

1964, 19 de abril, C. Piedade

1.º	Armando Aldegalega, Sporting	2:28.54,8
2.º	Álvaro Conde, Sporting	2:49.15,8
3.º	Manuel dos Santos, GD Salatinas	2:55.06,2

1965, 2 de maio, Lisboa

1.º	Inácio Ribeiro, Salatinas	2:43.16,8
2.º	João Brazete de Oliveira	2:50.37,0

1966, 10 de abril, Torres Vedras

1.º	Armando Aldegalega, Sporting	2:27.09,4
2.º	Manuel Lopes, Benfica	2:50.41,2
3.º	Américo Cabica, Benfica	2:54.52,0

1967, 2 de abril, Lisboa

1.º	Armando Aldegalega, Sporting	2:35.22,6
2.º	Fernando Bacarate, Individual	2:54.12,0
3.º	Inácio Ribeiro, Salatinas	2:55.18,0

1968, 31 de março, Coimbra

1.º	Armando Aldegalega, Sporting	2:32.32,2
2.º	Maximiano Pinheiro, Sporting	2:41.09,0
3.º	Inácio Ribeiro, GD Salatinas	3:03.25,2

1969, 13 de abril, Setúbal

1.º	Armando Aldegalega, Sporting,	2:24.23,6
2.º	José Poças, Fluvial	2:44.04,2
3.º	Américo Cabica, Benfica	2:45.07,6

1970, 5 de abril, Lisboa

1.º	Vasco Medeiros, Belenenses	2:47.58,0
2.º	Inácio Ribeiro, Benfica	2:51.10,0

1971, 4 de abril, Lisboa

1.º	Armando Aldegalega, Sporting	2:20.42,6
2.º	Anacleto Pinto, Benfica	2:33.40,2
3.º	Manuel Sousa, FC Porto	2:35.27,8

1972, 9 de abril, Lisboa

1.º	Armando Aldegalega, Sporting	2:20.57,4
2.º	Fernando Mourão, AA Telheiro	2:46.29,0
3.º	José Lopes, AD Ovarense	2:56.04,0

1973, 1 de abril, Porto

1.º	Armando Aldegalega, Sporting	2:32.23,0
2.º	José Orvalho, CDUL	2:51.27,0
3.º	José Lopes, AD Ovarense	2:54.06,0

1974, 31 de março, Lisboa

1.º	Armando Aldegalega, Sporting	2:21.56,4
2.º	José Orvalho, CDUL	2:32.20,0
3.º	Renato Graça, CDUL	2:32.58,0

1975, 20 de abril, Coimbra

1.º	José Orvalho, CDUL	2:30.34,0
2.º	Armando Aldegalega, Sporting	2:36.49,0
3.º	António Cabral, CDUL	2:45.43,6

1976, 14 de março, Faro

1.º	Anacleto Pinto, Benfica	2:14.36,8
2.º	Vasco pereira, Benfica	2:21.08,8
3.º	Armando Aldegalega, Sporting	2:23.23,8

1977, 3 de abril, Faro

1.º	Renato Graça, CDUL	2:24.35
2.º	Armando Aldegalega, Sporting	2:25.33
3.º	Alfredo Barbosa, FC Porto	2:34.00

1978, 9 de abril, Faro

1.º	Anacleto Pinto, Ac.Viseu	2:15.17,4
2.º	Manuel Paiva, CAP	2:17.27,8
3.º	Alfredo Barbosa, FC Porto	2:22.39,8

1979, 22 de abril, Portalegre

1.º	Vasco Pereira, Benfica	2:21.20
2.º	Alfredo Barbosa, FC Porto	2:30.06
3.º	José Abrantes, Sporting	2:30.56

1980, 1 de junho, Beja

1.º	Armando Aldegalega, Sporting	2:26.07
2.º	António Moreira, FC Porto	2:26.45
3.º	Bernardino Silva, FC Porto	2:35.44

1981, 5 de abril, Faro

1.º	Delfim Moreira, FC Porto	2:16.04
2.º	Manuel Oliveira, Ac. Régua	2:22.11
3.º	Renato Graça, F. Medicina	2:23.04

Campeonatos de Portugal de Maratona (Pódios Masculinos e femininos)

1982, 4 de abril, Almeirim

1.º	Renato Graça, Farauto	2:19.46
2.º	Cidálio Caetano, Benfica	2:20.02
3.º	Armando Aldegalega, Sporting	2:20.43

Femininos

1.ª	Helena Rolim, CDUL	3:59.58
-----	--------------------	---------

A primeira prova a atribuir o título nacional feminino

1983, 9 de abril, Faro

1.º	Cidálio Caetano, Benfica	2:20.19
2.º	Manuel Oliveira, Godim	2:22.03
3.º	Luís Horta, Benfica	2:25.04

Femininos

1.ª	Rita Borralho, Benfica	2:45.50
2.ª	Maria Armanda,	3:19.58

1984, 8 de abril, Almeirim

1.º	Manuel Oliveira, Ac. Régua	2:17.20
2.º	Gualdino Viegas, Farauto	2:18.12
3.º	Manuel Leite, Salgueiros	2:21.36

Femininos

1.ª	Conceição Ferreira, SC Braga	2:44.56
2.ª	Felicidade Sena, SC Braga	2:56.56
3.ª	Maria Armanda, Farauto	3:32.34

1985, 14 de abril, Coimbra

1.º	Artur Oliveira, Penichense	2:20.17
2.º	Domingos Ribeiro, Bº Latino	2:21.25
3.º	Eduardo Santos, Individual	2:23.25

Femininos

Sem concorrentes

1986, 13 de abril, Almeirim

1.º	Telmo Fernandes, SC L. Velha	2:19.57
2.º	José Teixeira, Trofa	2:23.20
3.º	Luis Godinho, Louletano	2:23.23

Femininos

1.ª	Ermelinda Cunha, SC Braga	2:59.05
2.ª	Adelaide Cunha, Perafita	3:24.45
3.ª	Fátima Pereira, Alcoçaba	3:32.31

1987, 25 de janeiro, Nazaré

1.º	João A. Campos, FC Porto	2:18.56
2.º	Tomás Oliveira, Vizela	2:19.16
3.º	Domingos Silva, Fafe	2:21.50

Femininos

1.ª	Fátima Pereira, Planalto	3:31.23
-----	--------------------------	---------

1988, 10 de abril, Faro

1.º	Telmo Fernandes, SC L. Velha	2:25.03
2.º	Carlos Ferreira, S. Caetano	2:26.12
3.º	Paulo Madeira, Conceição Tavira	2:29.49

Femininos

1.ª	Fátima Pereira, Planalto	3.30.51
-----	--------------------------	---------

1989, 16 de abril, Alpiarça

1.º	António Costa, Maconde	2:20.10
2.º	Mário Sousa, Individual	2:21.43
3.º	Carlos Ferreira, Madalena	2:22.36

Femininos

1.ª	Fátima Pereira, Planalto	3:21.52
2.ª	Isabel Correia, Fixes	3:21.58

1990, 21 de outubro, Lisboa

1.º	António Godinho, Arada	2:15.25
2.º	Delfim Moreira, Armed	2:16.22
3.º	Mário Sousa, Académica	2:16.28

Femininos

1.ª	Manuela Dias, Benfica	2:40.37
2.ª	Lucília Soares, Benfica	2:43.17
3.ª	Umbelina Nunes, C. Privilégio	2:56.59

1991, 20 de outubro, Lisboa

1.º	Mário Sousa, Op.2001	2:15.20
2.º	Gilberto Fernandes, A. Alpiarça	2:15.28
3.º	José Santos, Xistarca	2:16.22

Femininos

1.ª	Rita Borralho, Maratona	2:38.39
2.ª	Mónica Gama, Benfica	2:40.38
3.ª	Alzira Lario, Individual	2:48.31

1992, 18 de outubro, Lisboa

1.º	Gilberto Fernandes, CNRM	2:14.19
2.º	Domingos Neves, Portugal	2:15.34
3.º	António Godinho, Arada	2:16.08

Femininos

1.ª	Rita Borralho, Individual	2:39.51
2.ª	Luísa Almeida, Xistarca	2:51.11
3.ª	Alexandra Valada, Olivais Sul	2:59.55

1993, 28 de novembro, Lisboa

1.º	Domingos Neves, Armed	2:15.16
2.º	Manuel Moreira, Boavista	2:16.44
3.º	António Godinho, CA Foz	2:18.02

Femininos

1.ª	Manuela Machado, SC Braga	2:31.31
2.ª	Rita Borralho, Xistarca	2:40.18
3.ª	Vitorina Mourato, AC Portalegre	2:50.19

1994, 27 de novembro

1.º	Galhardo Pires, Conforlima	2:15.24
2.º	Manuel Pita, Reebok	2:16.02
3.º	Vitor Vasco, Optica 2001	2:16.28

Femininos

1.ª	Fátima Neves, Maratona	2:35.54
2.ª	Margarida Pinto, D. Notícias	3:20.40
3.ª	Rosa Silva, Individual	3:30.53

1995, 26 de novembro, Lisboa

1.º	João Lopes, Terbel	2:14.01
2.º	Adriano Carvalho, CA Foz	2:15.03
3.º	Vitor Vasco, Optica 2001	2:16.26

Femininos

1.ª	Alexandra Valadas, Benfica	2:57.09
2.ª	Margarida Pinto, D. Notícias	3:04.18
3.ª	Joaquina Sousa, Super Estrelas	3:14.13

1996, 24 de novembro, Lisboa

1.º	Manuel Pita, Cyclones	2:17.08
2.º	Elias Couto, Vianense	2:18.02
3.º	Domingos Neves, Bonjoia	2:19.35

Femininos

1.ª	Albertina Machado, SC Braga	2:36.21
2.ª	Goreti Oliveira, V. Cambra	2:50.59
3.ª	Joaquina Sousa, S. Estrelas	3:22.17

1997, 23 de novembro, Lisboa

1.º	Domingos Neves, V. Valongo	2:19.10
2.º	Paulo Sousa, Vale Covo	2:24.37
3.º	Vitor Cordeiro, Xistarca	2:28.16

Femininos

1.ª	Goretti Oliveira, V. Cambra	2:57.15
2.ª	Rosa Celeste, Individual	3:25.01
3.ª	Sandra Sousa, U. Rana	3:37.08

1998, 29 de novembro, Lisboa

1.º	Alcídio Costa, Salgueiros	2:16.05
2.º	Carlos Calado, Areias S. João	2:16.56
3.º	Manuel Ferreira, Boavista	2:17.19

Femininos

1.ª	Rosa Oliveira, SC Braga	2:38.05
2.ª	Lurdes Monteiro, Pinheiro	3:10.26
3.ª	Maria Santos, J. Vidigalense	3:11.56

1999, 28 de novembro, Lisboa

1.º	Eusébio Rosa, CAB Banheira	2:24.16
2.º	Vitor Cordeiro, AC Portalegre	2:25.49
3.º	Aires Sousa, Penafiel	2:26.52

Femininos

1.ª	Fátima Silva, CD Póvoa	2:38.47
2.ª	Elisa Rodrigues, individual	3:06.00
3.ª	Elisabete Barreira, L. Pastora	3:12.40

2000, 26 de novembro, Lisboa

1.º	António Sousa, Barcelona 92	2:16.15
2.º	Eusébio Rosa, SU Caparica	2:22.42
3.ª	Carlos Valente (NS Conceição)	2:24.20

Femininos

1.ª	Fátima Silva, CD Póvoa	2:34.40
2.ª	Manuela Machado, Cyclones	2:34.27
3.ª	Lucinda Moreiras, Bragança	2:52.01

2001, 4 de dezembro, Lisboa

1.º	Carlos Valente, NA Vila Real	2:22.24
2.º	Eusébio Rosa, Vit. Setúbal	2:22.34
3.º	Pedro Pessoa, UR Dafundo	2:25.04

Femininos

1.ª	Fátima Silva, CD Póvoa	2:35.16
2.ª	Anabela Pereira, Marítimo	2:58.43
3.ª	Aida Martins, Individual	3:09.47

2002, 1 de dezembro, Lisboa

1.º	Vitor Cordeiro, AC Portalegre	2:22.38
2.º	Licínio Canhoto, Elvense Nat.	2:22.50
3.º	Eusébio Rosa, Vit. Setúbal	2:29.34

Femininos

1.ª	Fátima Silva, CD Póvoa	2:35.07
2.ª	Isabel Anjos, Vitória Ovar	2:55.18
3.ª	Hermínia Silva, Liberdade FC	2:56.47

2003, 7 de dezembro, Lisboa

1.º	Luís Jesus, Conforlimpa	2:15.32
2.º	Paulo Gonçalves, Pinheiro	2:22.51
3.º	António Sousa, Barcelona 92	2:25.55

Femininos

1.ª	Anabela Pereira, CS Marítimo	3:06.59
2.ª	Sofia Avoila, Sporting	3:08.27
3.ª	Maria João Libório, S. Estrelas	3:24.24

2004, 19 de novembro, Lisboa

1.º	Eusébio Rosa, GRC S. Antº	2:23.14
2.º	Paulo Gonçalves, Pinheiro	2:29.34
3.º	Paulo Ramos, Boavista Pico	2:33.28

Femininos

1.ª	Fátima Silva, CD Póvoa	2:40.00
2.ª	Natália Pinho, Pasteleira	2:58.09
3.ª	Luzia Dias, Sporting	3:05.20

2005, 4 de dezembro, Lisboa

1.º	João Marques, Conforlimpa	2:24.54
2.º	Manuel Ferreira, Fornos	2:27.09
3.º	Rui Belo, Individual	2:29.18

Femininos

1.ª	Fátima Silva, CD Póvoa	2:45.50
2.ª	Cristina Ponte, Cliniponte	3:03.54
3.ª	Ana Vieira, CA Óbidos	3:21.49

2006, 6 de dezembro, Lisboa

1.º	Luís Jesus, GDR Conforlimpa	2:21.08
2.º	Manuel Ferraz, C. Benfica Faro	2:22.21
3.º	Rui Belo, Olimp. Oeiras	2:28.17

Femininos

1.ª	Fátima Silva, CD Póvoa	2:40.00
2.ª	Natália Pinho, Açoreana	3:08.33
3.ª	Aureliana Polónia, Açoreana	3:09.43

2007, 15 de abril, Lisboa

1.º	José Santos, Pego Longo	2:31.19
2.º	Nuno Romão, Olimp. Lagos	2:32.11
3.º	Pedro Pessoa, Reboleira	2:32.42

Femininos

1.ª	Aida Martins, CLAC	3:29.16
2.ª	Glória Serrazina, Ribafria	3:35.20
3.ª	Ana Vieira, Lebres do Sado	3:45.22

2008, 12 de abril, Lisboa

1.º	Rui Coimbra, 3 Sts. Populares	2:31.13
2.º	Pedro Pessoa, Reboleira	2:31.39
3.º	Eugénio Neto, Reboleira	2:37.55

Femininos

1.ª	Elisabete Lopes, Maratona	2:46.10
2.ª	Lídia Pereira, Individual	3:11.47
3.ª	Lúcia Oliveira, Individual	3:24.46

2009, 8 de novembro, Porto

1.º	Alberto Chaíça, Conforlimpa	2:13.18
2.º	Pedro Pessoa, Reboleira	2:28.28
3.º	Eurico Candeias, Individual	2:31.33

Femininos

1.ª	Fernanda Ribeiro, Individual	2:31.11
2.ª	Patrícia Pereira, Joane	2:52.46
3.ª	Lídia Pereira, CP Mungalde	3:09.53

2010, 5 de dezembro, Lisboa

1.º	Vasco Azevedo, SC Lamego	2:23.09
2.º	Carlos Santos, Benfica	2:31.01
3.º	Nuno Nunes, CN Rio maior	2:35.40

Femininos

1.ª	Ana Vieira, UD Zona Alta	3:22.02
-----	--------------------------	---------

2011, 4 de dezembro, Lisboa

1.º	Vasco Azevedo, SC Lamego	2.22.03
2.º	Daniel Peixoto, Adercus	2.28.30
3.º	Carlos Santos, Benfica	2.28.58

Femininos

1.ª	Anabela Tavares, Arrudense	2.50.19
2.ª	Lídia Pereira, CP Mangualde	2.58.41
3.ª	Anabela Moreira, CD Quarteira	3.40.22

2012, 9 de dezembro, Lisboa

1.º	Bruno Fraga, GDR Reboleira	2.23.03
2.º	Aires Sousa, FC Penafiel	2.28.07
3.º	António Sousa, Olimpico Oeiras	2.29.20

Femininos

1.ª	Anabela Tavares, GD Joaninhas	2.45.44
2.ª	Rute Martins, CA F. Zêzere	2.55.03
3.ª	Lídia Pereira, CP Mangualde	2.58.14

2013, 28 de outubro, Porto

1.º	Rui Pedro Silva, SL Benfica	2.13.11
2.º	José Moreira, SL Benfica	2.16.19
3.º	Paulo Gomes, CUA Benaventense	2.21.16

Femininos

1.ª	Rosa Madureira, FC Penafiel	2.43.14
2.ª	Marlene Lopes, GD Airão	2.56.52
3.ª	Lídia Pereira, CP Mangualde	2.59.56

2014, 5 de outubro, Lisboa

1.º	Carlos Silva, GDR Reboleira	2.24.29
2.º	Bruno Fraga, GDR Reboleira	2.24.59
3.º	Pedro Gomes, Odimarq	2.29.52

Femininos

1.ª	Rosa Madureira, FC Penafiel	2.48.03
2.ª	Luísa Santo, L. Porto Salvo	3.30.41
3.ª	Rosa Vassindula, CRD Arrudense	3.52.34

2015, 22 de fevereiro, Funchal

1.º	Carlos E. Freitas, RC Travel	2:35.56
2.º	Vitor Silva, Água de Pena	2:48.09
3.º	Filipe Freitas, Água de Pena	2:53.55

Femininos

1.ª	Rosa Madureira, FC Penafiel	2:51.59
2.ª	Cátia Fiqueli, CA Funchal	3:45.08

2016, 31 de janeiro, Funchal

1.º	Paulo Macedo, Água Pena	2:35.26
2.º	Luís Pereira, Tâmega	2:35.29
3.º	Óscar Mendes, Liberdade	2:41.46

Femininos

1.ª	Rosa Madureira, FC Penafiel	2:55.20
-----	-----------------------------	---------

2017, 15 de outubro, Lisboa

1.º	Bruno Paixão, Beja AC	2:26.24
2.º	Jorge Varela, Areias S. João	2:28.28
3.º	Manuel Ferraz, Areias S. João	2:29.58

Femininos

1.ª	Doroteia Peixoto, A. Montanha	2:40.02
2.ª	Rosa Madureira, FC Penafiel	2:48.04
3.ª	Tânia Fernandes, GC Bragança	3:08.37

2018, 28 de janeiro, Funchal

1.º	Élvio Silva, CA Funchal	2:40.46
2.º	Mark Macedo, FC Penafiel	2:53.55
3.º	Manuel Bessa, FC Penafiel	2:55.21

Femininos

1.ª	Rosa Madureira, FC Penafiel	2:51.23
2.ª	Manuela Machado, Cyclones	3:11.14
3.ª	Graça Costa, A. Montanha	3:32.34

2019, 04 de novembro (2018), Porto

1.º	José Sousa, Casaense	2:19.25
2.º	José Moreira, Sporting	2:19.43
3.º	Carlos Costa, S. Salvador Campo	2:19.48

Femininos

1.ª	Rosa Madureira, F C Penafiel	2:50.06
2.ª	Lídia Pereira, GDR Granja	3:01.47
3.ª	Patrícia Carreira, CDOL	3:14.06

* Campeonato nacional da época 2018/2019

2021, 25 de abril, Palmela

1.º	Luís Saraiva, SC Braga	2.18.08
2.º	Fábio Oliveira, ACDSJ Serra	2.21.53
3.º	João Antunes, PRC	2.27.46

Femininos

1.ª	Rafaela Fonseca, CDS Salv Campo	2.51.37
2.ª	Vera Nunes, Individual	3.21.13

2022, 24 de abril, Aveiro

1.º	André Costa, C.Praças Armada	2:24.38
2.º	José Sousa, Praia de Mira	2:26.08
3.º	Augusto Costa, Am. Montanha	2:26.17

...

20.º	Hugo Soares, FC Penafiel (S23)	3:01.07
------	--------------------------------	---------

Femininos

1.ª	Alexandra Oliveira, CS Marítimo	2:56.40
2.ª	Júlia Conceição, FC Penafiel	3:18.00
3.ª	Sofia Peixoto, El Comandante	3:31.28

...

8.ª	Vanessa Pedreira, A. Valdevez (S23)	4:18.37
-----	-------------------------------------	---------

RANKINGS ANUAIS MASCULINOS

2020/2021

Marca	Nome	Nasc.	Clube	Cl.	Comp.	Local	Data
2.13.57	Hermano Ferreira	82	AR Casaense	6		Dresden	21-03
2.14.45	Rui Pinto	92	4 Run	57		Valência-ESP	06-12
2.18.08	Luís Saraiva	93	SC Braga	1	C Nacional	Palmela	25-04
2.18.43	Nuno Lopes	87	4 Run	9		Bad Loipersdorf-ALE	23-05
2.21.53	Fábio Oliveira	90	ACD SJ Serra	2	C Nacional	Palmela	25-04
2.22.19	N. Lopes (até 2.25.00)			82		Valência-ESP	06-12
2.27.46	João Antunes	89	Prime Runners	3	C Nacional	Palmela	25-04
2.29.15	Edgar Matias	79	GDR S Fr Serra	13		Lisboa	17-10
2.32.58	Ricardo Dias	84	CA Ol. Vianense	52		Milão-ITA	16-05
2.33.59	Carlos Cardoso	82	Individual-Lisboa	4	C Nacional	Palmela	25-04
2.34.52	Ricardo Madeira (até 2.35.00)	83	GDC Cast. Paiva	14		Lisboa	17-10

2021/2022

Marca	Nome	Nasc.	Clube	Cl.	Comp.	Local	Data
2.12.52	Hermano Ferreira	82	AR Casaense	43		Sevilha-ESP	20-02
2.13.51	Luís Saraiva	93	SC Braga	50		Sevilha-ESP	20-02
2.14.51	Fábio Oliveira	90	ACD SJ Serra	53		Sevilha-ESP	20-02
2.15.10	Rui Pinto	92	Sporting CP	57		Sevilha-ESP	20-02
2:22.29	Roberto Ladeiras		GFD Running	17		Viena-AUS	24-04
2.22.44	Carlos Costa	86	S Salv. Campo	8		Porto	07-11
2:24.39	André Costa (até 2.25.00)	90	CP Armada	1	C.Portugal	Aveiro	24-04
2:26.08	José Sousa	89	P. Mira	2	C.Portugal	Aveiro	24-04
2:26.17	Augusto Costa	69	A. Montanha	3	C.Portugal	Aveiro	24-04
2.28.28	Tomás Carriço (10)	00	AC P. Varzim	183		Valência-ESP	05-12
2.29.01	Fernando Sousa			134		Sevilha-ESP	20-02
2:29.25	Fernando Lemos	83	Grecas	4	C.Portugal	Aveiro	24-04
2.29.50	Marco Pinto	82	Ag. Misericórdia	224		Valência-ESP	05-12
2.30.11	Luís Contente	89	ACDRS Quinhendros	147		Sevilha-ESP	20-02
2:31.01	Ivan Nunes	84	VIP-RC	5	C.Portugal	Aveiro	24-04
2.33.03	Hélder Lopes	87	T Luso Bussaco	9		Porto	07-11
2.33.11	João Trigueiros	96	SC Espinho	278		Valência-ESP	05-12
2.33.42	Tozé Castro	80	Ev Peraltafil	10		Porto	07-11
2.33.55	Bruno Moniz	91	ADRAP	1		Funchal	23-01
2.34.18	Vítor Barbosa (20) (até 2.35.00)		Qtª Arcas	11		Porto	07-11

2022/2023

Marca	Nome	Nasc.	Clube	Cl.	Comp.	Local	Data
2:10:13	Samuel Barata	93	SL Benfica	10		Hamburgo (ALE)	23-04
2:11:23	Rui Pinto	92	Sporting CP	15		Roterdão (HOL)	16-04
2:13.41	Nuno Lopes	87	Individual	39		Valencia (ESP)	04-12

2:14:49	José Sousa	89	AR Casaense	40	Berlim (ALE)	24-09
2:15:51	Hélio Gomes	84	Sporting CP	17	Paris (FRA)	02-04
2:17:53	Johan Vaz Caldeira	93	CD S. Salv. Campo	63	Valencia (ESP)	04-12
2:18:34	José Sousa			6	Porto (POR)	06-11
2:19:18	Nuno Lopes			1	Aveiro (POR)	23-04
2:19:44	Roberto Ladeiras	92	VFC (Setúbal)	80	Sevilha (ESP)	19-02
2:20:45	Carlos Costa	86	GDC Guilhovai	7	Porto (POR)	06-11
2:21:14	Filipe Vitorino	98	CN Rio Maior	87	Sevilha (ESP)	19-02
2:21:53	Fernando Serrão	93	Sporting CP	31	Paris (FRA)	02-04
2:22:01	Carlos Costa			2	Aveiro (POR)	23-04
	(13 marcas / 10 atletas)					
2:25:31	Luís Contente	89		171	Valencia (ESP)	04-12
2:26:31	Fernando Souza			204	Valencia (ESP)	04-12
2:26:37	Pedro Lopes	90		206	Valencia (ESP)	04 -12
2:26:55	Tiago Nuno			218	Valencia (ESP)	04 -12
2:27:01	Daniel Martins	95		129	Sevilha (ESP)	19-02
2:27:09	Paulo Rosário	94	SC Braga	3	Aveiro (POR)	23-04
2:27:16	Vasco Ferreira	87	FC Vizela	131	Sevilha (ESP)	19-02
2:27:46	Carlos Tiago	79	RunTejo	135	Sevilha ESP)	19-02
2:28:56	Hélder Santos	83	Individual	146	Sevilha (ESP)	19-02
2:29:47	Fernando Souza	86	Boavista FC	160	Sevilha (ESP)	19-02
	(20)					
2:29:58	João Pereira			166	Sevilha (ESP)	19-02
2:29:59	Edgar Matias	79	S. Franc. Serra	4	Aveiro (POR)	23-04
2:30:11	Ricardo Bernardes	83	GDC C. Paiva	203	Berlim (GER)	24-09
2:31:27	Rui Teixeira	82	Sporting CP	5	Aveiro (POR)	23-04
2:31:45	Pedro Cardoso			250	Berlim (GER)	24-09
2:32:41	Francisco Castro			269	Berlim (GER)	24-09
2:33:32	José Peixoto			207	Sevilha (ESP)	19-02
2:34:07	Filipe Azevedo			28	Dubai (UAE)	12-02
2:34:10	Marco Ferreira	76	UD Várzea	6	Aveiro (POR)	23-04
	(29)					

RANKINGS ANUAIS FEMININOS

2020/2021

Marca	Nome	Nasc.	Clube	Cl.	Comp.	Local	Data
2.26.42	Sara Moreira	85	Sporting CP	2		Enschede-HOL	18-04
2.34.52	Salomé Rocha	90	Sporting CP	30	J. Olímpicos	Sapporo-JAP	07-08
2.44.45	Joana Fonseca	87	Correr Lisboa	10		Lisboa	17-10
2.51.37	Rafaela Fonseca	83	CD S Salv Campo	1	C Nacional	Palmela	25-04
2.54.28	Mariana Marques			45		Londres	03-10
2.54.50	Vera Nunes	80	Individual	43		Berlim-ALE	26-09
2.55.01	Catarina Ribeiro (até 3:00.00)	90	Sporting CP	70	J. Olímpicos	Sapporo-JAP	07-08
3.01.10	Alice Mendes	73	(França)	69		Berlim-ALE	26-09
3.16.37	Graça Costa	63	Am. Montanha	13		Lisboa	17-10
3.17.04	Joana Barros (até 3h 20m)			445		Londres	03-10

2021/2022

Marca	Nome	Nasc.	Clube	Cl.	Comp.	Local	Data
2.29.04	Solange Jesus	87	CD Feirense	13		Paris-FRA	03-04
2.30.54	Susana Cunha	88	RD Águeda	19		Sevilha-ESP	20-02
2.33.21	Solange Jesus			8		Porto	07-11
2.34.41	Susana Francisco	91	SC Braga	26		Sevilha-ESP	20-02
2:55.51	Rosa Madureira	77	AD Marco	1		Funchal	23-01
2:56.41	Alexandra Oliveira (até 3:00.00)		CS Marítimo	1	C. Portugal	Aveiro	24-04
3.05.51	Alice Mendes	83	(França)	83		Sevilha-ESP	20-02
3.07.17	Joana Sousa			115		Valência-ESP	05-12
3.08.32	Paula Gonçalves		Hosp. Stª Maria	10		Porto	07-11
3.09.35	Sandra Ferreira	80	CD Feirense	11		Porto	07-11
3.11.02	Lucinda Sousa			12		Porto	07-11
3.11.30	Carla Ribeiro		GFD Running	94		Sevilha-ESP	20-02
3.12.38	Isabel Silva			156		Valência-ESP	05-12
3.12.41	Joana Barros			158		Valência-ESP	05-12
3.13.39	Ana Lourido			90		Roterdão	09-04
3.14.45	Lídia Pereira	67	GR Eirense	13		Porto	07-11
3.17.22	Cláudia Batalha		AA Mafra	184		Valência-ESP	05-12
3:18.00	Júlia Conceição		FC Penafiel	2	C. Portugal	Aveiro	24-04
3.18.57	Daniela Ferreira			120		Sevilha-ESP	20-02

2022/2023

Marca	Nome	Nasc.	Clube	Cl.	Comp.	Local	Data
2:28:15	Solange Jesus	87	CD Feirense	9		Paris (FRA)	02-04
2:28:56	Susana Godinho	92	CD Feirense	13		Sevilha (ESP)	19-02
2:29:07	Salomé Rocha	90	Sporting CP	14		Sevilha (ESP)	19-02
2:31:27	Ana Mafalda Ferreira	88	Sporting CP	1		Aveiro (POR)	23-04
2:33:37	Sara Catarina Ribeiro	90	Sporting CP	24		Sevilha (ESP)	19-02
2:35:24	Vanessa Carvalho	91	SC Braga	1		Porto (POR)	6-11
2:36:53	Dulce Félix	82	SL Benfica	2		Aveiro (POR)	23-04
2:45:08	Solange Jesus			60	CM	Budapeste (HUN)	26-08

2:46:52	Laura Silva Regalado	98		4	Porto (POR)	6-11
2:48:53	Mariana Marques (10 marcas)			76	Valencia (ESP)	4-12
2:54:27	Laura Grilo			3	Aveiro (POR)	23-04
2:57:12	Luana Nunes			123	Londres (GBR)	23-04
2:58:55	Diana Nunes	92		5	Porto (POR)	6-11
2:59:49	Mafalda Oliveira (14 marcas / 13 atletas)	82		6	Porto (POR)	6-11
3:01:26	Brigitte Cardoso		Correr Lisboa	70	Sevilla (ESP)	19-02
3:05:10	Inês Noronha			255	Berlim (Ale)	24-09
3:06:35	Alice Mendes			270	Berlim (ALE)	24-09
3:06:41	Catarina Lourenço		Individual	82	Sevilha (ESP)	19-02
3:08:54	Angela Martins			292	Valencia (ESP)	04-12
3:10:34	Lídia Pereira		INDIVIDUAL	4	Aveiro (POR)	23-04
3:10:54	Catarina Lourenço (20)		INDIVIDUAL	5	Aveiro (POR)	23-04
3:12:07	Silvia Silva		Q-TRILHO	6	Aveiro (POR)	23-04
3:18.00	Adriana Sousa		INDIVIDUAL	7	Aveiro (POR)	23-04
3:19.23	Filipa Castela			482	Valencia (ESP)	04-12

RECORDES DE MARATONA

R. PORTUGAL	2.06,36	António Pinto	66	Maratona CP	Londres - Gbr	16/04/2000
RN SUB-23	2.19,10	Elisio Rios	61	AD Kolossal	Roterdão - Hol	09/04/1983
R Provas Nacionais	2.09.05*	Robert Chemonges		Uganda	Porto	04-11-2018
Recordes Mundial, Europeu e Olimpico						
RM	2.01,09	Eliud Kipchoge	84	Quénia	Berlim - Ale	25/09/2022
RE	2,03,36	Bashir Abdi	1989	Bélgica	Roterdão - Hol	24/10/2021

* as marcas da Maratona de Lisboa, não podem ser consideradas para recordes

RANKINGS DE SEMPRE MASCULINOS

2.06.36	António Pinto	1966	Maratona CP	1	Londres	16/04/2000
2.07.12	Carlos Lopes	1947	Sporting CP	1	Roterdão	20/04/1985
2.07.51	Domingos Castro	1963	Sporting CP	1	Roterdão	20/04/1997
2.07.55	António Pinto		Maratona CP	1	Londres	13/04/1997
2.08.13	António Pinto		Maratona CP	3	Londres	26/04/1998
2.08.31	António Pinto		Maratona CP	1	Berlim	25/09/1994
2.08.33	Manuel Matias	1962	Maratona CP	1	Gyeongju	20/03/1994
2.08.38	Manuel Matias		Maratona CP	2	Berlim	27/09/1992
2.08.38	António Pinto		Maratona CP	2	Tóquio	12/02/1996
2.08.39	Carlos Lopes		Sporting CP	2	Roterdão	09/04/1983
(10)						
2.08.48	António Pinto		Maratona CP	3	Londres	02/04/1995
2.08.55	Luís Jesus	1968	GDR Conforlimpa	4	Paris	09/04/2006
2.08.56	António Pinto		Maratona CP	3	Berlim	24/09/1995
2.09.00	António Pinto		Maratona CP	2	Londres	18/04/1999
2.09.06	Carlos Lopes		Sporting CP	2	Chicago	21/10/1984
2.09.08	Manuel Matias		Maratona CP	3	Gyeongju	24/03/1996
2.09.08	Luís Jesus		GDR Conforlimpa	5	Berlim	26/09/2004
2.09.10	António Pinto		Maratona CP	7	Londres	14/04/2002
2.09.11	Joaquim Pinheiro	1960	GDR Conforlimpa	3	Otsu	02/03/1997
2.09.20	Domingos Castro		Maratona CP	2	N. Iorque	07/11/1999
(20)						
2.09.21	Carlos Lopes		Sporting CP	1	L. Angeles	12/08/1984
2.09.25	Alberto Chaíça	1973	GDR Conforlimpa	4	Paris (CM)	30/08/2003
2.09.32	Joaquim Pinheiro		GDR Conforlimpa	1	Otsu	03/03/1996
2.09.36	António Pinto		Maratona CP	3	Londres	22/04/2001
2.09.41	Luís Novo	1970	Maia AC	7	Berlim	26/09/2004
	(25 marcas / 8 atletas)					
2.09.59	Hélder Ornelas	1974	Maratona CP	1	Milão	04/12/2005
2.10.13	Samuel Barata (10)	1993	SL Benfica	10	Hamburgo	23/04/2023
2.10.42	Joaquim Silva	1961	SL Benfica	1	Viena	10/04/1994
2.11.00	Carlos Patrício	1964	Sporting CP	1	Viena	18/04/1993
2.11.01	Paulo Guerra	1970	Maratona CP	6	Berlim	20/09/1998
2.11.18	António Rodrigues	1963	ND Silva	4	Paris	25/04/1993
2.11.18	Fernando Couto	1959	Maratona CP	12	S. Sebastian	31/10/1993
2.11.23	Rui Pinto	1992	Sporting CP	15	Roterdão	16/04/1923
2.11.34	Peter Fonseca	1966	GDR Conforlimpa	1	Toronto	07/05/1995
2.11.42	Cidálio Caetano	1952	SL Benfica	3	Frankfurt	13/05/1984
2.11.52	João Lopes	1967	CA Terbel	2	Mónaco	22/11/1998
2.11.54	Dionísio Castro (20)	1963	Sporting CP	5	Roterdão	05/04/1992
2.11.57	Luís Feiteira	1973	GDR Conforlimpa	5	Praga	09/05/2009

2.12.09	Fernando Silva	1980	Maratona CP	6	Praga	09/05/2009
2.12.12	Mário Sousa	1961	Óptica 2001	7	Veneza	09/10/1994
2.12.15	Rui Pedro Silva	1981	Individual	16	Viena	15/04/2012
2.12.16	Rui Silva	1977	Sporting CP	9	Berlim	29/09/2013
2.12.16	Henrique Crisóstomo	1962	CA Terbel	1	Paris	21/04/1996
2.12.20	Paulo Catarino	1963	CA Terbel	6	Turim	11/05/1997
2.12.39	Delfim Moreira	1955	SC Salgueiros	4	Berlim	28/09/1986
2.12.39	António Salvador	1966	NA Cucujães	15	Paris	05/04/1998
2.12.51	Paulo Gomes (30)	1973	GDR Conforlimpa	3	Praga	13/05/2007
2.12.52	Juvenal Ribeiro	1964	Maratona CP	8	Berlim	25/09/1994
2.12.52	Hermano Ferreira	1982	AR Casaense	43	Sevilha	20/02/2022
2.12.53	Elísio Rios	1961	Sporting CP	9	Chicago	30/10/1988
2.12.59	Vítor Vasco	1970	J. Vidigalense	6	Paris	06/04/1997
2.13.00	António Sousa	1970	Barcelona 92	10	Hamburgo	21/04/2002
2.13.21	Ricardo Ribas	1977	SL Benfica	4	Dusseldorf	24/04/2016
2.13.23	Rafael Marques	1957	SL Benfica	2	Berlim	04/10/1987
2.13.37	José Moreira	1980	Cyclones AC	3	Sevilha	14/02/2010
2.13.41	Nuno Lopes	1987	CD Feirense	39	Valencia	04/12/2022
2.13.51	Luís Saraiva (40)	1993	SC Braga	50	Sevilha	20/02/2022
2.13.59	Gualdino Viegas	1957	Imortal DC	1	Lisboa	08/11/1987
2.14.19	Gilberto Fernandes	1962	CN Rio Maior	2	Lisboa	18/10/1992
2.14.21	António Costa	1960	GD Maconde	19	Londres	12/04/1992
2.14.25	Alcídio Costa	1966	GDR Conforlimpa	12	Hamburgo	21/04/2002
2.14.28	Luís Soares	1964	(França)		Lille	03/09/1988
2.14.31	José C. Santos	1970	GDR Conforlimpa	13	Hamburgo	21/04/2002
2.14.36,8	Anacleto Pinto	1948	SL Benfica	1	Faro	14/03/1976
2.14.49	José Sousa	1989	Casaense – EAC	40	Berlim	24/09/2023
2.14.51	Fábio Oliveira	1990	CD Feirense	53	Sevilha	20/02/2022
2.14.56	António Godinho (50)	1956	CR Arada	43	Londres	21/04/1991

RECORDES DE MARATONA

R. PORTUGAL	2.23.29	Rosa Mota	58	CA Porto	Chicago - Usa	20/10/1985
RN SUB-23	2.40.38	Mónica Gama	70	SC Braga	Lisboa	20/10/1991
R Provas Nacionais	2.26.58*	Monica Jepkoech		Quénia	Porto	05-11-2018

Recordes Mundial e Europeu

RM	2.11,53	mx	Tigist Assefa	96	Etiópia	Berlim - ALE	24/09/23
	2.17,01		Mary Jepkosgei Keitany	82	Quénia	Londres - Gbr	23/07/2017
RE	2.15,25	mx	Paula Radcliffe	73	Grã-Bretanha	Londres - Gbr	13/04/2003

* as marcas da Maratona de Lisboa, não podem ser consideradas para recordes

RANKINGS DE SEMPRE FEMININOS

2.23.29	Rosa Mota	1958	CAP	3	Chicago	20/10/1985
2.24.25	Jessica Augusto	1981	Individual	6	Londres	13/04/2014
2.24.30	Rosa Mota		CAP	1	Chicago	18/04/1988
2.24.33	Jessica Augusto	1981	Individual	8	Londres	17/04/2011
2.24.47	Salomé Rocha	1990	Sporting CP	8	Londres-GBR	28/04/2019
2.24.49	Sara Moreira	1985	Sporting	2	Praga	03/05/2015
2.24.59	Jessica Augusto		Individual	8	Londres	22/04/2012
2.25.04	Marisa Barros	1980	SL Benfica	3	Yokohama	20/02/2011
2.25.09	Manuela Machado	1963	SC Braga	3	Londres	18/04/1999
2.25.11	Jessica Augusto		Individual	7	Londres (JO)	05/08/2012
	(10)					
2.25.15	Ana Dulce Félix	1982	SL Benfica	8	Londres	26/04/2015
2.25.17	Rosa Mota		CAP	1	Roma (CM)	29/08/1987
2.25.21	Rosa Mota		CAP	1	Boston	20/04/1987
2.25.24	Rosa Mota		CAP	1	Boston	16/04/1990
2.25.24	Dulce Félix	1982	SL Benfica	6	Valência-ESP	02/12/2018
2.25.27	Salomé Rocha	1990	Sporting CP	8	Berlim	16/09/2018
2.25.30	Jessica Augusto		Sporting CP	1	Hamburgo	23/04/2017
(2.25.39*)	Manuela Machado		SC Braga	1	Gotemburgo (CM)	05/08/1995
2.25.40	Rosa Mota		CAP	1	Seoul (JO)	23/09/1988
2.25.40	Ana Dulce Félix	1982	Maratona CP	4	N. Iorque	06/11/2011
2.25.41	Jessica Augusto		Individual	3	Zurique (CE)	16/08/2014
	(20)					
2.25.44	Marisa Barros	1980	SportZone RT	2	Osaka	31/01/2010
2.25.53	Sara Moreira	1985	Sporting CP	4	Nova Iorque	01/11/2015
2.26.00	Sara Moreira		Sporting CP	3	Nova Iorque	02/11/2014
2.26.01	Rosa Mota		CAP	1	Chicago	21/10/1984
2.26.03	Marisa Barros		SportZone RT	1	Sevilha	22/02/2009
	(25 marcas / 7 atletas)					
2.26.39	Catarina Ribeiro	1990	Sporting CP	12	Valência-ESP	01/12/2019
2.26.49	Albertina Dias	1963	Maratona C Maia	2	Berlim	26/09/1993
2.28.00	Filomena Costa	1985	A J Serra	1	Sevilha	22/02/2015
	(10)					
2.28.06	Helena Sampaio	1973	Maratona CP	1	Amesterdão	19/10/2003
2.28.11	Aurora Cunha	1959	FC Porto	3	Londres	23/04/1989
2.28.15	Solange Jesus	1987	CD Feirense	9	Paris	02/04/2023
2.28.49	Ana Dias	1974	Sporting CP	4	Berlim	28/09/2003
2.28.56	Susana Godinho	1992	CD Feirense	13	Sevilha	19/02/2023
2.30.18	Conceição Ferreira	1962	SC Braga	7	Boston	15/04/1991
2.30.36	Inês Monteiro	1980	Maratona CP	5	Roterdão	13/04/2008
2.30.54	Susana Cunha	1988	RD Águeda	19	Sevilha (ESP)	20/02/2022
2.31.08	Rosa Oliveira	1966	(Espanha)	8	Berlim	29/09/1996
2.31.27	Ana Mafalda Ferreira	1988	Sporting CP	1	Aveiro	23/04/2023

	(20)					
2.31.25	Vanessa Fernandes	1985	SL Benfica	7	Valência	15/11/2015
2.31.41	Leonor Carneiro	1978	Maratona CP	8	Berlim	30/09/2007
2.32.00	Doroteia Peixoto	1982	Am. Montanha	1	Dusseldorf	30/04/2017
2.32.01	Fátima Silva	1970	CD Póvoa	3	Hamburgo	21/04/2001
2.32.56	Anália Rosa	1976	Maratona CP	10	Gotemburgo (CE)	12/08/2006
2.32.57	Albertina Machado	1961	SC Braga	6	Paris	21/04/1996
2.33.32	Fátima Cabral	1972	Greças	6	Milão	30/11/2003
2.34.02	Mónica Silva	1983	SL Benfica	7	Hamburgo	26/04/2015
2.34.07	Adélia Elias	1974	Maratona CP	9	Berlim	28/09/2003
	(30)					
2.34.11	Rita Borralho	1954	SL Benfica	5	Berlim	01/10/1989
2.34.12	Fátima Neves	1963	Maratona C Maia	9	Paris	24/04/1994
2.34.17	Vera Nunes	1980	SL Benfica	1	Zurique	09/04/2017
2.34.41	Susana Francisco	1991	SC Braga	26	Sevilha (ESP)	20/02/2022
2.35.24	Vanessa Carvalho	1991	SC Braga	1	Porto	06/11/2022
2.37.09	Mónica Rosa	1978	Maratona CP	8	Paris	11/04/2010
2.37.36	Elisabete Lopes	1975	Maratona CP	1	Lisboa	10/05/2009
2.39.19	Leopoldina Silveira	1975	(França)	14	Paris	06/04/2008
2.39.40	Lúisa Oliveira	1976	Paredes Av	12	Hamburgo	26/04/2015
2.40.24	Joana Fonseca	1987	A Correr Lisboa	9	Lisboa	09/10/2022
	(40)					
2.40.37	Manuela Dias	1963	SL Benfica	1	Lisboa	21/10/1990
2.40.38	Mónica Gama	1970	SL Benfica	2	Lisboa	20/10/1991
2.41.19	Isabel Sousa	1971	AD Pasteleira	10	Paris	05/04/1998
2.42.16	Madalena Carriço	1979	GD Estreito	5	Sevilha	22/02/2009
2.42.51	Alzira Lário	1957	SC Vianense	6	Roterdão	18/04/1993
2.43.14	Rosa Madureira	1977	FC Penafiel	4	Porto	03/11/2013
2.43.17	Lucília Soares	1962	SL Benfica	3	Lisboa	21/10/1990
2.44.30	Vera Fernandes	1985	AA Bela Vista	13	Roterdão	08/04/2018
2.44.39	Felicidade Sena	1959	GOMO	5	Paris	30/04/1989
2.45.44	Anabela Tavares	1985	GD Joaninhas	1	Lisboa	09/12/2012
	(50)					