

**RECORD E
MIGLIORI PRESTAZIONI
TICINESI
OUTDOOR**



Ultimo aggiornamento: 02.03.2026

ASSOLUTI FEMMINILI

Record ticinesi

100 m	10.90 (1.8)	Ajla DEL PONTE, 96	US Ascona	La Chaux-de-Fonds, 14.08.21
200 m	22.38 (1.9)	Ajla DEL PONTE, 96	US Ascona	La Chaux-de-Fonds, 14.08.21
400 m	53.93	Nathalie ZAMBONI, 73	LC Zürich	La Chaux-de-Fonds, 13.08.00
800 m	2:05.75	Marta ODUN, 74	VIGOR Ligornetto	Serravalle (RSM), 18.07.98
1'000 m	2:46.52	Marta ODUN, 74	VIGOR Ligornetto	Bellinzona, 12.07.96
1'500 m	4:16.49	Isabella MORETTI, 63	VIRTUS Locarno	Lucerna, 24.06.89
MIGLIO	4:46.32	Tamara WINKLER, 80	GA Bellinzona	Bellinzona, 26.07.08
2'000 m	6:01.38	Tamara WINKLER, 80	GA Bellinzona	Chiasso, 01.05.10
3'000 m	9:08.00	Isabella MORETTI, 63	VIRTUS Locarno	Gävle (SWE), 28.06.88
	9:08.00	Isabella MORETTI, 63	VIRTUS Locarno	Ginevra, 15.06.90
5'000 m	15:48.82	Isabella MORETTI, 63	VIRTUS Locarno	Bratislava (SK), 20.06.90
10'000 m	32:57.20	Isabella MORETTI, 63	VIRTUS Locarno	Koblenz (GER), 14.06.89
100 mH 84.0	13.25 (2.0)	Monica PELLEGRINELLI, 65	TV Unterstrass ZH	Olten, 03.08.91
400 mH 76.2	56.70	Nathalie ZAMBONI, 73	LC Zürich	Beijing (CHN), 30.08.01
2'000 m SIEPI	7:50.14	Flavie RONCORONI	US Capriaschese	Langenthal, 14.06.15
3'000 m SIEPI	11:08.90	Manuela MAFFONGELLI, 84	VIGOR Ligornetto	Freienbach, 10.06.09
ALTO	1.92	Beatrice LUNDMARK, 80	GA Bellinzona	Barcellona (ESP), 30.07.10
	3.40	Miriam FILIPPONI, 80	VIRTUS Locarno	Lugano, 29.07.00
	3.40	Miriam FILIPPONI, 80	VIRTUS Locarno	Hochdorf, 02.09.00
LUNGO	6.84 (0.1)	Irene PUSTERLA, 88	VIGOR Ligornetto	Chiasso, 20.08.11
TRIPLO	13.42 (0.7)	Irene PUSTERLA, 88	VIGOR Ligornetto	Bellinzona, 24.09.11
PESO 4.00	13.51	Manuela MARIONI, 69	US Ascona	Lugano, 30.09.89
DISCO 1.00	51.11	Giada Borin, 05	LAC TV Unterstrass	Frauenfeld, 24.08.25

MARTELLO 4.00	50.08	Danja SANTINI, 81	VIRTUS Locarno	Hochdorf, 01.07.06
GIAVELLOTTO 600	43.25	Joanne HARTMEIER, 05	VIRTUS Locarno	Locarno, 18.09.22
EPTATHLON	5'308	Emma PIFFARETTI, 02	US Ascona	Langenthal, 09.08.20
	200 m 24.32 (-0.6) / LUNGO 5.93 (-0.6) / ALTO 1.60 / PESO 4.00 10.68 / 100 mH 84.0 14.23 (0.8) / GIAVELLOTTO 600 29.88 / 800 m 2:21.74			
4x100 m	46.08	Selezione Ticino (B. MORZA, 87 – M. SCHILLECI, 90 – G. CANDIANI, 87 – I. PUSTERLA, 88)		Lana (IT), 21.09.
4x200	1:46.04	VIRTUS Locarno (B.MARGAROLI, 70- E.FROSIO, 71 - D.BETTONI, 73, C. FROSIO, 70)		Lugano, 23.08.90
4x400 m	3:46.16	Selezione Ticino (T. DEL SIRO, 08 – T. ROSAMILIA, 08 – A. BAGGI, 05 – P. CRESCINI, 04)		San Gallo, 21.09.25
	3:55.86	VIRTUS Locarno (B. MARGAROLI, 70 – C. MORETTI, 63 – D. BETTONI, 73 – E. FROSIO, 71)		Aarau, 26.05.91
3x1'000 m	8:48.32	VIGOR Ligornetto (S. SALVADÈ, 04 - M. CROCI TORTI, 04 - G. SALVADÈ, 04)		Frauenfeld, 11.09.22
OLIMPIONICA	3:41.13	GA Bellinzona (T. WINKLER, 80 – L. KRONAUER, 87 B. MORZA, 82 – F. BOMIO-PACCIORINI, 92)		Tenero, 25.04.10
10 km	30:51	Marie POLLI, 80	SA Lugano	Genova, 10.02.13
MEZZA MARATONA	1:13:49	Isabella MORETTI, 63	CA Sion	Svitto, 30.03.96
MARATONA	2:42:33	Isabella MORETTI, 63	CA Sion	Svitto, 30.03.96
20 km MARCIA STRADA		Marie POLLI, 80	SA Lugano	Lugano, 08.03.09

Migliori prestazioni ticinesi

60 m	7.34	Ajla DEL PONTE, 96	US Ascona	Arnhem (NED), 03.06.20
80 m	9.86 (2.0)	Maeava TAHOU, 03	GA Bellinzona	Balgach, 23.06.18
150 m	16.67 (0.3)	Ajla DEL PONTE, 96	US Ascona	Meilen, 20.06.20
300 m	38.68	Ajla DEL PONTE, 96	US Ascona	Basilea, 20.05.17
500 m	1:22.30	Giulia SALVADÈ, 04	VIGOR Ligornetto	Mendrisio, 10.04.22
600 m	1:30.43	Marta ODUN, 74	VIGOR Ligornetto	Chiasso, 18.06.97
200 mH 91.4	26.99	Monica PELLEGRINELLI,65	GA Bellinzona	01.06.87
300 mH 76.2	42.93	Lara KRONAUER, 87	GA Bellinzona	Langenthal, 02.06.11
PENTATHLON	3'292	Claudia ORLER, 70	ASSPO Riva San Vitale	Payerne, 11.09.93
	100 m 13.18 / ALTO 1.55 / PESO 4.00 9.44 / LUNGO 5.43 / 1'000 m 3:28.59			
5'000 m MARCIA	22:36.0	Laura POLLI, 83	SA Lugano	Losanna, 26.09.09

U20 FEMMINILI

Record ticinesi

100 m	11.79 (0.7)	Emma PIFFARETTI, 02	US Ascona	Basilea, 11.09.20
200 m	23.96 (1.4)	Emma PIFFARETTI, 02	US Ascona	La Chaux-de-Fonds, 14.08.21
400 m	54.95	Cristina SONDEREGGER, 72	VIS NOVA Agarone	Losanna, 10.07.91
800 m	2:09.50	Daniela PAGANI, 73	SFG Chiasso	Vigevano (IT), 21.09.91
1'500 m	4:27.25	Tiziana ROSAMILIA, 08	US Ascona	Bellinzona, 29.07.23
MIGLIO	5:01.55	Giulia SALVADÈ, 04	VIGOR Ligornetto	Milano (I), 11.06.22
2'000 m	6:22.42	Evelyne DIETSCHI, 96	SA Lugano	Lugano, 18.08.15
3'000 m	9:50.67	Evelyne DIETSCHI, 96	SA Lugano	Langenthal, 14.05.15
5'000 m	16:37.48	Evelyne DIETSCHI, 96	SA Lugano	Koblenz (GER), 27.05.15
10'000 m	40:36.16	Marta ODUN, 74	VIGOR Ligornetto	Chiasso, 23.10.93
100 mH 84.0	14.00 (0.3)	Maeva TAHOU, 03	GA Bellinzona	Ginevra, 04.09.22
400 mH 84.0	58.06	Cristina SONDEREGGER, 72	VIS NOVA Agarone	Langenthal, 12.08.90
	58.06	Cristina SONDEREGGER, 72	VIS NOVA Agarone	Salonicco (GRE), 11.08.91
2'000 m SIEPI	7:50.14	Flavie RONCORONI, 97	US Capriaschese	Langenthal, 14.06.15
ALTO	1.77	Cinthia STEPHANI, 78	SFG Mendrisio	Düdingen, 07.06.97
	1.77	Lara KRONAUER, 87	GA Bellinzona	Losanna, 05.09.04
ASTA	3.30	Ajla DEL PONTE, 96	US Ascona	Biasca, 29.09.13
LUNGO	6.40 (1.8)	Emma PIFFARETTI, 02	US Ascona	Zofingen, 08.06.19
TRIPLO	12.80 (1.2)	Irene PUSTERLA, 88	VIGOR Ligornetto	Gallarate (IT), 20.06.07
PESO 4.00	12.95	Giada BATTAINI, 02	US Capriaschese	Langenthal, 27.06.21
DISCO 1.00	49.40	Giada BORIN, 02	ASSPO Riva San Vitale	Donnas (IT), 14.07.24

MARTELLO 4.00	43.25	Giada BORIN, 02	ASSPO Riva San Vitale	Aichach, 21.09.24
GIAVELLOTTO 600	42.74	Margherita STAEMPFLI, 61	SFG Biasca	Berna, 14.07.79
GIAVELLOTTO 600	43.25	Joanne HARTMEIER, 05	VIRTUS Locarno	Locarno, 18.09.22
EPTATHLON	5'308	Emma PIFFARETTI, 02	US Ascona	Langenthal, 29.08.20
	200 m 24.32 (-0.6) / LUNGO 5.93 (-0.6) / ALTO 1.60 / PESO 4.00 10.68 / 100 mH 84.0 14.23 (0.8) / GIAVELLOTTO 600 29.88 / 800 m 2:21.74			

Migliori prestazioni ticinesi U20

150 m	18.03 (-1.4)	Ajla DEL PONTE, 96	US Ascona	Basilea, 09.05.15
300 m	39.47	Cristina SONDEREGGER, 72	VIS NOVA Agarone	Langenthal, 09.05.91
500 m	1:22.30	Giulia SALVADÈ, 04	VIGOR Ligornetto	Mendrisio, 10.04.22
600 m	1:31.55	Tiziana ROSAMILIA, 01	US Ascona	Frauenfeld, 10.09.23
1'000 m	2:49.14	Tiziana ROSAMILIA, 08	US Ascona	Regensdorf, 23.09.23
300 mH 76.2	43.75	Emma PIFFARETTI, 02	US Ascona	Meilen, 20.06.20
3x800 m	7:00.26	VIGOR Ligornetto (S. SALVADÈ, 04 - M. CROCI TORTI, 04 - G. SALVADÈ, 04)		Mendrisio, 02.10.22
5'000 m MARCIA	24:18.5	Marie POLLI, 80	SA Lugano	Mindelheim (GER), 16.05.99

ASSOLUTI MASCHILI

Record ticinesi

100 m	10.24 (0.2)	Ricky PETRUCCIANI, 00	LC Zürich	Berna, 21.08.21
	10.24 (0.8)	Ricky PETRUCCIANI, 00	LC Zürich	Langenthal, 10.07.22
200 m	20.72 (0.3)	Ricky PETRUCCIANI, 00	LC Zürich	Berna, 21.08.21
400 m	45.02	Ricky PETRUCCIANI, 00	LC Zürich	Tallinn, 10.07.21
800 m	1:48.16	Marco RAPP, 57	GA Bellinzona	Meilen, 01.07.84
1'000 m	2:22.63	Marco RAPP, 57	GA Bellinzona	Baden, 13.09.88
1'500 m	3:37.23	Marco RAPP, 57	GA Bellinzona	Zurigo, 17.08.88
MIGLIO	4:14.3	Marco RAPP, 57	GA Bellinzona	Bellinzona, 02.05.81
2'000 m	5:25.67	Ivan PONGELLI, 78	VIRTUS Locarno	Chiasso, 18.05.02
3'000 m	8:12.62	Adriano ENGELHARDT, 92	US Ascona	Langenthal, 09.05.13
5'000 m	14:01.4m	Marco RAPP, 57	GA Bellinzona	Bergamo, 01.07.88
10'000 m	30:13.61	Ivan PONGELLI, 78	VIRTUS Locarno	Lugano, 10.05.03
110 mH 106.7	13.55 (1.7)	Paolo DELLA SANTA, 73	GA Bellinzona	Zofingen, 12.06.00
400 mH 91.4	50.42	Mattia TAJANA, 96	GA Bellinzona	La Chaux-de-Fonds, 03.07.22
3'000 m SIEPI	8:46.88	Adriano ENGELHARDT, 92	US Ascona	Tampere, 14.07.13
ALTO	2.11	Plinio LUCONI, 55	US Ascona	Bellinzona, 11.09.77
ASTA	5.10	Velibor KRSTIC, 82	US Ascona	Tenero, 22.09.01
LUNGO	7.66 (0.2)	Gregory BIANCHI, 89	Pro Sesto	Chiasso, 23.06.11
TRIPLO	15.35 (0.9)	Claudio PIFFARETTI, 64	AS. Riva S. Vitale	Dongio, 19.05.86
PESO 7.26	16.15	Samuele DAZIO, 75	VIRTUS Locarno	Wil, 26.05.01
DISCO 2.00	59.05	Gian VETTERLI, 00	US Ascona	Oklahoma (USA), 26.04.25

MARTELLO 7.26	74.02	Samuele DAZIO, 75	VIRTUS Locarno	Locarno, 15.09.01
GIAVELLOTTO 800	63.03	Paolo DELLA PORTELLA, 74	VIRTUS Locarno	Biasca, 02.06.02
DECATHLON	7'946	Patrick VETTERLI, 61	US Ascona	Balgach, 16-17.07.88
	100 m 11.33 (0.6) / LUNGO 6.99 (-0.7) / PESO 7.26 14.72 / ALTO 2.07 / 400 m 49.26 / 110 mH 106.7 14.59 (3.5) / DISCO 2.00 45.44 / ASTA 4.70 / GIAVELLOTTO 800 56.80 / 1'500 m 4:41.25			
4x100 m	41.09	Selezione Ticino (S. CALDERARI, 01 – A. DZINAKU, 91 – D. ANGELELLA, 91 – R. PETRUCCIANI, 00)		Innsbruck, 15.09.19
4x200 m	1:29.2	SA Lugano (F. MARCHESI, 41 – S. CONCONI, 43 – B. ERNST, 44 – N. CEREGHETTI, 39)		La Chaux-de-Fonds, 18.06.67
4x400 m	3:11.90	Selezione Ticino (D. ANGELELLA, 91 – F. MOGGI, 99 – R. PEDRO PEIXOTO, 96 – R. PETRUCCIANI, 00)		Innsbruck, 15.09.19
	3:15.26	VIRTUS Locarno (R. PETRUCCIANI, 00 – S. BARANDUN, 98 – E. TAMINELLI, 90 – D. ANGELELLA, 91)		Basilea, 27.08.16
3x1'000 m	7:37.15	GA Bellinzona (R. TAMINELLI, 67 – M. BALESTRA, 65 – E. CARIBONI, 65)		Bellinzona, 18.09.91
OLIMPIONICA	3:12.47	GA Bellinzona (E. CARIBONI, 65 – J. GEUGGIS, 72 – A. LAFRANCHI, 72 – A. BRUNELLI, 73)		Basilea, 12.09.99
AMERICANA	6:41.20	US Ascona (C. TRABATTONI, 62 – G. JELMONI, 57 – F. QUATTRINI, 71)		Aarau, 26.05.91
10 km MARCIA	45:03.08	Waldo PONZIO, 44	GA Bellinzona	Basilea, 21.08.82
20 km MARCIA	1:33:28.2	Renzo TOSCANELLI, 50	SA Lugano	Lugano, 04.06.88
30 km MARCIA	2:29:28.0	Daniele CAROBBIO, 53	SA Lugano	Lugano, 03.03.91
50 km MARCIA	4:16:47.0	Roby PONZIO, 47	GA Bellinzona	Osio Sopra, 31.03.79
10 km STRADA	29:51.00	Roberto DELORENZI, 97	US Capriaschese	Valencia (E), 14.01.24
MEZZA MARATONA	1:04:08	Roberto DELORENZI, 97	US Capriaschese	Barcellona (E), 11.02.24
MARATONA	2:18:13	Luca FOGLIA, 62	GA Bellinzona	Venezia, 09.10.94
100 km STRADA	8:12:43	Enrico CAVADINI, 68	RC Bellinzona	Bienne, 14.06.14

10 km MARCIA STRADA	45:22.06	Roby PONZIO, 47		
20 km MARCIA STRADA	1:29:40	Orlando GALLAROTTI, 48	SA Lugano	Lassing, 05.04.80
50 km MARCIA STRADA	4:15:25	Renzo TOSCANELLI, 50	SA Lugano	Nyon, 03.07.88
100 km MARCIA STRADA	9:37:20	Roby PONZIO, 47		Losanna, 1981

Migliori prestazioni ticinesi

60 m	6.88	Gregory BIANCHI, 89	SFG Chiasso	Willisau, 05.05.12
80 m	8.89	Giovanni PIROLLI, 04	US Ascona	Bellinzona 01.05.22
150 m	15.71 (-2.8)	Ricky PETRUCCIANI, 00	LC Zürich	Basilea, 15.05.21
300 m	32.96	Ricky PETRUCCIANI, 00	LC Zürich	Potchefstroom (ZA), 04.02.20
100 yards	10.70	Alessandro GENOVESE, 95	GA Bellinzona	01.06.00
500 m	1.03.48	Mattia TAJANA, 96	GA Bellinzona	Milano (IT), 13.04.24
600 m	1:17.65	Filippo MOGGI, 99	LC Regensdorf	Pliezhausen (D), 05.05.2024
200 mH (91.4)	23.03	Paolo DELLA SANTA, 73	GA Bellinzona	01.06.00
300 mH (91.4)	36.29	Mattia TAJANA, 96	GA Bellinzona	Bellinzona, 24.06.20

U20 MASCHILI

Record ticinesi

100 m	10.48 (-1.3)	Fabrizio PUSTERLA, 53	SFG Lugano	Zurigo, 03.07.70
200 m	21.14 (1.2)	Ricky PETRUCCIANI, 00	LC Zürich	Bellinzona, 21.09.19
400 m	46.30	Ricky PETRUCCIANI, 00	LC Zürich	Bellinzona, 01.09.19
800 m	1:49.30	Eric HUANCA QUISPE, 08	VIGOR Ligornetto	Zoffingen, 14.09.25
1'000 m	2:24.99	Eric HUANCA QUISPE, 08	VIGOR Ligornetto	Langenthal, 29.05.25
1'500 m	3:45.92	Eric HUANCA QUISPE, 08	VIGOR Ligornetto	Locarno, 06.09.25
MIGLIO	4:27.20	Adriano ENGELHARDT, 92	US Ascona	Bellinzona, 30.04.11
2'000 m	5:32.76	Gioele DE MARCO, 06	GA Bellinzona	Bellinzona, 10.05.25
3'000 m	8:35.2	Paolo JANKE, 60	VIRTUS Locarno	Bolzano (IT), 30.09.79
5'000 m	14:51.18	Rocco TAMINELLI, 67	GA Bellinzona	Bellinzona, 12.07.86
10'000 m	31:47.5	Rocco TAMINELLI, 67	GA Bellinzona	Romano di Lombardia (IT), 20.09.86
110 mH 106.7	13.78	Roberto SCHNEIDER, 57	SA Lugano	Zofingen, 22.08.76
110 mH 99.1	13.80 (1.2)	Nathan OBERTI, 03	GA Bellinzona	Langenthal, 26.05.22
400 mH 91.4	52.57	Mattia TAJANA, 96	GA Bellinzona	Zugo, 07.08.15
2'000 m SIEPI	5:58.45	Adriano ENGELHARDT, 92	US Ascona	Uster, 10.06.11
3'000 m SIEPI	9:29.72	Adriano ENGELHARDT, 92	US Ascona	Freienbach, 22.06.11
ALTO	2.09	Patrick VETTERLI, 61	US Ascona	Roosendaal (NED), 05.07.80
ASTA	5.10	Velibor KRSTIC, 82	US Ascona	Tenero, 22.09.01
LUNGO	7.64 (0.6)	Gregory BIANCHI, 89	SFG Chiasso	Zofingen, 12.05.08
TRIPLIO	15.14 (1.3)	Claudio PIFFARETTI, 64	AS. Riva San Vitale	Frauenfeld, 19.06.83
PESO 7.26	14.58	Mark KOEHLER, 74	SA Lugano	Tenero, 20.06.92

PESO 6.25	15.50	Mark KOEHLER, 74	SA Lugano	Chiasso, 25.06.91
PESO 6.00	15.92	Gian VETTERLI, 00	US Ascona	Sarnen, 30.05.19
DISCO 1.75	51.78	Gian VETTERLI, 00	US Ascona	Sarnen, 30.05.19
MARTELLO 7.26	50.44	Samuele DAZIO, 75	VIRTUS Locarno	Locarno, 15.10.94
MARTELLO 6.25	64.68	Samuele DAZIO, 75	VIRTUS Locarno	Locarno, 10.10.92
MARTELLO 6.00	53.62	Reto INVERNIZZI, 91	VIRTUS Locarno	Tenero, 02.10.10
GIAVELLOTTO 800 (modello vecchio)	60.38	Peter GIOVANOLA, 49	US Ascona	Lugano, 24.06.67
GIAVELLOTTO 800	56.98	Patrick NICOLET, 70	US Ascona	Varese (IT), 10.04.88
	7'182	Patrick VETTERLI, 61	US Ascona	Cwmbran (UK), 20-21.09.80
DECATHLON	100 m 11.43 / LUNGO 6.73 / PESO 7.26 13.49 / ALTO 1.97 / 400 m 52.11 / 110 mH 106.7 16.70 / DISCO 2.00 40.52 / ASTA 4.40 / GIAVELLOTTO 800 57.30 / 1'500 m 4:51.5			
	7'242	Luca BERNASCHINA, 95	AS. Riva San Vitale	Eugene (US). 22-23.07.14
	100 m 11.09 (0.6) / LUNGO 7.39 (2.5) / PESO 6.00 14.50 / ALTO 1.82 / 400 m 51.29 / 110 mH 99.1 14.66 (-0.1) / DISCO 1.75 34.34 / ASTA 4.20 / GIAVELLOTTO 800 49.33 / 1'500 m 4:46.25			

Migliori prestazioni ticinesi U20

60 m	7.10	Joao SEPULVEDA MOREIRA, 05	ASPO Riva San Vitale	Willisau, 06.05.23
80 m	8.89	Giovanni PIROLI, 04	US Ascona	Bellinzona 01.05.22
150 m	15.89 (0.1)	Gianmarco BIELLI, 08	SAM Massagno	Basilea, 18.05.25
300 m	33.41	Ricky PETRUCCIANI, 00	LC Zürich	Langenthal, 30.05.19
500 m	1:15:43	Tommaso INTROZZI, 03I	GA Bellinzona	Mendrisio, 10.04.22
600 m	1:18.32	Eric HUANCA QUISPE, 08	VIGOR Ligornetto	Buso Arsizio (IT), 21.09.25
300 mH (91.4)	38.31	Mattia TAJANA, 96	GA Bellinzona	Basilea, 09.05.15