



CLUBE NACIONAL DE NATAÇÃO
25 - 26 JANEIRO 2025

TORNEIO JAIME MAIA

Juvenis Juniores Seniores	25 de janeiro 1ª sessão	26 de janeiro 2ª sessão
Aquecimento	14h	14h
Início do torneio	15:30h	15:30h

PROGRAMA

Estatística de inscrições

Todas as provas

Clube	Código	Atletas			Individuais			Estafetas		
		Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total
AONDA - Azeitão	AONDA	9	3	12	29	10	39	1	-	1
Centro Pop de Cultura e Desporto	CPCD	16	15	31	30	27	57	-	-	-
Clube de Natação e Triatlo de Lisboa	CNATRIL	-	1	1	-	2	2	-	-	-
Clube Futebol Os Belenenses	CFB	9	7	16	33	24	57	-	-	-
Clube Nacional de Natação	CNN	5	11	16	15	33	48	1	2	3
Clube Naval Setubalense	CNS	6	8	14	17	17	34	-	-	-
Despertarecorde	DRCN	3	6	9	8	13	21	-	-	-
Palmela Desporto, E.M.	PDEM	14	16	30	45	48	93	1	1	2
Numero total de 8 Clubes		62	67	129	177	174	351	3	3	6

Horário

Horário da Sessão N . 1 - 1  Sessão

25.01.2025 - 15:30

Aquecimento: de 14:00

15:30	1.	4 x 100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	
15:35	2.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:11	3 Séries	
15:46	3.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:04	1 Série	
15:50	4.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	2 Séries	
15:55	5.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:12	3 Séries	
16:07	Intervalo 10 min.						0:12	
16:19	6.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	2 Séries	
16:24	7.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:19	3 Séries	
16:43	8.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:09	4 Séries	
16:52	9.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:07	3 Séries	
16:59	10.	200m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:10	2 Séries	
17:09	Final da sessão					Duração total	1:39	

Horário da Sessão N . 2 - 2  Sessão

26.01.2025 - 15:30

Aquecimento: de 14:00

15:30	11.	4 x 100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	1 Série
15:36	12.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:10	3 Séries
15:46	13.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:12	3 Séries
15:58	14.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	2 Séries
16:04	15.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:12	3 Séries
16:16	Intervalo 10 min.						0:12
16:28	16.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	2 Séries
16:33	17.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:26	4 Séries
16:59	18.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:09	4 Séries
17:08	19.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	3 Séries
17:16	20.	200m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:08	2 Séries
17:24	Final da sessão					Duração total	1:54

Prova 1 Absolutos
25.01.2025 - 15:30 Startlist
Masc., 4 x 100m Livres

Rec Regional Absoluto	3:12.55	Sport Lisboa e Benfica	POR	Tomar	2024
Rec Nacional Absoluto	3:15.63	Sport Lisboa e Benfica	POR	Felgueiras	2018

Pista Categ. Clube Obs. Tempo Inscr.
Série 1 de 1, 15:30

3	AONDA - Azeitão 1	Abs	AONDA - Azeitão		3:58.38
	Francisco Almeida Pereira, Rostislav Kozlov, Martim Abalada Vilaca, Goncalo Pereira Gracioso				
4	Palmela Desporto 1	Abs	Palmela Desporto		3:37.03
	Bernardo Antunes Augusto, Rodrigo Beja Lopes, Goncalo Gomes Augusto, Andre Azevedo Baraona				
5	Nacional de Nata�o 1	Abs	Nacional de Nata�o		3:50.08
	David Alexandre Fernandes, Jose Pedro Salvadinho, Bernardo Miguel Oliveira, Joao Almeida Gomes				

Prova 2 Absolutos
25.01.2025 - 15:35 Startlist
Femin., 200m Livres

Rec Regional Absoluto	1:58.62	Diana Margarida Duraes	POR	Copenhagen (DEN)	2017
Rec Regional Sen	1:58.62	Diana Margarida Duraes	POR	Copenhagen (DEN)	2017
Rec Regional Jun 18	1:59.98	Diana Margarida Duraes	POR	Felgueiras	2013
Rec Regional Jun 17	1:59.62	Leticia Maia Andre	POR	Felgueiras	2018
Rec Regional Jun 16	2:02.12	Leticia Maia Andre	POR	Porto	2017
Rec Regional Juv A	2:03.93	Maria Ferreira Moura	POR	Tomar	2018
Rec Regional Juv B	2:06.53	Ana Claudia Santos	POR	Mealhada	2004
Rec Nacional Absoluto	1:56.81	Francisca Soares Martins	POR	Otopeni (ROU)	2023

Pista Equipa Categ. Clube Obs. Tempo Inscr.
Série 1 de 3, 15:35

1	Joana Gato Costa	Juv	Despertarecorde		2:59.19
2	Ana Francisca Santos	Juv	Nacional de Nata�o		2:57.24
3	Maria Rita Almeida	Juv	Nacional de Nata�o		2:50.82
4	Rita Mota Silva	Juv	Palmela Desporto		2:40.48
5	Konstansa Georgieva Ivanova	Juv	Palmela Desporto		2:44.29
6	Vitoria Alves Penedo	Juv	Palmela Desporto		2:52.79
7	Carolina Mendes Goncalves	Juv	CPCD - P�va Sta Iria		2:57.72
8	Madalena Martins Santos	Juv	Despertarecorde		3:02.87

Série 2 de 3, 15:39

1	Alice Duarte Barreto	Jun	Palmela Desporto		2:39.00
2	Beatriz Santos Goncalves	Jun	Nacional de Nata�o		2:36.38
3	Nuria Cristina Pires	Juv	Os Belenenses		2:30.73
4	Margarida Faria Miranda	Jun	Palmela Desporto		2:30.00
5	Brigida Valentina Mateus	Jun	Palmela Desporto		2:30.44
6	Maria Madalena Lucas	Juv	Nacional de Nata�o		2:34.20
7	Ines Trindade Dionisio	Jun	Nacional de Nata�o		2:38.97
8	Mariana Chaves Simoes	Juv	Nacional de Nata�o		2:40.00

Série 3 de 3, 15:43

1	Mafalda Sousa Mira	Jun	Nacional de Nata�o		2:27.40
2	Joana Sofia Fernandes	Jun	Nacional de Nata�o		2:24.07
3	Maria Ines Fryxell	Juv	AONDA - Azeitão		2:21.19
4	Beatriz Silva Jordao	Jun	Os Belenenses		2:15.44
5	Joana Alexandra Silva	Juv	CPCD - P�va Sta Iria		2:18.46
6	Ana Filipa Serra	Juv	CPCD - P�va Sta Iria		2:21.46
7	Ines Azevedo Baraona	Jun	Palmela Desporto		2:26.35
8	Cloe Sempere	Juv	Despertarecorde		2:29.40

Prova 3					Masc., 200m Costas	Absolutos
25.01.2025 - 15:46						Startlist
Rec Regional Absoluto	1:54.78	Pedro Diogo Oliveira	POR	Porto	2015	
Rec Regional Sen	1:54.78	Pedro Diogo Oliveira	POR	Porto	2015	
Rec Regional Jun A	1:57.90	Tomas Maia Januario	POR	Leiria	2023	
Rec Regional Jun B	2:00.88	Joao Alexandre Vital	POR	Porto	2014	
Rec Regional Juv A	2:01.43	Diogo Gomes Sousa	POR	Algés	2011	
Rec Regional Juv B	2:04.99	João Alexandre Vital	POR	Alapraia	2013	
Rec Nacional Absoluto	1:52.66	Gabriel Jose Lopes	POR	Hangzhou (CHN)	2018	

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
<u>Série 1 de 1, 15:46</u>					
1	Francisco Miguel Santos	Juv	Nacional de Nata�o		2:42.70
2	Jose Pedro Salvadinho	Jun	Nacional de Nata�o		2:32.85
3	Goncalo Gomes Augusto	Sen	Palmela Desporto		2:30.00
4	Gabriel Martins Tusan	Jun	CPCD - P�va Sta Iria		2:16.86
5	Bernardo Miguel Oliveira	Juv	Nacional de Nata�o		2:27.98
6	Francisco Almeida Pereira	Jun	AONDA - Azeitão		2:30.09
7	Rostislav Kozlov	Jun	AONDA - Azeitão		2:41.78

Prova 4					Femin., 100m Bruços	Absolutos
25.01.2025 - 15:50						Startlist
Rec Regional Absoluto	1:07.17	Diana Duarte Gomes	POR	S. Antonio Cavaleiros	2009	
Rec Regional Sen	1:07.17	Diana Duarte Gomes	POR	S. Antonio Cavaleiros	2009	
Rec Regional Jun 18	1:07.37	Raquel Gomes Pereira	POR	Porto	2017	
Rec Regional Jun 17	1:08.02	Raquel Gomes Pereira	POR	Funchal	2016	
Rec Regional Jun 16	1:09.58	Diana Duarte Gomes	POR	Alapraia	2005	
Rec Regional Juv A	1:09.59	Diana Duarte Gomes	POR	Tomar	2004	
Rec Regional Juv B	1:11.76	Diana Duarte Gomes	POR	Reboleira	2003	
Rec Nacional Absoluto	1:06.73	Ana Pinho Rodrigues	POR	Felgueiras	2024	

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
<u>Série 1 de 2, 15:50</u>					
3	Raquel Silva Delgadinho	Juv	Palmela Desporto		1:51.63
4	Joana Loureiro Pimpao	Jun	Os Belenenses		1:42.19
5	Maria Barafusta Afonso	Juv	Naval Setubalense		1:45.80
<u>Série 2 de 2, 15:53</u>					
1	Isabella Caterina Mejias	Juv	Os Belenenses		1:39.11
2	Sara Carvalho Rocha	Juv	CPCD - P�va Sta Iria		1:34.19
3	Matilde Lopes Fialho	Jun	Palmela Desporto		1:25.83
4	Leonor Peso Parente	Jun	Palmela Desporto		1:15.18
5	Leticia Rodrigues Magalhaes	Jun	Despertarecorde		1:21.04
6	Carolina Marques Madeira	Jun	Nacional de Nata�o		1:29.56
7	Maria Leonor Estanislau	Juv	AONDA - Azeitão		1:37.08
8	Ana Carolina Alvares	Juv	Os Belenenses		1:41.79

Prova 5

Masc., 200m Estilos

Absolutos

25.01.2025 - 15:55

Startlist

Rec Regional Absoluto	1:54.71	Alexis Manacas Santos	POR	Hangzhou (CHN)	2018
Rec Regional Sen	1:54.71	Alexis Manacas Santos	POR	Hangzhou (CHN)	2018
Rec Regional Jun A	2:01.23	Alexis Manacas Santos	POR	Leiria	2009
Rec Regional Jun B	2:04.10	Tiago André Venâncio	POR	Alapraia	2004
Rec Regional Juv A	2:06.94	Diogo Gomes Sousa	POR	Estoril, Alapraia	2011
Rec Regional Juv B	2:08.74	Bernardo Jorge Simoes	POR	Algés	2019
Rec Nacional Absoluto	1:53.45	Diogo Filipe Carvalho	POR	Netanya (ISR)	2015

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
Série 1 de 3, 15:55					
2	Ivan Kruchinin	Jun	Naval Setubalense		3:10.00
3	Duarte Gomes Santos	Jun	Despertarecorde		3:06.15
4	Dinis M�leu Oliveira	Juv	AONDA - Azeitão		3:03.22
5	Diogo Goncalves Pires	Juv	Os Belenenses		3:04.36
6	Thomas Mouzinho Howard-Tripp	Jun	Os Belenenses		3:10.00
Série 2 de 3, 16:00					
1	Afonso Daniel Carvalhas	Juv	AONDA - Azeitão		2:46.73
2	Diogo Francisco Venceslau	Sen	Palmela Desporto		2:36.67
3	David Alexandre Fernandes	Sen	Nacional de Nata�o		2:31.99
4	Martim Marino Brilha	Juv	Os Belenenses		2:30.99
5	Tomas Moura Ramos	Jun	Os Belenenses		2:31.13
6	Bernardo Antunes Augusto	Sen	Palmela Desporto		2:35.00
7	Tiago Filipe Esteves	Jun	Naval Setubalense		2:45.35
8	Francisco Baiao Fernandes	Jun	Palmela Desporto		2:54.68
Série 3 de 3, 16:04					
1	Francisco Silva Rafael	Sen	Os Belenenses		2:30.00
2	Rodrigo Santos Perry	Jun	Despertarecorde		2:26.60
3	Rafael Sergio Spac	Jun	Palmela Desporto		2:24.41
4	Miguel Loucao Caxaria	Juv	Palmela Desporto		2:16.38
5	Joao Almeida Gomes	Sen	Nacional de Nata�o		2:17.27
6	Pedro Antonio Pinto	Jun	Palmela Desporto		2:24.49
7	Goncalo Pereira Gracioso	Sen	AONDA - Azeitão		2:26.64
8	Lucas Ferreira Luis	Sen	Os Belenenses		2:30.00

16:07 Intervalo 10 min.

CNN
Clube Nacional De Nata o

Prova 6 **Femin., 100m Mariposa** **Absolutos**
25.01.2025 - 16:19 **Startlist**

Rec Regional Absoluto	59.45	Ines Camacho Fernandes	POR	Porto	2017
Rec Regional Sen	59.45	Ines Camacho Fernandes	POR	Porto	2017
Rec Regional Jun 18	1:01.04	Ines Camacho Fernandes	POR	Vila Real St. Antonio	2014
Rec Regional Jun 17	1:02.03	Filipa Vilas Tiago	POR	Porto	2010
Rec Regional Jun 16	1:01.56	Filipa Vilas Tiago	POR	S. Ant�nio Cavaleiros	2009
Rec Regional Juv A	1:03.09	Filipa Vilas Tiago	POR	Sines	2008
Rec Regional Juv B	1:04.30	Susana Patricia Miguel	POR	Penafiel	2004
Rec Nacional Absoluto	58.01	Mariana Pacheco Cunha	POR	Felgueiras	2023

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
-------	--------	--------	-------	------	--------------

Série 1 de 2, 16:19

2	Alice Martins Paiva	Juv	Palmela Desporto		1:37.91
3	Ines Trindade Dionisio	Jun	Nacional de Nata�o		1:28.60
4	Rita Gato Costa	Jun	Despertarecorde		1:25.12
5	Raquel Silva Delgadinho	Juv	Palmela Desporto		1:26.84
6	Maria Ines Fryxell	Juv	AONDA - Azeitão		1:29.47
7	Maria Madalena Lucas	Juv	Nacional de Nata�o		1:40.18

Série 2 de 2, 16:22

1	Beatriz Alexandra Rolim	Jun	Palmela Desporto		1:21.19
2	Ines Azevedo Baraona	Jun	Palmela Desporto		1:12.72
3	Sara Sofia Alves	Jun	Palmela Desporto		1:09.93
4	Leonor Peso Parente	Jun	Palmela Desporto		1:04.87
5	Joana Sofia Fernandes	Jun	Nacional de Nata�o		1:04.87
6	Carolina Marques Madeira	Jun	Nacional de Nata�o		1:12.62
7	Rita Mota Silva	Juv	Palmela Desporto		1:20.00
8	Leticia Coelho Silva	Juv	Os Belenenses		1:23.54

Prova 7 **Masc., 400m Livres** **Absolutos**
25.01.2025 - 16:24 **Startlist**

Rec Regional Absoluto	3:42.91	Miguel Duarte Nascimento	POR	Porto	2017
Rec Regional Sen	3:42.91	Miguel Duarte Nascimento	POR	Porto	2017
Rec Regional Jun A	3:51.92	Joao Alexandre Vital	POR	Porto	2015
Rec Regional Jun B	3:55.43	Rui Silva Pereira	POR	Santo Antonio dos Cavaleiros	2024
Rec Regional Juv A	3:52.60	Rui Silva Pereira	POR	Tomar	2024
Rec Regional Juv B	4:01.42	Rui Silva Pereira	POR	Tomar	2023
Rec Nacional Absoluto	3:42.57	Jose Paulo Lopes	POR	Abu Dhabi (UAE)	2021

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
-------	--------	--------	-------	------	--------------

Série 1 de 3, 16:24

3	Rodrigo Rosa Fernandes	Sen	CPCD - P�va Sta Iria		5:30.00
4	Rafael Piedade Quaresma	Jun	Palmela Desporto		5:13.66
5	Francisco Miguel Santos	Juv	Nacional de Nata�o		5:20.00
6	Simao Cruz Trindade	Juv	Naval Setubalense		6:00.00

Série 2 de 3, 16:31

1	Afonso Oliveira Diniz	Jun	Os Belenenses		5:00.00
2	Andrey Ponomarov	Juv	CPCD - P�va Sta Iria		4:56.22
3	Tomas Moura Ramos	Jun	Os Belenenses		4:49.60
4	Miguel Loucao Caxaria	Juv	Palmela Desporto		4:47.09
5	Bernardo Miguel Oliveira	Juv	Nacional de Nata�o		4:49.55
6	Pedro Antonio Pinto	Jun	Palmela Desporto		4:52.48
7	Tiago Trindade Manuel	Juv	Palmela Desporto		4:58.74
8	Bruno Miguel Amaro	Jun	Os Belenenses		5:00.00

Prova 7, Masc., 400m Livres

Série 3 de 3, 16:37

1	Martim Abalada Vilaca	Juv	AONDA - Azeitão	4:43.99
2	Rafael Caceres Lopes	Sen	Despertarecorde	4:41.29
3	Rodrigo Duarte Narigueta	Juv	Palmela Desporto	4:29.20
4	Jose Guilherme Lopes	Jun	CPCD - P�va Sta Iria	4:21.87
5	Diogo Morgado Figueira	Sen	CPCD - P�va Sta Iria	4:23.20
6	Rafael Goncalves Sousa	Sen	CPCD - P�va Sta Iria	4:40.40
7	Miguel Filipe Medronheira	Juv	Palmela Desporto	4:42.52
8	Rodrigo Beja Lopes	Sen	Palmela Desporto	4:45.00

Prova 8

25.01.2025 - 16:43

Femin., 100m Livres

Absolutos

Startlist

Rec Regional Absoluto	55.43	Patricia Vilas Conceicao	POR	S. Antonio Cavaleiros	2009
Rec Regional Sen	55.43	Patricia Vilas Conceicao	POR	S. Antonio Cavaleiros	2009
Rec Regional Jun 18	56.09	Diana Margarida Duraes	POR	Felgueiras	2013
Rec Regional Jun 17	56.07	Ana Reis Sousa	POR	Felgueiras	2018
Rec Regional Jun 16	56.78	Maria Carolina Rosa	POR	Leiria	2009
Rec Regional Juv A	57.52	Raquel Gomes Pereira	POR	Algés	2015
Rec Regional Juv B	59.46	Isabel Pinto Abreu	POR	Abrantes	2010
Rec Nacional Absoluto	55.05	Em Jeronimo Conceicao	POR	Felgueiras	2023

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
Série 1 de 4, 16:43					
3	Mariana Realista Silva	Sen	AONDA - Azeitão		1:30.00
4	Leonor Barros Marques	Jun	CPCD - P�va Sta Iria		1:21.73
5	Andreia Filipa Fernandes	Sen	CPCD - P�va Sta Iria		1:28.94

Série 2 de 4, 16:45

1	Ana Carolina Alvares	Juv	Os Belenenses		1:20.06
2	Joana Loureiro Pimpao	Jun	Os Belenenses		1:19.07
3	Maria Barafusta Afonso	Juv	Naval Setubalense		1:13.76
4	Leticia Coelho Silva	Juv	Os Belenenses		1:13.58
5	Inga Vitorino Carvalho	Sen	CPCD - P�va Sta Iria		1:13.66
6	Konstansa Georgieva Ivanova	Juv	Palmela Desporto		1:17.54
7	Rafaella Sofia Silva	Juv	CPCD - P�va Sta Iria		1:19.27
8	Eduarda Sampaio Tavares	Jun	CPCD - P�va Sta Iria		1:20.25

Série 3 de 4, 16:48

1	Maria Estela Coimbra	Sen	Nacional de Nata�o		1:12.59
2	Alice Duarte Barreto	Jun	Palmela Desporto		1:11.95
3	Matilde Nunes Ribeiro	Jun	Despertarecorde		1:11.26
4	Nuria Cristina Pires	Juv	Os Belenenses		1:09.44
5	Ines Jesus Anastacio	Sen	CPCD - P�va Sta Iria		1:10.38
6	Beatriz Santos Goncalves	Jun	Nacional de Nata�o		1:11.70
7	Sofia Goncalves Raposo	Jun	Palmela Desporto		1:12.13
8	Vitoria Alves Penedo	Juv	Palmela Desporto		1:12.99

Série 4 de 4, 16:50

1	Mafalda Mourao Lopes	Sen	CPCD - P�va Sta Iria		1:08.29
2	Brigida Valentina Mateus	Jun	Palmela Desporto		1:07.17
3	Matilde Lopes Fialho	Jun	Palmela Desporto		1:04.12
4	Beatriz Silva Jordao	Jun	Os Belenenses		1:02.54
5	Joana Alexandra Silva	Juv	CPCD - P�va Sta Iria		1:02.88
6	Ana Filipa Serra	Juv	CPCD - P�va Sta Iria		1:06.69
7	Leonor Coelho Silva	Juv	Os Belenenses		1:08.14
8	Mariana Filipa Guedes	Jun	CPCD - P�va Sta Iria		1:09.18

Prova 9	Masc., 100m Costas				Absolutos
25.01.2025 - 16:52					Startlist
Rec Regional Absoluto	50.82	Gabriel Jose Lopes	POR	Leiria	2022
Rec Regional Sen	52.03	Alexis Manacas Santos	POR	Herning (DEN)	2013
Rec Regional Jun A	53.88	Alexis Manacas Santos	POR	Leiria	2009
Rec Regional Jun B	55.16	Diogo Santos Costa	POR	Algés	2019
Rec Regional Juv A	56.45	Diogo Gomes Sousa	POR	Porto	2010
Rec Regional Juv B	59.52	Diogo Santos Costa	POR	Algés	2017
Rec Nacional Absoluto	51.48	Gabriel Jose Lopes	POR	Hangzhou (CHN)	2018

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
Série 1 de 3, 16:52					
1	Dinis Mileu Oliveira	Juv	AONDA - Azeitão		1:24.23
2	Rafael Sousa Prates	Jun	CPCD - Póva Sta Iria		1:23.75
3	Diogo Goncalves Pires	Juv	Os Belenenses		1:21.87
4	Francisco Baiao Fernandes	Jun	Palmela Desporto		1:21.28
5	Martim Abalada Vilaca	Juv	AONDA - Azeitão		1:21.56
6	Afonso Daniel Carvalhas	Juv	AONDA - Azeitão		1:23.19
7	Luis Paulo Neves	Jun	AONDA - Azeitão		1:23.93
8	Salvador Peixito Correia	Juv	AONDA - Azeitão		1:24.67
Série 2 de 3, 16:55					
1	Miguel Alexandre Ferreira	Jun	CPCD - Póva Sta Iria		1:20.00
2	Diogo Francisco Venceslau	Sen	Palmela Desporto		1:18.00
3	Martim Marino Brilha	Juv	Os Belenenses		1:12.06
4	Santiago Castanheira Martins	Juv	CPCD - Póva Sta Iria		1:11.50
5	Jose Pedro Salvadinho	Jun	Nacional de Natação		1:11.73
6	David Alexandre Fernandes	Sen	Nacional de Natação		1:12.48
7	Tiago Filipe Esteves	Jun	Naval Setubalense		1:18.21
8	Ivo Faia Pinto	Juv	AONDA - Azeitão		1:21.17
Série 3 de 3, 16:57					
1	Tiago Nunes Silva	Sen	CPCD - Póva Sta Iria		1:10.53
2	Pedro Henrique Santos	Jun	CPCD - Póva Sta Iria		1:05.92
3	Thomas Mouzinho Howard-Tripp	Jun	Os Belenenses		1:03.65
4	Andre Azevedo Baraona	Sen	Palmela Desporto		56.31
5	Gabriel Martins Tusan	Jun	CPCD - Póva Sta Iria		1:02.41
6	Duarte Gomes Santos	Jun	Despertarecorde		1:05.13
7	Ivan Kruchinin	Jun	Naval Setubalense		1:09.21
8	Lucas Ferreira Luis	Sen	Os Belenenses		1:10.79

Prova 10		Femin., 200m Bruços			Absolutos
25.01.2025 - 16:59					Startlist
Rec Regional Absoluto	2:22.12	Raquel Gomes Pereira	POR	Alges	2019
Rec Regional Sen	2:22.12	Raquel Gomes Pereira	POR	Alges	2019
Rec Regional Jun 18	2:23.46	Raquel Gomes Pereira	POR	Porto	2017
Rec Regional Jun 18	2:23.46	Raquel Gomes Pereira	POR	Porto	2017
Rec Regional Jun 17	2:26.47	Raquel Gomes Pereira	POR	Funchal	2016
Rec Regional Jun 16	2:26.87	Raquel Gomes Pereira	POR	Porto	2015
Rec Regional Juv A	2:32.36	Diana Duarte Gomes	POR	Alcobaça	2004
Rec Regional Juv B	2:34.51	Diana Duarte Gomes	POR	Reboleira	2003
Rec Nacional Absoluto	2:22.12	Raquel Gomes Pereira	POR	Alges	2019

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
<u>Série 1 de 2, 16:59</u>					
3	Isabella Caterina Meijas	Juv	Os Belenenses		3:43.00
4	Maria Leonor Estanislau	Juv	AONDA - Azeitão		3:29.34
5	Mafalda Sousa Mira	Jun	Nacional de Natação		3:29.76
<u>Série 2 de 2, 17:04</u>					
2	Beatriz Alexandra Rolim	Jun	Palmela Desporto		3:15.00
3	Joana Melo Gaspar	Jun	Nacional de Natação		3:03.05
4	Beatriz Ferreira Batista	Jun	CPCD - P�va Sta Iria		2:48.35
5	Leticia Rodrigues Magalhaes	Jun	Despertarecorde		2:56.68
6	Sara Sofia Alves	Jun	Palmela Desporto		3:05.00
7	Alice Martins Paiva	Juv	Palmela Desporto		3:16.32

Prova 11		Femin., 4 x 100m Livres			Absolutos
26.01.2025 - 15:30					Startlist
Rec Nacional Absoluto	3:44.99	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita	POR	Porto	2010

Pista	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
<u>Série 1 de 1, 15:30</u>				
3	Nacional de Natação 2	Abs	Nacional de Natação	EXH 4:43.76
Ines Trindade Dionisio, Mariana Chaves Simoes, Beatriz Santos Goncalves, Mafalda Sousa Mira				
4	Palmela Desporto 1	Abs	Palmela Desporto	4:03.72
Leonor Peso Parente, Sara Sofia Alves, Ines Azevedo Baraona, Matilde Lopes Fialho				
5	Nacional de Natação 1	Abs	Nacional de Natação	4:15.79
Carolina Marques Madeira, Maria Madalena Lucas, Joana Melo Gaspar, Joana Sofia Fernandes				

Clube Nacional De Natação

Prova 12	Masc., 200m Livres				Absolutos
26.01.2025 - 15:36					Startlist
Rec Regional Absoluto	1:43.16	Miguel Duarte Nascimento	POR	Hangzhou (CHN)	2018
Rec Regional Sen	1:43.16	Miguel Duarte Nascimento	POR	Hangzhou (CHN)	2018
Rec Regional Jun A	1:47.73	Tiago Andre Venancio	POR	Viena (AUT)	2004
Rec Regional Jun B	1:52.38	Rafael Lourenço Gil	POR	Sto Ant ^o Cavaleiros	2012
Rec Regional Juv A	1:51.06	Tiago André Venâncio	POR		2003
Rec Regional Juv B	1:54.84	Bernardo Jorge Simoes	POR	Algés	2019
Rec Nacional Absoluto	1:43.16	Miguel Duarte Nascimento	POR	Hangzhou (CHN)	2018

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
<u>Série 1 de 3, 15:36</u>					
1	Diogo Goncalves Pires	Juv	Os Belenenses		2:44.08
2	Francisco Baiao Fernandes	Jun	Palmela Desporto		2:35.00
3	Rostislav Kozlov	Jun	AONDA - Azeitão		2:22.17
4	Francisco Silva Rafael	Sen	Os Belenenses		2:21.49
5	Tomas Moura Ramos	Jun	Os Belenenses		2:22.11
6	Francisco Miguel Santos	Juv	Nacional de Nata�o		2:26.30
7	Simao Cruz Trindade	Juv	Naval Setubalense		2:41.65
8	Lucas Ferreira Luis	Sen	Os Belenenses		2:45.00
<u>Série 2 de 3, 15:39</u>					
1	Afonso Santos Carromeu	Juv	Naval Setubalense		2:15.27
2	Goncalo Gomes Augusto	Sen	Palmela Desporto		2:12.73
3	Rafael Caceres Lopes	Sen	Despertarecorde		2:12.24
4	Miguel Filipe Medronheira	Juv	Palmela Desporto		2:11.06
5	Afonso Oliveira Diniz	Jun	Os Belenenses		2:11.91
6	Francisco Almeida Pereira	Jun	AONDA - Azeitão		2:12.26
7	Rafael Piedade Quaresma	Jun	Palmela Desporto		2:14.28
8	Andrey Ponomarov	Juv	CPCD - P�va Sta Iria		2:21.35
<u>Série 3 de 3, 15:43</u>					
1	Bruno Miguel Amaro	Jun	Os Belenenses		2:09.23
2	Miguel Loucao Caxaria	Juv	Palmela Desporto		2:03.26
3	Rafael Lin Moniz	Juv	Naval Setubalense		2:01.18
4	Rodrigo Beja Lopes	Sen	Palmela Desporto		1:56.86
5	Andre Azevedo Baraona	Sen	Palmela Desporto		1:59.16
6	Jose Guilherme Lopes	Jun	CPCD - P�va Sta Iria		2:01.86
7	Jose Pedro Salvadinho	Jun	Nacional de Nata�o		2:08.51
8	Rodrigo Duarte Narigueta	Juv	Palmela Desporto		2:11.03

Prova 13 Absolutos
26.01.2025 - 15:46 Startlist
Femin., 200m Costas

Rec Regional Absoluto	2:09.12	Rita Barros Frischknecht	POR	Porto	2017
Rec Regional Sen	2:09.12	Rita Barros Frischknecht	POR	Porto	2017
Rec Regional Jun 18	2:10.43	Rafaela Gomes Azevedo	POR	Felgueiras	2019
Rec Regional Jun 17	2:11.46	Rafaela Gomes Azevedo	POR	Felgueiras	2018
Rec Regional Jun 16	2:12.80	Petra Quintela Chaves	POR	Algés	1994
Rec Regional Juv A	2:16.30	Petra Quintela Chaves	POR		1993
Rec Regional Juv B	2:19.15	Susana Patricia Miguel	POR	Alhandra	2004
Rec Nacional Absoluto	2:04.39	Camila Rodrigues Rebelo	POR	Otopeni (ROU)	2023

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
<u>Série 1 de 3, 15:46</u>					
3	María Leonor Estanislau	Juv	AONDA - Azeitão		3:15.27
4	Mariana Chaves Simoes	Juv	Nacional de Nata�o		3:10.00
5	Vitoria Alves Penedo	Juv	Palmela Desporto		3:10.33
<u>Série 2 de 3, 15:50</u>					
1	Carolina Sofia Martins	Juv	Naval Setubalense		3:10.00
2	Luisa Anjos Frischknecht	Juv	Naval Setubalense		2:55.35
3	Rita Gato Costa	Jun	Despertarecorde		2:49.90
4	Maria Barafusta Afonso	Juv	Naval Setubalense		2:47.21
5	Sofia Goncalves Raposo	Jun	Palmela Desporto		2:48.74
6	Margarida Santos Botelho	Jun	Naval Setubalense		2:53.95
7	Konstansa Georgieva Ivanova	Juv	Palmela Desporto		2:58.11
8	Leonor Carvalho Oliveira	Jun	Naval Setubalense		3:10.00
<u>Série 3 de 3, 15:55</u>					
1	Ana Kostenko	Jun	Naval Setubalense		2:41.23
2	Leonor Peso Parente	Jun	Palmela Desporto		2:35.00
3	Joana Sofia Fernandes	Jun	Nacional de Nata�o		2:32.09
4	Leticia Rodrigues Magalhaes	Jun	Despertarecorde		2:31.08
5	Rita Canas Brito	Juv	Naval Setubalense		2:31.73
6	Beatriz Ferreira Batista	Jun	CPCD - P�va Sta Iria		2:33.52
7	Leonor Coelho Silva	Juv	Os Belenenses		2:37.38
8	Rafaela Marreiros Oliveira	Juv	Palmela Desporto		2:42.81

Prova 14 Absolutos
26.01.2025 - 15:58 Startlist
Masc., 100m Bruços

Rec Regional Absoluto	58.48	Carlos Esteves Almeida	POR	Porto	2014
Rec Regional Sen	58.48	Carlos Esteves Almeida	POR	Porto	2014
Rec Regional Jun A	1:00.28	Rafael Miguel Mimoso	POR	Tomar	2024
Rec Regional Jun B	1:01.63	Rafael Miguel Mimoso	POR	Leiria	2023
Rec Regional Juv A	1:02.73	Rafael Miguel Mimoso	POR	Alges	2023
Rec Regional Juv B	1:04.20	Rafael Miguel Mimoso	POR	Alges	2022
Rec Nacional Absoluto	58.19	Carlos Esteves Almeida	POR	Chatres (FRA)	2012

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
<u>Série 1 de 2, 15:58</u>					
1	Ivo Faia Pinto	Juv	AONDA - Azeitão		1:33.21
2	Ivan Kruchinin	Jun	Naval Setubalense		1:30.00
3	Tiago Trindade Manuel	Juv	Palmela Desporto		1:22.51
4	Bernardo Antunes Augusto	Sen	Palmela Desporto		1:20.00
5	Luis Paulo Neves	Jun	AONDA - Azeitão		1:21.04
6	Pedro Antonio Pinto	Jun	Palmela Desporto		1:29.40
7	Salvador Peixito Correia	Juv	AONDA - Azeitão		1:32.10
8	Bernardo Miguel Oliveira	Juv	Nacional de Nata�o		1:45.00

Prova 14, Masc., 100m Bruços

Série 2 de 2, 16:01

1	Diogo Francisco Venceslau	Sen	Palmela Desporto	1:19.22
2	Tiago Filipe Esteves	Jun	Naval Setubalense	1:16.86
3	Goncalo Ramos Costa	Sen	CPCD - Póva Sta Iria	1:14.46
4	Rodrigo Santos Perry	Jun	Despertarecorde	1:10.45
5	Rui Miguel Correia	Sen	Palmela Desporto	1:12.74
6	Joao Almeida Gomes	Sen	Nacional de Natação	1:15.26
7	Thomas Mouzinho Howard-Tripp	Jun	Os Belenenses	1:18.68
8	Goncalo Miguel Carneiro	Jun	CPCD - Póva Sta Iria	1:19.50

Prova 15

26.01.2025 - 16:04

Femin., 200m Estilos

Absolutos

Startlist

Rec Regional Absoluto	2:12.08	Victoria Kaminskaya	POR	Copenhagen (DEN)	2017
Rec Regional Sen	2:12.08	Victoria Kaminskaya	POR	Copenhagen (DEN)	2017
Rec Regional Jun 18	2:16.05	Raquel Gomes Pereira	POR	Alges	2017
Rec Regional Jun 17	2:16.22	Raquel Gomes Pereira	POR	Alges	2016
Rec Regional Jun 16	2:14.94	Maria Carolina Rosa	POR	S. António Cavaleiros	2009
Rec Regional Juv A	2:18.59	Catarina Tiago Nunes	POR	S. Antonio Cavaleiros	2009
Rec Regional Juv B	2:20.93	Susana Patricia Miguel	POR	Penafiel	2004
Rec Nacional Absoluto	2:11.70	Camila Rodrigues Rebelo	POR	Tomar	2024

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
Série 1 de 3, 16:04					
2	Joana Gato Costa	Juv	Despertarecorde		3:21.00
3	Ana Francisca Santos	Juv	Nacional de Natação		3:20.00
4	Isabella Caterina Meijas	Juv	Os Belenenses		3:20.00
5	Ana Carolina Alvares	Juv	Os Belenenses		3:20.00
6	Maria Rita Almeida	Juv	Nacional de Natação		3:20.00

Série 2 de 3, 16:08

1	Brigida Valentina Mateus	Jun	Palmela Desporto	3:15.00
2	Maria Estela Coimbra	Sen	Nacional de Natação	2:54.86
3	Ines Trindade Dionisio	Jun	Nacional de Natação	2:52.73
4	Joana Melo Gaspar	Jun	Nacional de Natação	2:46.58
5	Rita Mota Silva	Juv	Palmela Desporto	2:48.35
6	Raquel Silva Delgado	Juv	Palmela Desporto	2:54.56
7	Maria Ines Fryxell	Juv	AONDA - Azeitão	2:57.76
8	Joana Loureiro Pimpao	Jun	Os Belenenses	3:15.00

Série 3 de 3, 16:12

1	Leonor Coelho Silva	Juv	Os Belenenses	2:44.13
2	Emilly Gabrieli Santos	Jun	Natação e Triatlo de Lisboa	2:37.98
3	Beatriz Alexandra Rolim	Jun	Palmela Desporto	2:34.60
4	Matilde Lopes Fialho	Jun	Palmela Desporto	2:30.81
5	Sara Sofia Alves	Jun	Palmela Desporto	2:31.01
6	Carolina Marques Madeira	Jun	Nacional de Natação	2:35.56
7	Matilde Anjos Frischknecht	Jun	Naval Setubalense	2:42.97
8	Beatriz Santos Goncalves	Jun	Nacional de Natação	2:45.52

16:16 Intervalo 10 min.

Prova 16 Masc., 100m Mariposa Absolutos
26.01.2025 - 16:28 Startlist

Rec	Tempo	Nome	País	Clube	Ano
Rec Regional Absoluto	50.12	Diogo Matos Ribeiro	POR	Tomar	2024
Rec Regional Open	51.27	Fernando Souza Silva	POR	Doha (QAT)	2021
Rec Regional Sen	50.12	Diogo Matos Ribeiro	POR	Tomar	2024
Rec Regional Jun A	52.87	Diogo Matos Ribeiro	POR	Leiria	2021
Rec Regional Jun B	53.97	Tiago Andre Venancio	POR	Alapraia	2004
Rec Regional Juv A	55.60	Diogo Gomes Sousa	POR	Porto	2010
Rec Regional Juv B	57.70	Diogo Gomes Sousa	POR	Alges	2010
Rec Nacional Absoluto	50.12	Diogo Matos Ribeiro	POR	Tomar	2024

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
<u>Série 1 de 2, 16:28</u>					
1	Simao Cruz Trindade	Juv	Naval Setubalense		1:34.34
2	Afonso Daniel Carvalhas	Juv	AONDA - Azeitão		1:16.97
3	Miguel Loucao Caxaria	Juv	Palmela Desporto		1:10.97
4	Rostislav Kozlov	Jun	AONDA - Azeitão		1:08.42
5	David Alexandre Fernandes	Sen	Nacional de Nata�o		1:09.85
6	Daniel Alexandre Sarmento	Sen	CPCD - P�va Sta Iria		1:12.93
7	Dinis Mileu Oliveira	Juv	AONDA - Azeitão		1:23.57

<u>Série 2 de 2, 16:31</u>					
1	Rafael Goncalves Sousa	Sen	CPCD - P�va Sta Iria		1:07.60
2	Pedro Antonio Pinto	Jun	Palmela Desporto		1:01.35
3	Rafael Sergio Spac	Jun	Palmela Desporto		1:00.67
4	Diogo Morgado Figueira	Sen	CPCD - P�va Sta Iria		57.64
5	Andre Azevedo Baraona	Sen	Palmela Desporto		58.32
6	Goncalo Pereira Gracioso	Sen	AONDA - Azeitão		1:00.79
7	Miguel Ratinho Rocha	Juv	Naval Setubalense		1:01.92
8	Bernardo Antunes Augusto	Sen	Palmela Desporto		1:08.00

Prova 17 Femin., 400m Livres Absolutos
26.01.2025 - 16:33 Startlist

Rec	Tempo	Nome	País	Clube	Ano
Rec Regional Absoluto	4:04.61	Diana Margarida Duraes	POR	Copenhagen (DEN)	2017
Rec Regional Sen	4:04.61	Diana Margarida Duraes	POR	Copenhagen (DEN)	2017
Rec Regional Jun 18	4:17.18	Ema Jeronimo Conceicao	POR	Leiria	2020
Rec Regional Jun 17	4:13.87	Ana Reis Sousa	POR	Alges	2019
Rec Regional Jun 16	4:19.15	Ana Cláudia Correia Santos	POR	Tomar	2005
Rec Regional Juv A	4:18.39	Ana Cláudia Correia Santos	POR	Cantanhede	2004
Rec Regional Juv B	4:23.08	Susana Patricia Miguel	POR	Alhandra	2004
Rec Nacional Absoluto	4:04.57	Francisca Soares Martins	POR	Otopeni (ROU)	2023

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
<u>Série 1 de 4, 16:33</u>					
3	Cloe Sempere	Juv	Despertarecorde		6:05.62
4	Isabella Caterina Mejias	Juv	Os Belenenses		6:05.00
5	Carolina Sofia Martins	Juv	Naval Setubalense		6:05.00

<u>Série 2 de 4, 16:40</u>					
2	Vitoria Alves Penedo	Juv	Palmela Desporto		5:46.06
3	Maria Madalena Lucas	Juv	Nacional de Nata�o		5:40.00
4	Rita Canas Brito	Juv	Naval Setubalense		5:36.01
5	Maria Barafusta Afonso	Juv	Naval Setubalense		5:36.98
6	Mariana Chaves Simoes	Juv	Nacional de Nata�o		5:40.00
7	Konstansa Georgieva Ivanova	Juv	Palmela Desporto		5:54.85

Prova 17, Femin., 400m Livres

Série 3 de 4, 16:47

1	Margarida Faria Miranda	Jun	Palmela Desporto	5:25.00
2	Rafaela Marreiros Oliveira	Juv	Palmela Desporto	5:18.70
3	Luisa Anjos Frischknecht	Juv	Naval Setubalense	5:16.29
4	Luana Raquel Monteiro	Juv	Palmela Desporto	5:11.45
5	Raquel Silva Delgadinho	Juv	Palmela Desporto	5:12.73
6	Ines Azevedo Baraona	Jun	Palmela Desporto	5:18.24
7	Alice Martins Paiva	Juv	Palmela Desporto	5:19.83
8	Nuria Cristina Pires	Juv	Os Belenenses	5:35.99

Série 4 de 4, 16:53

1	Maria Ines Fryxell	Juv	AONDA - Azeitão	5:00.40
2	Beatriz Alexandra Rolim	Jun	Palmela Desporto	4:56.10
3	Beatriz Silva Jordao	Jun	Os Belenenses	4:44.28
4	Leonor Carvalho Oliveira	Jun	Naval Setubalense	4:39.13
5	Margarida Santos Botelho	Jun	Naval Setubalense	4:41.79
6	Joana Alexandra Silva	Juv	CPCD - P�va Sta Iria	4:54.86
7	Ana Filipa Serra	Juv	CPCD - P�va Sta Iria	4:57.88
8	Mafalda Sousa Mira	Jun	Nacional de Nata�o	5:05.61

Prova 18

Masc., 100m Livres

Absolutos

26.01.2025 - 16:59

Startlist

Rec Regional Absoluto	46.55	Diogo Matos Ribeiro	POR	Tomar	2024
Rec Regional Sen	46.55	Diogo Matos Ribeiro	POR	Tomar	2024
Rec Regional Jun A	48.32	Diogo Matos Ribeiro	POR	Leiria	2021
Rec Regional Jun B	49.87	Tiago Andre Venancio	POR		2004
Rec Regional Juv A	50.82	Tiago André Venâncio	POR	Braga	2003
Rec Regional Juv B	52.59	Diogo Gomes Sousa	POR	Ponte de Sor	2009
Rec Nacional Absoluto	46.55	Diogo Matos Ribeiro	POR	Tomar	2024

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
Série 1 de 4, 16:59					
1	Miguel Afonso Dantas	Jun	CPCD - P�va Sta Iria		1:16.56
2	Salvador Peixito Correia	Juv	AONDA - Azeitão		1:11.94
3	Ivo Faia Pinto	Juv	AONDA - Azeitão		1:09.59
4	Luis Paulo Neves	Jun	AONDA - Azeitão		1:08.23
5	Dinis Mileu Oliveira	Juv	AONDA - Azeitão		1:08.44
6	Francisco Baiao Fernandes	Jun	Palmela Desporto		1:09.96
7	Diogo Goncalves Pires	Juv	Os Belenenses		1:14.74
8	Miguel Alexandre Ferreira	Jun	CPCD - P�va Sta Iria		1:20.00

Série 2 de 4, 17:02

1	Andrey Ponomarov	Juv	CPCD - P�va Sta Iria		1:07.02
2	Santiago Castanheira Martins	Juv	CPCD - P�va Sta Iria		1:02.74
3	Francisco Silva Rafael	Sen	Os Belenenses		1:02.09
4	Martim Abalada Vilaca	Juv	AONDA - Azeitão		1:01.19
5	Tomas Moura Ramos	Jun	Os Belenenses		1:01.37
6	Lucas Ferreira Luis	Sen	Os Belenenses		1:02.43
7	Goncalo Ramos Costa	Sen	CPCD - P�va Sta Iria		1:03.35
8	Afonso Daniel Carvalhas	Juv	AONDA - Azeitão		1:07.58

Série 3 de 4, 17:04

1	Gabriel Martins Tusan	Jun	CPCD - P�va Sta Iria		1:00.29
2	Afonso Melo Ferreira	Jun	CPCD - P�va Sta Iria		1:00.18
3	Afonso Oliveira Diniz	Jun	Os Belenenses		59.12
4	Pedro Henrique Santos	Jun	CPCD - P�va Sta Iria		58.37
5	Martim Marino Brilha	Juv	Os Belenenses		59.01
6	Ivan Kruchinin	Jun	Naval Setubalense		59.74
7	Miguel Filipe Medronheira	Juv	Palmela Desporto		1:00.18
8	Rodrigo Duarte Narigueta	Juv	Palmela Desporto		1:01.13

Prova 18, Masc., 100m Livres

Série 4 de 4, 17:06

1	Bruno Miguel Amaro	Jun	Os Belenenses	58.02
2	Goncalo Pereira Gracioso	Sen	AONDA - Azeitão	56.57
3	Diogo Francisco Venceslau	Sen	Palmela Desporto	55.34
4	Joao Almeida Gomes	Sen	Nacional de Nata�o	54.91
5	Diogo Morgado Figueira	Sen	CPCD - P�va Sta Iria	55.13
6	Jose Guilherme Lopes	Jun	CPCD - P�va Sta Iria	55.91
7	Tiago Nunes Silva	Sen	CPCD - P�va Sta Iria	57.71
8	Duarte Gomes Santos	Jun	Despertarecorde	58.36

Prova 19

26.01.2025 - 17:08

Femin., 100m Costas

Absolutos

Startlist

Rec Regional Absoluto	58.39	Rafaela Gomes Azevedo	POR	Albufeira	2021
Rec Regional Sen	58.39	Rafaela Gomes Azevedo	POR	Albufeira	2021
Rec Regional Jun 18	58.65	Rafaela Gomes Azevedo	POR	Felgueiras	2019
Rec Regional Jun 17	59.61	Rafaela Gomes Azevedo	POR	Alges	2019
Rec Regional Jun 16	1:01.55	In�s Camacho Fernandes	POR	Porto	2012
Rec Regional Juv A	1:01.43	In�s Camacho Fernandes	POR	Mealhada	2011
Rec Regional Juv B	1:02.96	Ines Camacho Fernandes	POR	Alapraia	2011
Rec Nacional Absoluto	58.14	Camila Rodrigues Rebelo	POR	Otopeni (ROU)	2023

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
Série 1 de 3, 17:08					
1	Joana Melo Ferreira	Juv	CPCD - P�va Sta Iria		1:35.79
2	Madalena Martins Santos	Juv	Despertarecorde		1:35.00
3	Maria Rita Almeida	Juv	Nacional de Nata�o		1:30.37
4	Joana Melo Gaspar	Jun	Nacional de Nata�o		1:29.51
5	Mariana Realista Silva	Sen	AONDA - Azeitão		1:30.00
6	Maria Leonor Estanislau	Juv	AONDA - Azeitão		1:30.67
7	Sara Carvalho Rocha	Juv	CPCD - P�va Sta Iria		1:35.61
8	Ana Francisca Santos	Juv	Nacional de Nata�o		1:37.44

Série 2 de 3, 17:11

1	Brigida Valentina Mateus	Jun	Palmela Desporto		1:26.51
2	Carolina Mendes Goncalves	Juv	CPCD - P�va Sta Iria		1:23.83
3	Nuria Cristina Pires	Juv	Os Belenenses		1:23.41
4	Mafalda Mourao Lopes	Sen	CPCD - P�va Sta Iria		1:19.53
5	Rafaela Sofia Silva	Juv	CPCD - P�va Sta Iria		1:19.72
6	Eduarda Sampaio Tavares	Jun	CPCD - P�va Sta Iria		1:23.69
7	Maria Estela Coimbra	Sen	Nacional de Nata�o		1:24.51
8	Leticia Coelho Silva	Juv	Os Belenenses		1:28.75

Série 3 de 3, 17:13

1	Sofia Goncalves Raposo	Jun	Palmela Desporto		1:17.77
2	Leonor Coelho Silva	Juv	Os Belenenses		1:14.39
3	Matilde Nunes Ribeiro	Jun	Despertarecorde		1:13.35
4	Susana Chanoca Narciso	Sen	CPCD - P�va Sta Iria		1:11.43
5	Beatriz Ferreira Batista	Jun	CPCD - P�va Sta Iria		1:11.75
6	Emilly Gabrieli Santos	Jun	Nata�o e Triatlo de Lisboa		1:13.87
7	Ana Kostenko	Jun	Naval Setubalense		1:15.45
8	Inga Vitorino Carvalho	Sen	CPCD - P�va Sta Iria		1:18.03

Prova 20		Masc., 200m Bruços			Absolutos
26.01.2025 - 17:16					Startlist
Rec Regional Absoluto	2:09.14	Jose Guilherme Ferreira Couto	POR	Moscow (RUS)	2002
Rec Regional Sen	2:09.14	Jose Guilherme Ferreira Couto	POR	Moscow (RUS)	2002
Rec Regional Jun A	2:08.01	Rafael Miguel Mimoso	POR	Tomar	2024
Rec Regional Jun B	2:11.78	Rafael Miguel Mimoso	POR	Leiria	2023
Rec Regional Juv A	2:15.14	Rafael Miguel Mimoso	POR	Albufeira	2022
Rec Regional Juv B	2:18.99	Rafael Miguel Mimoso	POR	Felgueiras	2022
Rec Nacional Absoluto	2:05.59	Carlos Esteves Almeida	POR	Chartres (FRA)	2012

Pista	Equipa	Categ.	Clube	Obs.	Tempo Inscr.
Série 1 de 2, 17:16					
2	Afonso Santos Carromeu	Juv	Naval Setubalense		3:00.00
3	Rafael Piedade Quaresma	Jun	Palmela Desporto		3:00.00
4	Rodrigo Beja Lopes	Sen	Palmela Desporto		2:59.00
5	Thomas Mouzinho Howard-Tripp	Jun	Os Belenenses		3:00.00
6	Rafael Lin Moniz	Juv	Naval Setubalense		3:00.00
7	Francisco Almeida Pereira	Jun	AONDA - Azeitão		3:00.00

Série 2 de 2, 17:20					
1	Goncalo Gomes Augusto	Sen	Palmela Desporto		2:55.00
2	Martim Marino Brilha	Juv	Os Belenenses		2:52.64
3	Rui Miguel Correia	Sen	Palmela Desporto		2:42.91
4	Rodrigo Santos Perry	Jun	Despertarecorde		2:40.03
5	Miguel Ratinho Rocha	Juv	Naval Setubalense		2:42.47
6	Tiago Trindade Manuel	Juv	Palmela Desporto		2:52.38
7	Tiago Filipe Esteves	Jun	Naval Setubalense		2:53.22
8	Rafael Sergio Spac	Jun	Palmela Desporto		2:55.00