

Prova 1 Absolutos
25.01.2025 Resultados
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

Pontos: FINA 2022

Pos.	Ano	Clube	Tempo	Pts	
1.		Palmela Desporto	3:49.49	507	
	04	28.44	58.96	04	26.60
	00	28.54	58.40	03	26.81
		Andre Azevedo Baraona			55.93
		Rodrigo Beja Lopes			56.20
2.		Nacional de Natação	3:53.61	480	
	06	27.94	57.94	09	29.09
	08	29.58	59.98	06	26.71
		Bernardo Miguel Oliveira			59.85
		Joao Almeida Gomes			55.84
3.		AONDA - Azeitão	4:02.84	428	
	05	28.11	58.51	10	30.42
	09	28.69	1:00.27	08	27.82
		Afonso Daniel Carvalhas			1:04.61
		Rostislav Kozlov			59.45

Prova 2 Absolutos
25.01.2025 Resultados
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

Pontos: FINA 2022

Pos.	Nadador / Athlete	Ano/Yr	Clube / Club	Final	Pts	50m	100m	150m	200m
Juvenis									
1.	Joana Alexandra Silva	10	CPCD	2:21.04	478	32.25	35.57	37.55	35.67
2.	Maria Ines Fryxell	10	AONDA	2:22.90	459	32.71	36.00	37.08	37.11
3.	Maria Madalena Lucas	11	CNN	2:24.50	444	33.33	36.12	37.92	37.13
4.	Rita Mota Silva	10	PDEM	2:27.56	417	34.24	37.39	38.57	37.36
5.	Ana Filipa Serra	11	CPCD	2:31.40	386	33.95	37.54	40.00	39.91
6.	Mariana Chaves Simoes	10	CNN	2:33.80	368	35.87	38.12	40.59	39.22
7.	Nuria Cristina Pires	10	CFB	2:35.66	355	35.33	39.03	40.17	41.13
8.	Vitoria Alves Penedo	11	PDEM	2:39.99	327	37.14	41.57	41.96	39.32
9.	Joana Gato Costa	11	DRCN	2:43.77	305	37.45	42.11	42.85	41.36
10.	Konstans Georgieva Ivanova	11	PDEM	2:44.66	300	37.12	41.90	43.07	42.57
11.	Ana Francisca Santos	11	CNN	2:44.67	300	36.90	42.60	44.00	41.17
12.	Carolina Mendes Goncalves	11	CPCD	2:50.02	273	39.91	42.76	44.28	43.07
13.	Maria Rita Almeida	11	CNN	2:57.88	238	38.50	45.77	47.36	46.25
14.	Madalena Martins Santos	10	DRCN	2:58.54	235	40.22	45.11	46.61	46.60
DNS	Cloe Sempere	11	DRCN						

Juniores

1.	Beatriz Silva Jordao	09	CFB	2:18.25	507	32.14	34.53	35.23	36.35
2.	Joana Sofia Fernandes	09	CNN	2:20.56	483	33.13	36.15	35.43	35.85
3.	Margarida Faria Miranda	09	PDEM	2:24.61	443	33.31	36.90	37.35	37.05
4.	Ines Azevedo Baraona	07	PDEM	2:27.32	419	32.83	36.55	39.10	38.84
5.	Mafalda Sousa Mira	07	CNN	2:33.38	371	35.91	38.45	39.77	39.25
6.	Brigida Valentina Mateus	07	PDEM	2:33.73	369	34.06	38.76	41.06	39.85
7.	Beatriz Santos Goncalves	09	CNN	2:35.31	358	36.38	39.69	40.16	39.08
8.	Ines Trindade Dionisio	07	CNN	2:36.79	348	35.61	38.73	40.79	41.66
DNS	Alice Duarte Barreto	08	PDEM						

Prova 2, Femin., 200m Livres

Absolutos

1.	Beatriz Silva Jordao	09	CFB	2:18.25	507	32.14	34.53	35.23	36.35
2.	Joana Sofia Fernandes	09	CNN	2:20.56	483	33.13	36.15	35.43	35.85
3.	Joana Alexandra Silva	10	CPCD	2:21.04	478	32.25	35.57	37.55	35.67
4.	Maria Ines Fryxell	10	AONDA	2:22.90	459	32.71	36.00	37.08	37.11
5.	Maria Madalena Lucas	11	CNN	2:24.50	444	33.33	36.12	37.92	37.13
6.	Margarida Faria Miranda	09	PDEM	2:24.61	443	33.31	36.90	37.35	37.05
7.	Ines Azevedo Baraona	07	PDEM	2:27.32	419	32.83	36.55	39.10	38.84
8.	Rita Mota Silva	10	PDEM	2:27.56	417	34.24	37.39	38.57	37.36
9.	Ana Filipa Serra	11	CPCD	2:31.40	386	33.95	37.54	40.00	39.91
10.	Mafalda Sousa Mira	07	CNN	2:33.38	371	35.91	38.45	39.77	39.25
11.	Brigida Valentina Mateus	07	PDEM	2:33.73	369	34.06	38.76	41.06	39.85
12.	Mariana Chaves Simoes	10	CNN	2:33.80	368	35.87	38.12	40.59	39.22
13.	Beatriz Santos Goncalves	09	CNN	2:35.31	358	36.38	39.69	40.16	39.08
14.	Nuria Cristina Pires	10	CFB	2:35.66	355	35.33	39.03	40.17	41.13
15.	Ines Trindade Dionisio	07	CNN	2:36.79	348	35.61	38.73	40.79	41.66
16.	Vitoria Alves Penedo	11	PDEM	2:39.99	327	37.14	41.57	41.96	39.32
17.	Joana Gato Costa	11	DRCN	2:43.77	305	37.45	42.11	42.85	41.36
18.	Konstansa Georgieva Ivanova	11	PDEM	2:44.66	300	37.12	41.90	43.07	42.57
19.	Ana Francisca Santos	11	CNN	2:44.67	300	36.90	42.60	44.00	41.17
20.	Carolina Mendes Goncalves	11	CPCD	2:50.02	273	39.91	42.76	44.28	43.07
21.	Maria Rita Almeida	11	CNN	2:57.88	238	38.50	45.77	47.36	46.25
22.	Madalena Martins Santos	10	DRCN	2:58.54	235	40.22	45.11	46.61	46.60
DNS	Cloe Sempere	11	DRCN						
DNS	Alice Duarte Barreto	08	PDEM						

Prova 3

Masc., 200m Costas

Absolutos

25.01.2025

Resultados

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 Janeiro	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

Pontos: FINA 2022

Pos.	Nadador / Athlete	Ano/Yr	Clube / Club	Final	Pts	50m	100m	150m	200m
------	-------------------	--------	--------------	-------	-----	-----	------	------	------

Juvenis

1.	Bernardo Miguel Oliveira	09	CNN	2:23.42	399	32.95	35.46	37.47	37.54
2.	Francisco Miguel Santos	09	CNN	2:37.76	300	35.62	39.59	41.49	41.06

Juniores

1.	Gabriel Martins Tusan	07	CPCD	2:18.25	446	30.60	34.02	36.62	37.01
2.	Jose Pedro Salvadinho	08	CNN	2:27.21	369	34.40	36.86	37.96	37.99
3.	Rostislav Kozlov	08	AONDA	2:44.55	264	36.35	42.02	43.90	42.28
DNS	Francisco Almeida Pereira	07	AONDA						

Seniores

1.	Goncalo Gomes Augusto	04	PDEM	2:27.70	365	33.43	36.95	39.25	38.07
----	-----------------------	----	------	----------------	-----	-------	-------	-------	-------

Prova 3, Masc., 200m Costas

Absolutos

1. Gabriel Martins Tusan	07	CPCD	2:18.25	446	30.60	34.02	36.62	37.01
2. Bernardo Miguel Oliveira	09	CNN	2:23.42	399	32.95	35.46	37.47	37.54
3. Jose Pedro Salvadinho	08	CNN	2:27.21	369	34.40	36.86	37.96	37.99
4. Goncalo Gomes Augusto	04	PDEM	2:27.70	365	33.43	36.95	39.25	38.07
5. Francisco Miguel Santos	09	CNN	2:37.76	300	35.62	39.59	41.49	41.06
6. Rostislav Kozlov	08	AONDA	2:44.55	264	36.35	42.02	43.90	42.28
DNS Francisco Almeida Pereira	07	AONDA						

Prova 4

25.01.2025

Femin., 100m Bruços

Absolutos

Resultados

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

Pontos: FINA 2022

Lugar	Nome do Nadador	Ano	Clube	Tempo Final	Pts	50m	100m
Juvenis							
1.	Sara Carvalho Rocha	11	CPCD - P�va Sta Iria	1:33.38	297	43.76	49.62
2.	Maria Leonor Estanislau	11	AONDA - Azeitão	1:33.68	294	43.73	49.95
3.	Raquel Silva Delgadinho	11	Palmela Desporto	1:34.45	287	44.01	50.44
4.	Maria Barafusta Afonso	10	Naval Setubalense	1:37.97	257	46.30	51.67
5.	Isabella Caterina Mejias	10	Os Belenenses	1:39.73	244	46.12	53.61
6.	Ana Carolina Alvares	10	Os Belenenses	1:40.43	239	48.34	52.09

Juniores

1.	Leonor Peso Parente	07	Palmela Desporto	1:16.92	532	35.69	41.23
2.	Matilde Lopes Fialho	09	Palmela Desporto	1:25.67	385	40.67	45.00
3.	Carolina Marques Madeira	09	Nacional de Nata�o	1:29.06	343	42.29	46.77
4.	Joana Loureiro Pimpao	09	Os Belenenses	1:40.69	237	47.19	53.50
DNS	Leticia Rodrigues Magalhaes	07	Despertarecorde				

Absolutos

1.	Leonor Peso Parente	07	Palmela Desporto	1:16.92	532	35.69	41.23
2.	Matilde Lopes Fialho	09	Palmela Desporto	1:25.67	385	40.67	45.00
3.	Carolina Marques Madeira	09	Nacional de Nata�o	1:29.06	343	42.29	46.77
4.	Sara Carvalho Rocha	11	CPCD - P�va Sta Iria	1:33.38	297	43.76	49.62
5.	Maria Leonor Estanislau	11	AONDA - Azeitão	1:33.68	294	43.73	49.95
6.	Raquel Silva Delgadinho	11	Palmela Desporto	1:34.45	287	44.01	50.44
7.	Maria Barafusta Afonso	10	Naval Setubalense	1:37.97	257	46.30	51.67
8.	Isabella Caterina Mejias	10	Os Belenenses	1:39.73	244	46.12	53.61
9.	Ana Carolina Alvares	10	Os Belenenses	1:40.43	239	48.34	52.09
10.	Joana Loureiro Pimpao	09	Os Belenenses	1:40.69	237	47.19	53.50
DNS	Leticia Rodrigues Magalhaes	07	Despertarecorde				

Prova 5	Masc., 200m Estilos				Absolutos
25.01.2025					Resultados
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

Pontos: FINA 2022

Pos.	Nadador / Athlete	Ano/Yr	Clube / Club	Final	Pts	50m	100m	150m	200m
Juvenis									
1.	Miguel Loucao Caxaria	09	PDEM	2:18.35	497	29.89	35.14	40.21	33.11
2.	Martim Marino Brilha	10	CFB	2:29.72	392	32.69	39.39	44.73	32.91
3.	Dinis Mileu Oliveira	10	AONDA	2:48.79	273	34.80	42.56	53.04	38.39
4.	Afonso Daniel Carvalhas	10	AONDA	2:50.79	264	35.11	43.20	51.76	40.72
DNS	Diogo Goncalves Pires	10	CFB						

Juniores

1.	Pedro Antonio Pinto	08	PDEM	2:26.38	420	29.68	37.64	43.14	35.92
2.	Tomas Moura Ramos	08	CFB	2:28.08	405	31.70	38.27	43.69	34.42
3.	Rafael Sergio Spac	07	PDEM	2:31.34	380	29.46	40.70	45.85	35.33
4.	Duarte Gomes Santos	08	DRCN	2:31.39	379	30.93	38.28	43.63	38.55
5.	Rodrigo Santos Perry	07	DRCN	2:33.29	365	32.19	40.24	43.02	37.84
6.	Ivan Kruchinin	08	CNS	2:35.59	349	33.65	38.81	48.71	34.42
7.	Tiago Filipe Esteves	08	CNS	2:42.73	305	33.60	43.87	46.22	39.04
DNS	Thomas Mouzinho Howard-Tripp	08	CFB						
DNS	Francisco Baiao Fernandes	07	PDEM						

Seniores

1.	Joao Almeida Gomes	06	CNN	2:15.81	526	29.58	35.18	40.45	30.60
2.	Bernardo Antunes Augusto	00	PDEM	2:23.56	445	29.11	39.37	41.87	33.21
3.	David Alexandre Fernandes	06	CNN	2:28.52	402	30.71	38.55	47.58	31.68
4.	Diogo Francisco Venceslau	06	PDEM	2:28.81	399	31.44	39.10	44.76	33.51
5.	Goncalo Pereira Gracioso	05	AONDA	2:30.04	390	28.66	39.24	46.19	35.95
6.	Lucas Ferreira Luis	06	CFB	2:39.31	325	32.53	38.79	49.76	38.23
7.	Francisco Silva Rafael	06	CFB	2:40.14	320	31.90	40.51	48.40	39.33

Absolutos

1.	Joao Almeida Gomes	06	CNN	2:15.81	526	29.58	35.18	40.45	30.60
2.	Miguel Loucao Caxaria	09	PDEM	2:18.35	497	29.89	35.14	40.21	33.11
3.	Bernardo Antunes Augusto	00	PDEM	2:23.56	445	29.11	39.37	41.87	33.21
4.	Pedro Antonio Pinto	08	PDEM	2:26.38	420	29.68	37.64	43.14	35.92
5.	Tomas Moura Ramos	08	CFB	2:28.08	405	31.70	38.27	43.69	34.42
6.	David Alexandre Fernandes	06	CNN	2:28.52	402	30.71	38.55	47.58	31.68
7.	Diogo Francisco Venceslau	06	PDEM	2:28.81	399	31.44	39.10	44.76	33.51
8.	Martim Marino Brilha	10	CFB	2:29.72	392	32.69	39.39	44.73	32.91
9.	Goncalo Pereira Gracioso	05	AONDA	2:30.04	390	28.66	39.24	46.19	35.95
10.	Rafael Sergio Spac	07	PDEM	2:31.34	380	29.46	40.70	45.85	35.33
11.	Duarte Gomes Santos	08	DRCN	2:31.39	379	30.93	38.28	43.63	38.55
12.	Rodrigo Santos Perry	07	DRCN	2:33.29	365	32.19	40.24	43.02	37.84
13.	Ivan Kruchinin	08	CNS	2:35.59	349	33.65	38.81	48.71	34.42
14.	Lucas Ferreira Luis	06	CFB	2:39.31	325	32.53	38.79	49.76	38.23
15.	Francisco Silva Rafael	06	CFB	2:40.14	320	31.90	40.51	48.40	39.33
16.	Tiago Filipe Esteves	08	CNS	2:42.73	305	33.60	43.87	46.22	39.04
17.	Dinis Mileu Oliveira	10	AONDA	2:48.79	273	34.80	42.56	53.04	38.39
18.	Afonso Daniel Carvalhas	10	AONDA	2:50.79	264	35.11	43.20	51.76	40.72

Resultados online: <http://anlisboa.pt/live>

Prova 5, Masc., 200m Estilos, Absolutos

Pos.	Nadador / Athlete	Ano/Yr	Clube / Club	Final	Pts	50m	100m	150m	200m
DNS	Thomas Mouzinho Howard-Tripp	08	CFB						
DNS	Diogo Goncalves Pires	10	CFB						
DNS	Francisco Baiao Fernandes	07	PDEM						

Prova 6

Femin., 100m Mariposa

Absolutos

25.01.2025

Resultados

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 Patrícia Miguel	POR	Penafiel	2004
Rec Nacional Absoluto	58.01	Mariana Pacheco Cunha	POR	Felgueiras	2023

Pontos: FINA 2022

Lugar	Nome do Nadador	Ano	Clube	Tempo Final	Pts	50m	100m
Juvenis							
1.	Rita Mota Silva	10	Palmela Desporto	1:21.61	299	35.91	45.70
2.	Alice Martins Paiva	11	Palmela Desporto	1:23.85	275	39.83	44.02
3.	Raquel Silva Delgadinho	11	Palmela Desporto	1:25.83	257	38.53	47.30
4.	Maria Ines Fryxell	10	AONDA - Azeitão	1:26.19	254	39.02	47.17
5.	Maria Madalena Lucas	11	Nacional de Nata�o	1:26.85	248	39.80	47.05
6.	Leticia Coelho Silva	11	Os Belenenses	1:28.33	236	39.14	49.19

Juniores

1.	Joana Sofia Fernandes	09	Nacional de Nata�o	1:07.96	518	31.23	36.73
2.	Leonor Peso Parente	07	Palmela Desporto	1:09.22	490	32.08	37.14
3.	Carolina Marques Madeira	09	Nacional de Nata�o	1:10.68	460	32.95	37.73
4.	Sara Sofia Alves	07	Palmela Desporto	1:13.14	415	33.24	39.90
5.	Ines Azevedo Baraona	07	Palmela Desporto	1:15.00	385	34.38	40.62
6.	Beatriz Alexandra Rolim	08	Palmela Desporto	1:15.86	372	34.56	41.30
7.	Rita Gato Costa	08	Despertarecorde	1:22.58	288	36.78	45.80
8.	Ines Trindade Dionisio	07	Nacional de Nata�o	1:27.96	239	38.55	49.41

Absolutos

1.	Joana Sofia Fernandes	09	Nacional de Nata�o	1:07.96	518	31.23	36.73
2.	Leonor Peso Parente	07	Palmela Desporto	1:09.22	490	32.08	37.14
3.	Carolina Marques Madeira	09	Nacional de Nata�o	1:10.68	460	32.95	37.73
4.	Sara Sofia Alves	07	Palmela Desporto	1:13.14	415	33.24	39.90
5.	Ines Azevedo Baraona	07	Palmela Desporto	1:15.00	385	34.38	40.62
6.	Beatriz Alexandra Rolim	08	Palmela Desporto	1:15.86	372	34.56	41.30
7.	Rita Mota Silva	10	Palmela Desporto	1:21.61	299	35.91	45.70
8.	Rita Gato Costa	08	Despertarecorde	1:22.58	288	36.78	45.80
9.	Alice Martins Paiva	11	Palmela Desporto	1:23.85	275	39.83	44.02
10.	Raquel Silva Delgadinho	11	Palmela Desporto	1:25.83	257	38.53	47.30
11.	Maria Ines Fryxell	10	AONDA - Azeitão	1:26.19	254	39.02	47.17
12.	Maria Madalena Lucas	11	Nacional de Nata�o	1:26.85	248	39.80	47.05
13.	Ines Trindade Dionisio	07	Nacional de Nata�o	1:27.96	239	38.55	49.41
14.	Leticia Coelho Silva	11	Os Belenenses	1:28.33	236	39.14	49.19

Prova 7	Masc., 400m Livres				Absolutos
25.01.2025					Resultados
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

Pontos: FINA 2022

Pos.	Nadador / Athlete	Ano/Yr	Clube / Club	Final	Pts	100m	200m	300m	400m
Juvenis									
1.	Rodrigo Duarte Narigueta	09	PDEM	4:34.07	464	1:05.38	1:08.95	1:09.81	1:09.93
2.	Tiago Trindade Manuel	09	PDEM	4:41.01	430	1:06.81	1:12.90	1:12.47	1:08.83
3.	Bernardo Miguel Oliveira	09	CNN	4:41.69	427	1:06.81	1:12.03	1:11.69	1:11.16
4.	Miguel Loucao Caxaria	09	PDEM	4:42.17	425	1:06.77	1:13.46	1:13.03	1:08.91
5.	Miguel Filipe Medronheira	09	PDEM	4:42.95	422	1:07.97	1:11.76	1:11.91	1:11.31
6.	Martim Abalada Vilaca	09	AONDA	4:47.64	401	1:06.45	1:13.45	1:14.50	1:13.24
7.	Andrey Ponomarov	10	CPCD	4:51.34	386	1:08.38	1:15.14	1:14.83	1:12.99
8.	Simao Cruz Trindade	10	CNS	5:18.30	296	1:13.51	1:20.07	1:21.70	1:23.02
DNS	Francisco Miguel Santos	09	CNN						

Juniores

1.	Jose Guilherme Lopes	07	CPCD	4:22.96	525	1:00.84	1:07.15	1:07.96	1:07.01
2.	Tomas Moura Ramos	08	CFB	4:46.16	408	1:07.56	1:12.67	1:13.58	1:12.35
3.	Pedro Antonio Pinto	08	PDEM	4:49.88	392	1:07.72	1:13.88	1:14.82	1:13.46
4.	Bruno Miguel Amaro	07	CFB	4:50.23	391	1:07.07	1:13.88	1:14.83	1:14.45
5.	Afonso Oliveira Diniz	08	CFB	4:53.26	379	1:08.22	1:14.24	1:15.35	1:15.45
DNS	Rafael Piedade Quaresma	07	PDEM						

Seniores

1.	Rodrigo Beja Lopes	03	PDEM	4:21.79	532	1:00.91	1:08.48	1:09.94	1:02.46
2.	Diogo Morgado Figueira	06	CPCD	4:22.08	531	1:01.00	1:07.03	1:07.20	1:06.85
3.	Rafael Caceres Lopes	04	DRCN	4:36.26	453	1:05.06	1:10.19	1:11.28	1:09.73
4.	Rafael Goncalves Sousa	99	CPCD	4:46.09	408	1:08.52	1:15.01	1:12.63	1:09.93
5.	Rodrigo Rosa Fernandes	02	CPCD	4:51.47	386	1:06.18	1:14.75	1:15.99	1:14.55

Absolutos

1.	Rodrigo Beja Lopes	03	PDEM	4:21.79	532	1:00.91	1:08.48	1:09.94	1:02.46
2.	Diogo Morgado Figueira	06	CPCD	4:22.08	531	1:01.00	1:07.03	1:07.20	1:06.85
3.	Jose Guilherme Lopes	07	CPCD	4:22.96	525	1:00.84	1:07.15	1:07.96	1:07.01
4.	Rodrigo Duarte Narigueta	09	PDEM	4:34.07	464	1:05.38	1:08.95	1:09.81	1:09.93
5.	Rafael Caceres Lopes	04	DRCN	4:36.26	453	1:05.06	1:10.19	1:11.28	1:09.73
6.	Tiago Trindade Manuel	09	PDEM	4:41.01	430	1:06.81	1:12.90	1:12.47	1:08.83
7.	Bernardo Miguel Oliveira	09	CNN	4:41.69	427	1:06.81	1:12.03	1:11.69	1:11.16
8.	Miguel Loucao Caxaria	09	PDEM	4:42.17	425	1:06.77	1:13.46	1:13.03	1:08.91
9.	Miguel Filipe Medronheira	09	PDEM	4:42.95	422	1:07.97	1:11.76	1:11.91	1:11.31
10.	Rafael Goncalves Sousa	99	CPCD	4:46.09	408	1:08.52	1:15.01	1:12.63	1:09.93
11.	Tomas Moura Ramos	08	CFB	4:46.16	408	1:07.56	1:12.67	1:13.58	1:12.35
12.	Martim Abalada Vilaca	09	AONDA	4:47.64	401	1:06.45	1:13.45	1:14.50	1:13.24
13.	Pedro Antonio Pinto	08	PDEM	4:49.88	392	1:07.72	1:13.88	1:14.82	1:13.46
14.	Bruno Miguel Amaro	07	CFB	4:50.23	391	1:07.07	1:13.88	1:14.83	1:14.45
15.	Andrey Ponomarov	10	CPCD	4:51.34	386	1:08.38	1:15.14	1:14.83	1:12.99
16.	Rodrigo Rosa Fernandes	02	CPCD	4:51.47	386	1:06.18	1:14.75	1:15.99	1:14.55
17.	Afonso Oliveira Diniz	08	CFB	4:53.26	379	1:08.22	1:14.24	1:15.35	1:15.45
18.	Simao Cruz Trindade	10	CNS	5:18.30	296	1:13.51	1:20.07	1:21.70	1:23.02
DNS	Francisco Miguel Santos	09	CNN						

Resultados online: <http://anlisboa.pt/live>

Prova 7, Masc., 400m Livres, Absolutos

Pos.	Nadador / Athlete	Ano/Yr	Clube / Club	Final	Pts	100m	200m	300m	400m
DNS	Rafael Piedade Quaresma	07	PDEM						

Prova 8

Femin., 100m Livres

Absolutos

25.01.2025

Resultados

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	Ema Jeronimo Conceicao	POR	Felgueiras	2023

Pontos: FINA 2022

Lugar	Nome do Nadador	Ano	Clube	Tempo Final	Pts	50m	100m
Juvenis							
1.	Joana Alexandra Silva	10	CPCD - P�va Sta Iria	1:05.08	460	31.54	33.54
2.	Ana Filipa Serra	11	CPCD - P�va Sta Iria	1:09.85	372	33.12	36.73
3.	Nuria Cristina Pires	10	Os Belenenses	1:11.28	350	33.56	37.72
4.	Leonor Coelho Silva	11	Os Belenenses	1:11.77	343	33.77	38.00
5.	Vitoria Alves Penedo	11	Palmela Desporto	1:12.61	331	35.30	37.31
6.	Maria Barafusta Afonso	10	Naval Setubalense	1:13.20	323	36.21	36.99
7.	Leticia Coelho Silva	11	Os Belenenses	1:15.54	294	36.68	38.86
8.	Rafaela Sofia Silva	10	CPCD - P�va Sta Iria	1:16.52	283	34.66	41.86
9.	Ana Carolina Alvares	10	Os Belenenses	1:17.60	271	37.55	40.05
10.	Konstansa Georgieva Ivanova	11	Palmela Desporto	1:19.35	253	37.71	41.64

Juniores

1.	Matilde Lopes Fialho	09	Palmela Desporto	1:03.23	501	30.64	32.59
2.	Beatriz Silva Jordao	09	Os Belenenses	1:03.79	488	30.38	33.41
3.	Brigida Valentina Mateus	07	Palmela Desporto	1:09.04	385	33.33	35.71
4.	Matilde Nunes Ribeiro	07	Despertarecorde	1:12.03	339	33.66	38.37
5.	Beatriz Santos Goncalves	09	Nacional de Nata�o	1:13.40	320	35.72	37.68
6.	Sofia Goncalves Raposo	07	Palmela Desporto	1:14.84	302	35.52	39.32
7.	Joana Loureiro Pimpao	09	Os Belenenses	1:19.26	254	38.96	40.30
8.	Leonor Barros Marques	09	CPCD - P�va Sta Iria	1:21.95	230	38.53	43.42
DNS	Mariana Filipa Guedes	08	CPCD - P�va Sta Iria				
DNS	Eduarda Sampaio Tavares	09	CPCD - P�va Sta Iria				
DNS	Alice Duarte Barreto	08	Palmela Desporto				

Seniores

1.	Mafalda Mourao Lopes	06	CPCD - P�va Sta Iria	1:09.21	382	33.06	36.15
2.	Ines Jesus Anastacio	04	CPCD - P�va Sta Iria	1:10.85	356	33.49	37.36
3.	Inga Vitorino Carvalho	06	CPCD - P�va Sta Iria	1:11.55	346	33.56	37.99
4.	Maria Estela Coimbra	01	Nacional de Nata�o	1:13.27	322	34.99	38.28
5.	Mariana Realista Silva	06	AONDA - Azeitão	1:19.63	251	37.84	41.79
6.	Andreia Filipa Fernandes	02	CPCD - P�va Sta Iria	1:24.76	208	40.19	44.57

Absolutos

1.	Matilde Lopes Fialho	09	Palmela Desporto	1:03.23	501	30.64	32.59
2.	Beatriz Silva Jordao	09	Os Belenenses	1:03.79	488	30.38	33.41
3.	Joana Alexandra Silva	10	CPCD - P�va Sta Iria	1:05.08	460	31.54	33.54
4.	Brigida Valentina Mateus	07	Palmela Desporto	1:09.04	385	33.33	35.71
5.	Mafalda Mourao Lopes	06	CPCD - P�va Sta Iria	1:09.21	382	33.06	36.15
6.	Ana Filipa Serra	11	CPCD - P�va Sta Iria	1:09.85	372	33.12	36.73
7.	Ines Jesus Anastacio	04	CPCD - P�va Sta Iria	1:10.85	356	33.49	37.36
8.	Nuria Cristina Pires	10	Os Belenenses	1:11.28	350	33.56	37.72
9.	Inga Vitorino Carvalho	06	CPCD - P�va Sta Iria	1:11.55	346	33.56	37.99

Prova 8, Femin., 100m Livres, Absolutos

Lugar	Nome do Nadador	Ano	Clube	Tempo Final	Pts	50m	100m
10.	Leonor Coelho Silva	11	Os Belenenses	1:11.77	343	33.77	38.00
11.	Matilde Nunes Ribeiro	07	Despertarecorde	1:12.03	339	33.66	38.37
12.	Vitoria Alves Penedo	11	Palmela Desporto	1:12.61	331	35.30	37.31
13.	Maria Barafusta Afonso	10	Naval Setubalense	1:13.20	323	36.21	36.99
14.	Maria Estela Coimbra	01	Nacional de Natação	1:13.27	322	34.99	38.28
15.	Beatriz Santos Goncalves	09	Nacional de Natação	1:13.40	320	35.72	37.68
16.	Sofia Goncalves Raposo	07	Palmela Desporto	1:14.84	302	35.52	39.32
17.	Leticia Coelho Silva	11	Os Belenenses	1:15.54	294	36.68	38.86
18.	Rafaela Sofia Silva	10	CPCD - P�va Sta Iria	1:16.52	283	34.66	41.86
19.	Ana Carolina Alvares	10	Os Belenenses	1:17.60	271	37.55	40.05
20.	Joana Loureiro Pimpao	09	Os Belenenses	1:19.26	254	38.96	40.30
21.	Konstansa Georgieva Ivanova	11	Palmela Desporto	1:19.35	253	37.71	41.64
22.	Mariana Realista Silva	06	AONDA - Azeitão	1:19.63	251	37.84	41.79
23.	Leonor Barros Marques	09	CPCD - P�va Sta Iria	1:21.95	230	38.53	43.42
24.	Andreia Filipa Fernandes	02	CPCD - P�va Sta Iria	1:24.76	208	40.19	44.57
DNS	Mariana Filipa Guedes	08	CPCD - P�va Sta Iria				
DNS	Eduarda Sampaio Tavares	09	CPCD - P�va Sta Iria				
DNS	Alice Duarte Barreto	08	Palmela Desporto				

Prova 9 Masc., 100m Costas Absolutos Resultados

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

Pontos: FINA 2022

Lugar	Nome do Nadador	Ano	Clube	Tempo Final	Pts	50m	100m
Juvenis							
1.	Santiago Castanheira Martins	09	CPCD - P�va Sta Iria	1:10.09	327	33.79	36.30
2.	Martim Marino Brilha	10	Os Belenenses	1:11.31	311	34.83	36.48
3.	Martim Abalada Vilaca	09	AONDA - Azeitão	1:14.51	272	35.09	39.42
4.	Ivo Faia Pinto	10	AONDA - Azeitão	1:18.02	237	37.58	40.44
5.	Dinis Mileu Oliveira	10	AONDA - Azeitão	1:18.86	230	37.47	41.39
6.	Afonso Daniel Carvalhas	10	AONDA - Azeitão	1:21.85	205	38.62	43.23
7.	Salvador Peixito Correia	10	AONDA - Azeitão	1:25.16	182	41.95	43.21
DNS	Diogo Goncalves Pires	10	Os Belenenses				

Juniores

1.	Gabriel Martins Tusan	07	CPCD - P�va Sta Iria	1:02.89	453	30.32	32.57
2.	Duarte Gomes Santos	08	Despertarecorde	1:06.24	388	31.90	34.34
3.	Jose Pedro Salvadinho	08	Nacional de Natação	1:07.37	369	32.75	34.62
4.	Pedro Henrique Santos	08	CPCD - P�va Sta Iria	1:08.86	345	32.61	36.25
5.	Ivan Kruchinin	08	Naval Setubalense	1:10.65	320	34.29	36.36
6.	Miguel Alexandre Ferreira	07	CPCD - P�va Sta Iria	1:11.69	306	34.43	37.26
7.	Rafael Sousa Prates	07	CPCD - P�va Sta Iria	1:17.12	246	36.48	40.64
8.	Tiago Filipe Esteves	08	Naval Setubalense	1:18.55	232	38.19	40.36
9.	Luis Paulo Neves	07	AONDA - Azeitão	1:22.32	202	39.68	42.64
DNS	T. Howard-Tripp	08	Os Belenenses				
DNS	Francisco Baiao Fernandes	07	Palmela Desporto				

Prova 9, Masc., 100m Costas

Seniores

1.	Andre Azevedo Baraona	04	Palmela Desporto	1:00.75	503	29.51	31.24
2.	Tiago Nunes Silva	06	CPCD - P�va Sta Iria	1:08.91	344	33.10	35.81
3.	David Alexandre Fernandes	06	Nacional de Nata�o	1:10.96	315	33.77	37.19
4.	Diogo Francisco Venceslau	06	Palmela Desporto	1:11.20	312	34.87	36.33
5.	Lucas Ferreira Luis	06	Os Belenenses	1:13.34	286	35.41	37.93

Absolutos

1.	Andre Azevedo Baraona	04	Palmela Desporto	1:00.75	503	29.51	31.24
2.	Gabriel Martins Tusan	07	CPCD - P�va Sta Iria	1:02.89	453	30.32	32.57
3.	Duarte Gomes Santos	08	Despertarecorde	1:06.24	388	31.90	34.34
4.	Jose Pedro Salvadinho	08	Nacional de Nata�o	1:07.37	369	32.75	34.62
5.	Pedro Henrique Santos	08	CPCD - P�va Sta Iria	1:08.86	345	32.61	36.25
6.	Tiago Nunes Silva	06	CPCD - P�va Sta Iria	1:08.91	344	33.10	35.81
7.	Santiago Castanheira Martins	09	CPCD - P�va Sta Iria	1:10.09	327	33.79	36.30
8.	Ivan Kruchinin	08	Naval Setubalense	1:10.65	320	34.29	36.36
9.	David Alexandre Fernandes	06	Nacional de Nata�o	1:10.96	315	33.77	37.19
10.	Diogo Francisco Venceslau	06	Palmela Desporto	1:11.20	312	34.87	36.33
11.	Martim Marino Brilha	10	Os Belenenses	1:11.31	311	34.83	36.48
12.	Miguel Alexandre Ferreira	07	CPCD - P�va Sta Iria	1:11.69	306	34.43	37.26
13.	Lucas Ferreira Luis	06	Os Belenenses	1:13.34	286	35.41	37.93
14.	Martim Abalada Vilaca	09	AONDA - Azeitão	1:14.51	272	35.09	39.42
15.	Rafael Sousa Prates	07	CPCD - P�va Sta Iria	1:17.12	246	36.48	40.64
16.	Ivo Faia Pinto	10	AONDA - Azeitão	1:18.02	237	37.58	40.44
17.	Tiago Filipe Esteves	08	Naval Setubalense	1:18.55	232	38.19	40.36
18.	Dinis Mileu Oliveira	10	AONDA - Azeitão	1:18.86	230	37.47	41.39
19.	Afonso Daniel Carvalhas	10	AONDA - Azeitão	1:21.85	205	38.62	43.23
20.	Luis Paulo Neves	07	AONDA - Azeitão	1:22.32	202	39.68	42.64
21.	Salvador Peixito Correia	10	AONDA - Azeitão	1:25.16	182	41.95	43.21
DNS	T. Howard-Tripp	08	Os Belenenses				
DNS	Diogo Goncalves Pires	10	Os Belenenses				
DNS	Francisco Baiao Fernandes	07	Palmela Desporto				

Prova 10 25.01.2025

Femin., 200m Bruços

Absolutos Resultados

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

Pontos: FINA 2022

Pos.	Nadador / Athlete	Ano/Yr	Clube / Club	Final	Pts	50m	100m	150m	200m
Juvenis									
1.	Alice Martins Paiva	11	PDEM	3:07.45	369	42.56	48.24	48.33	48.32
2.	Maria Leonor Estanislau	11	AONDA	3:19.26	308	45.33	51.26	51.59	51.08
3.	Isabella Caterina Mejias	10	CFB	3:42.72	220	50.16	56.39	58.34	57.83

Juniores

1.	Beatriz Ferreira Batista	09	CPCD	2:51.69	481	37.71	43.57	45.17	45.24
2.	Sara Sofia Alves	07	PDEM	2:59.68	420	41.58	45.54	46.40	46.16
3.	Beatriz Alexandra Rolim	08	PDEM	3:09.93	355	42.91	48.55	50.35	48.12
4.	Joana Melo Gaspar	09	CNN	3:14.09	333	44.03	49.62	50.87	49.57
5.	Mafalda Sousa Mira	07	CNN	3:21.83	296	47.86	51.22	51.25	51.50
DNS	Leticia Rodrigues Magalhaes	07	DRCN						

Prova 10, Femin., 200m Bruços

Absolutos

1.	Beatriz Ferreira Batista	09	CPCD	2:51.69	481	37.71	43.57	45.17	45.24
2.	Sara Sofia Alves	07	PDEM	2:59.68	420	41.58	45.54	46.40	46.16
3.	Alice Martins Paiva	11	PDEM	3:07.45	369	42.56	48.24	48.33	48.32
4.	Beatriz Alexandra Rolim	08	PDEM	3:09.93	355	42.91	48.55	50.35	48.12
5.	Joana Melo Gaspar	09	CNN	3:14.09	333	44.03	49.62	50.87	49.57
6.	Maria Leonor Estanislau	11	AONDA	3:19.26	308	45.33	51.26	51.59	51.08
7.	Mafalda Sousa Mira	07	CNN	3:21.83	296	47.86	51.22	51.25	51.50
8.	Isabella Caterina Mejias	10	CFB	3:42.72	220	50.16	56.39	58.34	57.83
DNS	Leticia Rodrigues Magalhaes	07	DRCN						

Prova 11 26.01.2025

Femin., 4 x 100m Livres

Absolutos Resultados

Rec Nacional Absoluto	3:44.99	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita	POR	Porto	2010
-----------------------	---------	-----------------------------------	-----	-------	------

Pontos: FINA 2022

Pos.	Ano	Clube	Tempo	Pts	
1.		Palmela Desporto	4:08.55	573	
	09	30.58 1:03.72		07	29.05 1:00.65
	07	30.40 1:03.73		07	28.69 1:00.45
		Sara Sofia Alves			
		Leonor Peso Parente			
2.		Nacional de Nataçã	4:18.76	508	
	09	30.12 1:02.58		09	31.58 1:06.04
	11	30.83 1:04.90		09	29.77 1:05.24
		Joana Melo Gaspar			
		Joana Sofia Fernandes			
EXH		Nacional de Nataçã	4:42.87	389	
	07	33.86 1:11.86		09	33.21 1:10.17
	10	34.18 1:10.70		07	33.27 1:10.14
		Beatriz Santos Goncalves			
		Mafalda Sousa Mira			

Prova 12 26.01.2025

Masc., 200m Livres

Absolutos Resultados

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 Antº 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

Pontos: FINA 2022

Pos.	Nadador / Athlete	Ano/Y	Clube / Club	Final	Pts	50m	100m	150m	200m
Juvenis									
1.	Rafael Lin Moniz	09	CNS	2:02.20	537	27.91	30.79	31.87	31.63
2.	Miguel Loucao Caxaria	09	PDEM	2:04.07	513	28.57	30.56	32.19	32.75
3.	Afonso Santos Carromeu	09	CNS	2:11.16	434	30.84	33.37	33.96	32.99
4.	Rodrigo Duarte Narigueta	09	PDEM	2:13.01	416	30.33	33.43	34.62	34.63
5.	Miguel Filipe Medronheira	09	PDEM	2:14.25	405	30.51	33.81	35.03	34.90
6.	Andrey Ponomarov	10	CPCD	2:19.90	358	32.16	34.89	36.67	36.18
7.	Francisco Miguel Santos	09	CNN	2:21.14	348	31.21	36.31	37.81	35.81
8.	Simao Cruz Trindade	10	CNS	2:28.36	300	33.41	37.35	39.49	38.11
DNS	Diogo Goncalves Pires	10	CFB						

Prova 12, Masc., 200m Livres

Juniores

1.	Jose Guilherme Lopes	07	CPCD	2:02.32	536	28.39	30.33	31.55	32.05
2.	Jose Pedro Salvadinho	08	CNN	2:11.05	435	30.77	33.58	32.72	33.98
3.	Afonso Oliveira Diniz	08	CFB	2:12.17	424	30.33	32.24	34.43	35.17
4.	Tomas Moura Ramos	08	CFB	2:13.05	416	30.63	32.80	34.42	35.20
5.	Rostislav Kozlov	08	AONDA	2:14.01	407	30.76	34.81	35.27	33.17
6.	Bruno Miguel Amaro	07	CFB	2:14.27	405	30.05	32.50	35.22	36.50
DNS	Francisco Almeida Pereira	07	AONDA						
DNS	Rafael Piedade Quaresma	07	PDEM						
DNS	Francisco Baiao Fernandes	07	PDEM						

Seniores

1.	Rodrigo Beja Lopes	03	PDEM	1:58.68	586	26.55	29.39	31.65	31.09
2.	Andre Azevedo Baraona	04	PDEM	1:59.84	570	27.84	30.83	30.80	30.37
3.	Goncalo Gomes Augusto	04	PDEM	2:11.84	428	30.38	33.90	34.51	33.05
4.	Rafael Caceres Lopes	04	DRCN	2:12.75	419	30.27	33.86	34.56	34.06
5.	Lucas Ferreira Luis	06	CFB	2:21.72	344	32.20	35.16	37.17	37.19
6.	Francisco Silva Rafael	06	CFB	2:22.01	342	32.34	34.91	37.27	37.49

Absolutos

1.	Rodrigo Beja Lopes	03	PDEM	1:58.68	586	26.55	29.39	31.65	31.09
2.	Andre Azevedo Baraona	04	PDEM	1:59.84	570	27.84	30.83	30.80	30.37
3.	Rafael Lin Moniz	09	CNS	2:02.20	537	27.91	30.79	31.87	31.63
4.	Jose Guilherme Lopes	07	CPCD	2:02.32	536	28.39	30.33	31.55	32.05
5.	Miguel Loucao Caxaria	09	PDEM	2:04.07	513	28.57	30.56	32.19	32.75
6.	Jose Pedro Salvadinho	08	CNN	2:11.05	435	30.77	33.58	32.72	33.98
7.	Afonso Santos Carromeu	09	CNS	2:11.16	434	30.84	33.37	33.96	32.99
8.	Goncalo Gomes Augusto	04	PDEM	2:11.84	428	30.38	33.90	34.51	33.05
9.	Afonso Oliveira Diniz	08	CFB	2:12.17	424	30.33	32.24	34.43	35.17
10.	Rafael Caceres Lopes	04	DRCN	2:12.75	419	30.27	33.86	34.56	34.06
11.	Rodrigo Duarte Narigueta	09	PDEM	2:13.01	416	30.33	33.43	34.62	34.63
12.	Tomas Moura Ramos	08	CFB	2:13.05	416	30.63	32.80	34.42	35.20
13.	Rostislav Kozlov	08	AONDA	2:14.01	407	30.76	34.81	35.27	33.17
14.	Miguel Filipe Medronheira	09	PDEM	2:14.25	405	30.51	33.81	35.03	34.90
15.	Bruno Miguel Amaro	07	CFB	2:14.27	405	30.05	32.50	35.22	36.50
16.	Andrey Ponomarov	10	CPCD	2:19.90	358	32.16	34.89	36.67	36.18
17.	Francisco Miguel Santos	09	CNN	2:21.14	348	31.21	36.31	37.81	35.81
18.	Lucas Ferreira Luis	06	CFB	2:21.72	344	32.20	35.16	37.17	37.19
19.	Francisco Silva Rafael	06	CFB	2:22.01	342	32.34	34.91	37.27	37.49
20.	Simao Cruz Trindade	10	CNS	2:28.36	300	33.41	37.35	39.49	38.11
DNS	Francisco Almeida Pereira	07	AONDA						
DNS	Diogo Goncalves Pires	10	CFB						
DNS	Rafael Piedade Quaresma	07	PDEM						
DNS	Francisco Baiao Fernandes	07	PDEM						

Prova 13	Femin., 200m Costas				Absolutos
26.01.2025					Resultados
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

Pontos: FINA 2022

Pos.	Nadador / Athlete	Ano/Yr	Clube / Club	Final	Pts	50m	100m	150m	200m
Juvenis									
1.	Rita Canas Brito	10	CNS	2:38.45	422	37.47	40.52	40.84	39.62
2.	Luisa Anjos Frischknecht	10	CNS	2:42.24	394	37.32	41.62	41.82	41.48
3.	Carolina Sofia Martins	10	CNS	2:45.12	373	37.51	42.62	43.77	41.22
4.	Leonor Coelho Silva	11	CFB	2:46.46	364	39.10	42.16	42.96	42.24
5.	Rafaela Marreiros Oliveira	11	PDEM	2:46.70	363	39.49	42.01	42.38	42.82
6.	Mariana Chaves Simoes	10	CNN	2:49.19	347	40.22	43.98	43.23	41.76
7.	Maria Barafusta Afonso	10	CNS	2:49.98	342	40.31	42.87	44.27	42.53
8.	Vitoria Alves Penedo	11	PDEM	2:51.07	336	40.66	43.73	44.28	42.40
9.	Konstansa Georgieva Ivanova	11	PDEM	2:56.67	305	41.20	44.20	46.13	45.14
10.	Maria Leonor Estanislau	11	AONDA	3:00.54	285	41.73	45.82	46.92	46.07

Juniores

1.	Leonor Peso Parente	07	PDEM	2:28.63	512	34.47	38.11	38.66	37.39
2.	Joana Sofia Fernandes	09	CNN	2:30.77	490	35.65	38.11	39.05	37.96
3.	Beatriz Ferreira Batista	09	CPCD	2:35.44	448	35.99	39.04	40.58	39.83
4.	Leonor Carvalho Oliveira	07	CNS	2:39.51	414	36.93	40.04	41.59	40.95
5.	Margarida Santos Botelho	07	CNS	2:39.79	412	37.39	40.50	41.04	40.86
6.	Ana Kostenko	09	CNS	2:46.93	361	38.51	42.13	43.18	43.11
7.	Rita Gato Costa	08	DRCN	2:47.41	358	37.53	42.94	44.62	42.32
8.	Sofia Goncalves Raposo	07	PDEM	2:54.67	315	40.26	44.17	45.81	44.43
DNS	Leticia Rodrigues Magalhaes	07	DRCN						

Absolutos

1.	Leonor Peso Parente	07	PDEM	2:28.63	512	34.47	38.11	38.66	37.39
2.	Joana Sofia Fernandes	09	CNN	2:30.77	490	35.65	38.11	39.05	37.96
3.	Beatriz Ferreira Batista	09	CPCD	2:35.44	448	35.99	39.04	40.58	39.83
4.	Rita Canas Brito	10	CNS	2:38.45	422	37.47	40.52	40.84	39.62
5.	Leonor Carvalho Oliveira	07	CNS	2:39.51	414	36.93	40.04	41.59	40.95
6.	Margarida Santos Botelho	07	CNS	2:39.79	412	37.39	40.50	41.04	40.86
7.	Luisa Anjos Frischknecht	10	CNS	2:42.24	394	37.32	41.62	41.82	41.48
8.	Carolina Sofia Martins	10	CNS	2:45.12	373	37.51	42.62	43.77	41.22
9.	Leonor Coelho Silva	11	CFB	2:46.46	364	39.10	42.16	42.96	42.24
10.	Rafaela Marreiros Oliveira	11	PDEM	2:46.70	363	39.49	42.01	42.38	42.82
11.	Ana Kostenko	09	CNS	2:46.93	361	38.51	42.13	43.18	43.11
12.	Rita Gato Costa	08	DRCN	2:47.41	358	37.53	42.94	44.62	42.32
13.	Mariana Chaves Simoes	10	CNN	2:49.19	347	40.22	43.98	43.23	41.76
14.	Maria Barafusta Afonso	10	CNS	2:49.98	342	40.31	42.87	44.27	42.53
15.	Vitoria Alves Penedo	11	PDEM	2:51.07	336	40.66	43.73	44.28	42.40
16.	Sofia Goncalves Raposo	07	PDEM	2:54.67	315	40.26	44.17	45.81	44.43
17.	Konstansa Georgieva Ivanova	11	PDEM	2:56.67	305	41.20	44.20	46.13	45.14
18.	Maria Leonor Estanislau	11	AONDA	3:00.54	285	41.73	45.82	46.92	46.07
DNS	Leticia Rodrigues Magalhaes	07	DRCN						

Prova 14	Masc., 100m Bruços				Absolutos
26.01.2025					Resultados
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

Pontos: FINA 2022

Lugar	Nome do Nadador	Ano	Clube	Tempo Final	Pts	50m	100m
Juvenis							
1.	Tiago Trindade Manuel	09	Palmela Desporto	1:17.54	362	36.16	41.38
2.	Bernardo Miguel Oliveira	09	Nacional de Natação	1:23.97	285	40.26	43.71
3.	Salvador Peixito Correia	10	AONDA - Azeitão	1:30.00	231	42.56	47.44
DSQ	Ivo Faia Pinto	10	AONDA - Azeitão				
	<i>B32 - Toque não simultâneo das mãos na parede testa na viragem aos 25 metros (ii.7.6)</i>						

Juniores

1.	Rodrigo Santos Perry	07	Despertarecorde	1:12.27	447	34.30	37.97
2.	Goncalo Miguel Carneiro	07	CPCD - P�va Sta Iria	1:16.24	381	35.77	40.47
3.	Tiago Filipe Esteves	08	Naval Setubalense	1:17.16	367	35.73	41.43
4.	Pedro Antonio Pinto	08	Palmela Desporto	1:18.73	346	37.68	41.05
5.	Luis Paulo Neves	07	AONDA - Azeitão	1:22.96	295	38.37	44.59
DSQ	Ivan Kruchinin	08	Naval Setubalense				
	<i>B4 - Efetuou múltiplas pernadas de golfinho após a partida (ii.7.1)</i>						
DNS	T. Howard-Tripp	08	Os Belenenses				

Seniores

1.	Bernardo Antunes Augusto	00	Palmela Desporto	1:11.10	469	33.41	37.69
2.	Joao Almeida Gomes	06	Nacional de Natação	1:12.45	444	35.11	37.34
3.	Diogo Francisco Venceslau	06	Palmela Desporto	1:18.09	354	37.18	40.91
4.	Goncalo Ramos Costa	05	CPCD - P�va Sta Iria	1:18.22	352	34.63	43.59
DNS	Rui Miguel Correia	96	Palmela Desporto				

Absolutos

1.	Bernardo Antunes Augusto	00	Palmela Desporto	1:11.10	469	33.41	37.69
2.	Rodrigo Santos Perry	07	Despertarecorde	1:12.27	447	34.30	37.97
3.	Joao Almeida Gomes	06	Nacional de Natação	1:12.45	444	35.11	37.34
4.	Goncalo Miguel Carneiro	07	CPCD - P�va Sta Iria	1:16.24	381	35.77	40.47
5.	Tiago Filipe Esteves	08	Naval Setubalense	1:17.16	367	35.73	41.43
6.	Tiago Trindade Manuel	09	Palmela Desporto	1:17.54	362	36.16	41.38
7.	Diogo Francisco Venceslau	06	Palmela Desporto	1:18.09	354	37.18	40.91
8.	Goncalo Ramos Costa	05	CPCD - P�va Sta Iria	1:18.22	352	34.63	43.59
9.	Pedro Antonio Pinto	08	Palmela Desporto	1:18.73	346	37.68	41.05
10.	Luis Paulo Neves	07	AONDA - Azeitão	1:22.96	295	38.37	44.59
11.	Bernardo Miguel Oliveira	09	Nacional de Natação	1:23.97	285	40.26	43.71
12.	Salvador Peixito Correia	10	AONDA - Azeitão	1:30.00	231	42.56	47.44
DSQ	Ivo Faia Pinto	10	AONDA - Azeitão				
	<i>B32 - Toque não simultâneo das mãos na parede testa na viragem aos 25 metros (ii.7.6)</i>						
DSQ	Ivan Kruchinin	08	Naval Setubalense				
	<i>B4 - Efetuou múltiplas pernadas de golfinho após a partida (ii.7.1)</i>						
DNS	T. Howard-Tripp	08	Os Belenenses				
DNS	Rui Miguel Correia	96	Palmela Desporto				

Prova 15	Femin., 200m Estilos				Absolutos
26.01.2025					Resultados
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. Ant�nio 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

Pontos: FINA 2022

Pos.	Nadador / Athlete	Ano/Yr	Clube / Club	Final	Pts	50m	100m	150m	200m
Juvenis									
1.	Rita Mota Silva	10	PDEM	2:43.67	412	36.48	44.05	45.64	37.50
2.	Maria Ines Fryxell	10	AONDA	2:47.57	384	37.82	42.21	49.86	37.68
3.	Raquel Silva Delgado	11	PDEM	2:51.58	358	37.19	42.03	53.60	38.76
4.	Leonor Coelho Silva	11	CFB	2:56.87	327	38.34	43.19	54.70	40.64
5.	Joana Gato Costa	11	DRCN	3:05.97	281	41.99	45.72	56.30	41.96
6.	Isabella Caterina Mejias	10	CFB	3:07.39	275	39.27	52.41	53.00	42.71
7.	Maria Rita Almeida	11	CNN	3:13.66	249	42.63	50.74	57.16	43.13
8.	Ana Carolina Alvares	10	CFB	3:16.42	238	42.38	56.36	54.88	42.80
9.	Ana Francisca Santos	11	CNN	3:16.53	238	40.09	52.26	1:02.28	41.90

Juniores

1.	Sara Sofia Alves	07	PDEM	2:31.23	523	32.72	38.23	45.58	34.70
2.	Matilde Lopes Fialho	09	PDEM	2:33.75	497	33.32	36.73	47.58	36.12
3.	Carolina Marques Madeira	09	CNN	2:36.67	470	33.70	40.29	48.31	34.37
4.	Emilly Gabrieli Santos	08	CNATRIL	2:43.13	416	33.66	41.53	48.15	39.79
5.	Joana Melo Gaspar	09	CNN	2:45.14	401	35.04	43.75	49.94	36.41
6.	Beatriz Alexandra Rolim	08	PDEM	2:45.99	395	34.15	41.45	50.68	39.71
7.	Matilde Anjos Frischknecht	07	CNS	2:50.50	365	36.04	46.43	47.23	40.80
8.	Beatriz Santos Goncalves	09	CNN	2:52.86	350	35.68	47.72	48.94	40.52
9.	Ines Trindade Dionisio	07	CNN	2:59.82	311	38.67	48.30	50.33	42.52
10.	Brigida Valentina Mateus	07	PDEM	3:09.65	265	39.68	48.32	58.59	43.06
11.	Joana Loureiro Pimpao	09	CFB	3:15.74	241	41.48	54.59	55.33	44.34

Seniores

1.	Maria Estela Coimbra	01	CNN	2:56.84	327	38.48	45.53	50.60	42.23
----	----------------------	----	-----	----------------	-----	-------	-------	-------	-------

Absolutos

1.	Sara Sofia Alves	07	PDEM	2:31.23	523	32.72	38.23	45.58	34.70
2.	Matilde Lopes Fialho	09	PDEM	2:33.75	497	33.32	36.73	47.58	36.12
3.	Carolina Marques Madeira	09	CNN	2:36.67	470	33.70	40.29	48.31	34.37
4.	Emilly Gabrieli Santos	08	CNATRIL	2:43.13	416	33.66	41.53	48.15	39.79
5.	Rita Mota Silva	10	PDEM	2:43.67	412	36.48	44.05	45.64	37.50
6.	Joana Melo Gaspar	09	CNN	2:45.14	401	35.04	43.75	49.94	36.41
7.	Beatriz Alexandra Rolim	08	PDEM	2:45.99	395	34.15	41.45	50.68	39.71
8.	Maria Ines Fryxell	10	AONDA	2:47.57	384	37.82	42.21	49.86	37.68
9.	Matilde Anjos Frischknecht	07	CNS	2:50.50	365	36.04	46.43	47.23	40.80
10.	Raquel Silva Delgado	11	PDEM	2:51.58	358	37.19	42.03	53.60	38.76
11.	Beatriz Santos Goncalves	09	CNN	2:52.86	350	35.68	47.72	48.94	40.52
12.	Maria Estela Coimbra	01	CNN	2:56.84	327	38.48	45.53	50.60	42.23
13.	Leonor Coelho Silva	11	CFB	2:56.87	327	38.34	43.19	54.70	40.64
14.	Ines Trindade Dionisio	07	CNN	2:59.82	311	38.67	48.30	50.33	42.52
15.	Joana Gato Costa	11	DRCN	3:05.97	281	41.99	45.72	56.30	41.96
16.	Isabella Caterina Mejias	10	CFB	3:07.39	275	39.27	52.41	53.00	42.71
17.	Brigida Valentina Mateus	07	PDEM	3:09.65	265	39.68	48.32	58.59	43.06

Prova 15, Femin., 200m Estilos, Absolutos

Pos.	Nadador / Athlete	Ano/Yr	Clube / Club	Final	Pts	50m	100m	150m	200m
18.	Maria Rita Almeida	11	CNN	3:13.66	249	42.63	50.74	57.16	43.13
19.	Joana Loureiro Pimpao	09	CFB	3:15.74	241	41.48	54.59	55.33	44.34
20.	Ana Carolina Alvares	10	CFB	3:16.42	238	42.38	56.36	54.88	42.80
21.	Ana Francisca Santos	11	CNN	3:16.53	238	40.09	52.26	1:02.28	41.90

Prova 16

Masc., 100m Mariposa

Absolutos

26.01.2025

Resultados

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

Pontos: FINA 2022

Lugar	Nome do Nadador	Ano	Clube	Tempo Final	Pts	50m	100m
Juvenis							
1.	Miguel Loucao Caxaria	09	Palmela Desporto	1:01.49	469	28.58	32.91
2.	Miguel Ratinho Rocha	09	Naval Setubalense	1:03.95	417	29.69	34.26
3.	Afonso Daniel Carvalhas	10	AONDA - Azeitão	1:15.23	256	34.38	40.85
4.	Dinis Mileu Oliveira	10	AONDA - Azeitão	1:17.13	237	35.29	41.84
5.	Simao Cruz Trindade	10	Naval Setubalense	1:18.73	223	36.31	42.42

Juniores

1.	Pedro Antonio Pinto	08	Palmela Desporto	1:03.53	425	29.58	33.95
2.	Rafael Sergio Spac	07	Palmela Desporto	1:03.95	417	28.32	35.63
3.	Rostislav Kozlov	08	AONDA - Azeitão	1:10.94	305	31.79	39.15

Seniores

1.	Andre Azevedo Baraona	04	Palmela Desporto	58.67	540	27.90	30.77
2.	Diogo Morgado Figueira	06	CPCD - P�va Sta Iria	59.72	512	27.74	31.98
3.	Bernardo Antunes Augusto	00	Palmela Desporto	1:00.54	491	28.51	32.03
4.	Goncalo Pereira Gracioso	05	AONDA - Azeitão	1:02.27	451	28.85	33.42
5.	David Alexandre Fernandes	06	Nacional de Nata�o	1:08.27	342	30.97	37.30
6.	Rafael Goncalves Sousa	99	CPCD - P�va Sta Iria	1:08.58	338	31.77	36.81
7.	Daniel Alexandre Sarmento	04	CPCD - P�va Sta Iria	1:14.15	267	32.62	41.53

Absolutos

1.	Andre Azevedo Baraona	04	Palmela Desporto	58.67	540	27.90	30.77
2.	Diogo Morgado Figueira	06	CPCD - P�va Sta Iria	59.72	512	27.74	31.98
3.	Bernardo Antunes Augusto	00	Palmela Desporto	1:00.54	491	28.51	32.03
4.	Miguel Loucao Caxaria	09	Palmela Desporto	1:01.49	469	28.58	32.91
5.	Goncalo Pereira Gracioso	05	AONDA - Azeitão	1:02.27	451	28.85	33.42
6.	Pedro Antonio Pinto	08	Palmela Desporto	1:03.53	425	29.58	33.95
7.	Miguel Ratinho Rocha	09	Naval Setubalense	1:03.95	417	29.69	34.26
	Rafael Sergio Spac	07	Palmela Desporto	1:03.95	417	28.32	35.63
9.	David Alexandre Fernandes	06	Nacional de Nata�o	1:08.27	342	30.97	37.30
10.	Rafael Goncalves Sousa	99	CPCD - P�va Sta Iria	1:08.58	338	31.77	36.81
11.	Rostislav Kozlov	08	AONDA - Azeitão	1:10.94	305	31.79	39.15
12.	Daniel Alexandre Sarmento	04	CPCD - P�va Sta Iria	1:14.15	267	32.62	41.53
13.	Afonso Daniel Carvalhas	10	AONDA - Azeitão	1:15.23	256	34.38	40.85
14.	Dinis Mileu Oliveira	10	AONDA - Azeitão	1:17.13	237	35.29	41.84
15.	Simao Cruz Trindade	10	Naval Setubalense	1:18.73	223	36.31	42.42

Prova 17	Femin., 400m Livres				Absolutos
26.01.2025					Resultados
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

Pontos: FINA 2022

Pos.	Nadador / Athlete	Ano/Yr	Clube / Club	Final	Pts	100m	200m	300m	400m
Juvenis									
1.	Joana Alexandra Silva	10	CPCD	5:01.81	465	1:10.43	1:18.56	1:18.03	1:14.79
2.	Maria Ines Fryxell	10	AONDA	5:03.62	457	1:10.59	1:17.44	1:18.35	1:17.24
3.	Luisa Anjos Frischknecht	10	CNS	5:07.24	441	1:13.50	1:18.73	1:18.20	1:16.81
4.	Carolina Sofia Martins	10	CNS	5:07.32	440	1:12.37	1:18.70	1:17.91	1:18.34
5.	Luana Raquel Monteiro	10	PDEM	5:08.35	436	1:14.64	1:18.81	1:18.88	1:16.02
6.	Rafaela Marreiros Oliveira	11	PDEM	5:09.95	429	1:13.53	1:19.14	1:18.89	1:18.39
7.	Raquel Silva Delgado	11	PDEM	5:12.55	419	1:13.52	1:19.76	1:19.22	1:20.05
8.	Rita Canas Brito	10	CNS	5:15.77	406	1:16.14	1:21.77	1:20.56	1:17.30
9.	Maria Madalena Lucas	11	CNN	5:16.15	405	1:16.49	1:20.99	1:21.29	1:17.38
10.	Maria Barafusta Afonso	10	CNS	5:21.23	386	1:20.74	1:22.45	1:21.86	1:16.18
11.	Ana Filipa Serra	11	CPCD	5:21.93	383	1:14.50	1:22.43	1:23.03	1:21.97
12.	Mariana Chaves Simoes	10	CNN	5:22.25	382	1:18.43	1:23.17	1:21.87	1:18.78
13.	Alice Martins Paiva	11	PDEM	5:24.77	373	1:16.53	1:21.48	1:23.67	1:23.09
14.	Nuria Cristina Pires	10	CFB	5:32.55	348	1:17.49	1:24.61	1:25.91	1:24.54
15.	Isabella Caterina Mejias	10	CFB	5:48.06	303	1:19.12	1:28.82	1:30.58	1:29.54
16.	Konstansa Georgieva Ivanova	11	PDEM	5:48.34	302	1:20.45	1:28.60	1:30.18	1:29.11
17.	Vitoria Alves Penedo	11	PDEM	5:49.70	299	1:24.91	1:30.53	1:30.51	1:23.75
DNS	Cloe Sempere	11	DRCN						

Juniores

1.	Leonor Carvalho Oliveira	07	CNS	4:47.92	536	1:04.34	1:11.39	1:14.89	1:17.30
2.	Beatriz Alexandra Rolim	08	PDEM	4:52.38	512	1:10.49	1:13.49	1:14.06	1:14.34
3.	Margarida Santos Botelho	07	CNS	4:53.18	507	1:09.02	1:14.93	1:15.89	1:13.34
4.	Beatriz Silva Jordao	09	CFB	4:54.74	499	1:08.98	1:14.17	1:15.53	1:16.06
5.	Margarida Faria Miranda	09	PDEM	5:03.72	456	1:12.36	1:16.99	1:17.20	1:17.17
6.	Ines Azevedo Baraona	07	PDEM	5:12.39	419	1:10.89	1:19.79	1:20.41	1:21.30
DNS	Mafalda Sousa Mira	07	CNN						

Absolutos

1.	Leonor Carvalho Oliveira	07	CNS	4:47.92	536	1:04.34	1:11.39	1:14.89	1:17.30
2.	Beatriz Alexandra Rolim	08	PDEM	4:52.38	512	1:10.49	1:13.49	1:14.06	1:14.34
3.	Margarida Santos Botelho	07	CNS	4:53.18	507	1:09.02	1:14.93	1:15.89	1:13.34
4.	Beatriz Silva Jordao	09	CFB	4:54.74	499	1:08.98	1:14.17	1:15.53	1:16.06
5.	Joana Alexandra Silva	10	CPCD	5:01.81	465	1:10.43	1:18.56	1:18.03	1:14.79
6.	Maria Ines Fryxell	10	AONDA	5:03.62	457	1:10.59	1:17.44	1:18.35	1:17.24
7.	Margarida Faria Miranda	09	PDEM	5:03.72	456	1:12.36	1:16.99	1:17.20	1:17.17
8.	Luisa Anjos Frischknecht	10	CNS	5:07.24	441	1:13.50	1:18.73	1:18.20	1:16.81
9.	Carolina Sofia Martins	10	CNS	5:07.32	440	1:12.37	1:18.70	1:17.91	1:18.34
10.	Luana Raquel Monteiro	10	PDEM	5:08.35	436	1:14.64	1:18.81	1:18.88	1:16.02
11.	Rafaela Marreiros Oliveira	11	PDEM	5:09.95	429	1:13.53	1:19.14	1:18.89	1:18.39
12.	Ines Azevedo Baraona	07	PDEM	5:12.39	419	1:10.89	1:19.79	1:20.41	1:21.30
13.	Raquel Silva Delgado	11	PDEM	5:12.55	419	1:13.52	1:19.76	1:19.22	1:20.05
14.	Rita Canas Brito	10	CNS	5:15.77	406	1:16.14	1:21.77	1:20.56	1:17.30
15.	Maria Madalena Lucas	11	CNN	5:16.15	405	1:16.49	1:20.99	1:21.29	1:17.38
16.	Maria Barafusta Afonso	10	CNS	5:21.23	386	1:20.74	1:22.45	1:21.86	1:16.18

Resultados online: <http://anlisboa.pt/live>

Prova 17, Femin., 400m Livres, Absolutos

Pos.	Nadador / Athlete	Ano/Yr	Clube / Club	Final	Pts	100m	200m	300m	400m
17.	Ana Filipa Serra	11	CPCD	5:21.93	383	1:14.50	1:22.43	1:23.03	1:21.97
18.	Mariana Chaves Simoes	10	CNN	5:22.25	382	1:18.43	1:23.17	1:21.87	1:18.78
19.	Alice Martins Paiva	11	PDEM	5:24.77	373	1:16.53	1:21.48	1:23.67	1:23.09
20.	Nuria Cristina Pires	10	CFB	5:32.55	348	1:17.49	1:24.61	1:25.91	1:24.54
21.	Isabella Caterina Mejias	10	CFB	5:48.06	303	1:19.12	1:28.82	1:30.58	1:29.54
22.	Konstansa Georgieva Ivanova	11	PDEM	5:48.34	302	1:20.45	1:28.60	1:30.18	1:29.11
23.	Vitoria Alves Penedo	11	PDEM	5:49.70	299	1:24.91	1:30.53	1:30.51	1:23.75
DNS	Cloe Sempere	11	DRCN						
DNS	Mafalda Sousa Mira	07	CNN						

Prova 18

Masc., 100m Livres

Absolutos

26.01.2025

Resultados

Rec	Tempo	Nadador	Clube	Local	Ano
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

Pontos: FINA 2022

Lugar	Nome do Nadador	Ano	Clube	Tempo Final	Pts	50m	100m
Juvenis							
1.	Martim Abalada Vilaca	09	AONDA - Azeitão	59.78	422	28.70	31.08
2.	Martim Marino Brilha	10	Os Belenenses	59.89	419	29.24	30.65
3.	Rodrigo Duarte Narigueta	09	Palmela Desporto	1:00.48	407	29.52	30.96
4.	Miguel Filipe Medronheira	09	Palmela Desporto	1:01.71	383	29.37	32.34
5.	Santiago Castanheira Martins	09	CPCD - P�va Sta Iria	1:03.90	345	30.75	33.15
6.	Andrey Ponomarov	10	CPCD - P�va Sta Iria	1:04.12	341	31.51	32.61
7.	Afonso Daniel Carvalhas	10	AONDA - Azeitão	1:05.69	318	31.56	34.13
8.	Dinis Mileu Oliveira	10	AONDA - Azeitão	1:05.74	317	31.47	34.27
9.	Ivo Faia Pinto	10	AONDA - Azeitão	1:08.93	275	33.10	35.83
10.	Salvador Peixito Correia	10	AONDA - Azeitão	1:10.54	256	34.09	36.45
DNS	Diogo Goncalves Pires	10	Os Belenenses				

Juniores

1.	Jose Guilherme Lopes	07	CPCD - P�va Sta Iria	56.26	506	27.44	28.82
2.	Gabriel Martins Tusan	07	CPCD - P�va Sta Iria	58.41	452	28.11	30.30
3.	Bruno Miguel Amaro	07	Os Belenenses	59.75	422	29.19	30.56
4.	Duarte Gomes Santos	08	Despertarecorde	1:00.19	413	28.44	31.75
5.	Tomas Moura Ramos	08	Os Belenenses	1:00.26	412	29.37	30.89
6.	Afonso Oliveira Diniz	08	Os Belenenses	1:00.59	405	29.08	31.51
7.	Ivan Kruchinin	08	Naval Setubalense	1:01.31	391	29.36	31.95
8.	Afonso Melo Ferreira	07	CPCD - P�va Sta Iria	1:02.45	370	30.30	32.15
9.	Miguel Alexandre Ferreira	07	CPCD - P�va Sta Iria	1:02.54	368	29.73	32.81
10.	Luis Paulo Neves	07	AONDA - Azeitão	1:09.17	272	32.05	37.12
11.	Miguel Afonso Dantas	07	CPCD - P�va Sta Iria	1:15.41	210	36.17	39.24
DNS	Pedro Henrique Santos	08	CPCD - P�va Sta Iria				
DNS	Francisco Baiao Fernandes	07	Palmela Desporto				

Seniores

1.	Joao Almeida Gomes	06	Nacional de Nata�o	55.60	524	26.77	28.83
2.	Diogo Morgado Figueira	06	CPCD - P�va Sta Iria	56.52	499	27.22	29.30
3.	Diogo Francisco Venceslau	06	Palmela Desporto	57.43	475	27.66	29.77
4.	Goncalo Pereira Gracioso	05	AONDA - Azeitão	58.09	459	28.24	29.85
5.	Tiago Nunes Silva	06	CPCD - P�va Sta Iria	58.49	450	27.87	30.62
6.	Francisco Silva Rafael	06	Os Belenenses	1:04.11	342	30.87	33.24
7.	Lucas Ferreira Luis	06	Os Belenenses	1:04.63	333	31.38	33.25

Prova 18, Masc., 100m Livres, Seniores

Lugar	Nome do Nadador	Ano	Clube	Tempo Final	Pts	50m	100m
8.	Goncalo Ramos Costa	05	CPCD - P�va Sta Iria	1:05.36	322	30.91	34.45

Absolutos

1.	Joao Almeida Gomes	06	Nacional de Nata�o	55.60	524	26.77	28.83
2.	Jose Guilherme Lopes	07	CPCD - P�va Sta Iria	56.26	506	27.44	28.82
3.	Diogo Morgado Figueira	06	CPCD - P�va Sta Iria	56.52	499	27.22	29.30
4.	Diogo Francisco Venceslau	06	Palmela Desporto	57.43	475	27.66	29.77
5.	Goncalo Pereira Gracioso	05	AONDA - Azeitão	58.09	459	28.24	29.85
6.	Gabriel Martins Tusan	07	CPCD - P�va Sta Iria	58.41	452	28.11	30.30
7.	Tiago Nunes Silva	06	CPCD - P�va Sta Iria	58.49	450	27.87	30.62
8.	Bruno Miguel Amaro	07	Os Belenenses	59.75	422	29.19	30.56
9.	Martim Abalada Vilaca	09	AONDA - Azeitão	59.78	422	28.70	31.08
10.	Martim Marino Brilha	10	Os Belenenses	59.89	419	29.24	30.65
11.	Duarte Gomes Santos	08	Despertarecorde	1:00.19	413	28.44	31.75
12.	Tomas Moura Ramos	08	Os Belenenses	1:00.26	412	29.37	30.89
13.	Rodrigo Duarte Narigueta	09	Palmela Desporto	1:00.48	407	29.52	30.96
14.	Afonso Oliveira Diniz	08	Os Belenenses	1:00.59	405	29.08	31.51
15.	Ivan Kruchinin	08	Naval Setubalense	1:01.31	391	29.36	31.95
16.	Miguel Filipe Medronheira	09	Palmela Desporto	1:01.71	383	29.37	32.34
17.	Afonso Melo Ferreira	07	CPCD - P�va Sta Iria	1:02.45	370	30.30	32.15
18.	Miguel Alexandre Ferreira	07	CPCD - P�va Sta Iria	1:02.54	368	29.73	32.81
19.	Santiago Castanheira Martins	09	CPCD - P�va Sta Iria	1:03.90	345	30.75	33.15
20.	Francisco Silva Rafael	06	Os Belenenses	1:04.11	342	30.87	33.24
21.	Andrey Ponomarov	10	CPCD - P�va Sta Iria	1:04.12	341	31.51	32.61
22.	Lucas Ferreira Luis	06	Os Belenenses	1:04.63	333	31.38	33.25
23.	Goncalo Ramos Costa	05	CPCD - P�va Sta Iria	1:05.36	322	30.91	34.45
24.	Afonso Daniel Carvalhas	10	AONDA - Azeitão	1:05.69	318	31.56	34.13
25.	Dinis Mileu Oliveira	10	AONDA - Azeitão	1:05.74	317	31.47	34.27
26.	Ivo Faia Pinto	10	AONDA - Azeitão	1:08.93	275	33.10	35.83
27.	Luis Paulo Neves	07	AONDA - Azeitão	1:09.17	272	32.05	37.12
28.	Salvador Peixito Correia	10	AONDA - Azeitão	1:10.54	256	34.09	36.45
29.	Miguel Afonso Dantas	07	CPCD - P�va Sta Iria	1:15.41	210	36.17	39.24
DNS	Pedro Henrique Santos	08	CPCD - P�va Sta Iria				
DNS	Diogo Goncalves Pires	10	Os Belenenses				
DNS	Francisco Baiao Fernandes	07	Palmela Desporto				

Prova 19

Femin., 100m Costas

Absolutos

26.01.2025

Resultados

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

Pontos: FINA 2022

Lugar	Nome do Nadador	Ano	Clube	Tempo Final	Pts	50m	100m
-------	-----------------	-----	-------	-------------	-----	-----	------

Juvenis

1.	Leonor Coelho Silva	11	Os Belenenses	1:19.16	333	38.24	40.92
2.	Rafaela Sofia Silva	10	CPCD - P�va Sta Iria	1:19.42	330	38.46	40.96
3.	Carolina Mendes Goncalves	11	CPCD - P�va Sta Iria	1:24.24	276	41.36	42.88
4.	Nuria Cristina Pires	10	Os Belenenses	1:24.96	269	40.74	44.22
5.	Maria Leonor Estanislau	11	AONDA - Azeitão	1:26.40	256	41.76	44.64
6.	Sara Carvalho Rocha	11	CPCD - P�va Sta Iria	1:26.76	253	42.05	44.71
7.	Leticia Coelho Silva	11	Os Belenenses	1:26.91	251	42.45	44.46
8.	Madalena Martins Santos	10	Despertarecorde	1:29.99	226	43.01	46.98
9.	Ana Francisca Santos	11	Nacional de Nata�o	1:33.82	200	44.14	49.68
10.	Maria Rita Almeida	11	Nacional de Nata�o	1:34.21	197	44.66	49.55
11.	Joana Melo Ferreira	10	CPCD - P�va Sta Iria	1:38.78	171	45.81	52.97

Resultados online: <http://anlisboa.pt/live>

Prova 19, Femin., 100m Costas

Juniores

1.	Beatriz Ferreira Batista	09	CPCD - P�va Sta Iria	1:12.24	438	34.88	37.36
2.	Matilde Nunes Ribeiro	07	Despertarecorde	1:15.35	386	36.22	39.13
3.	Emilly Gabrieli Santos	08	Nata�o e Triatlo de Lisboa	1:16.23	373	36.54	39.69
4.	Ana Kostenko	09	Naval Setubalense	1:17.55	354	37.72	39.83
5.	Joana Melo Gaspar	09	Nacional de Nata�o	1:19.27	332	38.80	40.47
6.	Sofia Goncalves Raposo	07	Palmela Desporto	1:20.60	315	38.55	42.05
7.	Brigida Valentina Mateus	07	Palmela Desporto	1:28.06	242	42.15	45.91
DNS	Eduarda Sampaio Tavares	09	CPCD - P�va Sta Iria				

Seniores

1.	Susana Chanoca Narciso	04	CPCD - P�va Sta Iria	1:13.04	424	35.35	37.69
2.	Inga Vitorino Carvalho	06	CPCD - P�va Sta Iria	1:18.62	340	37.57	41.05
3.	Mafalda Mourao Lopes	06	CPCD - P�va Sta Iria	1:19.39	330	38.91	40.48
4.	Maria Estela Coimbra	01	Nacional de Nata�o	1:21.71	303	39.91	41.80
5.	Mariana Realista Silva	06	AONDA - Azeitão	1:35.83	187	45.73	50.10

Absolutos

1.	Beatriz Ferreira Batista	09	CPCD - P�va Sta Iria	1:12.24	438	34.88	37.36
2.	Susana Chanoca Narciso	04	CPCD - P�va Sta Iria	1:13.04	424	35.35	37.69
3.	Matilde Nunes Ribeiro	07	Despertarecorde	1:15.35	386	36.22	39.13
4.	Emilly Gabrieli Santos	08	Nata�o e Triatlo de Lisboa	1:16.23	373	36.54	39.69
5.	Ana Kostenko	09	Naval Setubalense	1:17.55	354	37.72	39.83
6.	Inga Vitorino Carvalho	06	CPCD - P�va Sta Iria	1:18.62	340	37.57	41.05
7.	Leonor Coelho Silva	11	Os Belenenses	1:19.16	333	38.24	40.92
8.	Joana Melo Gaspar	09	Nacional de Nata�o	1:19.27	332	38.80	40.47
9.	Mafalda Mourao Lopes	06	CPCD - P�va Sta Iria	1:19.39	330	38.91	40.48
10.	Rafaela Sofia Silva	10	CPCD - P�va Sta Iria	1:19.42	330	38.46	40.96
11.	Sofia Goncalves Raposo	07	Palmela Desporto	1:20.60	315	38.55	42.05
12.	Maria Estela Coimbra	01	Nacional de Nata�o	1:21.71	303	39.91	41.80
13.	Carolina Mendes Goncalves	11	CPCD - P�va Sta Iria	1:24.24	276	41.36	42.88
14.	Nuria Cristina Pires	10	Os Belenenses	1:24.96	269	40.74	44.22
15.	Maria Leonor Estanislau	11	AONDA - Azeitão	1:26.40	256	41.76	44.64
16.	Sara Carvalho Rocha	11	CPCD - P�va Sta Iria	1:26.76	253	42.05	44.71
17.	Leticia Coelho Silva	11	Os Belenenses	1:26.91	251	42.45	44.46
18.	Brigida Valentina Mateus	07	Palmela Desporto	1:28.06	242	42.15	45.91
19.	Madalena Martins Santos	10	Despertarecorde	1:29.99	226	43.01	46.98
20.	Ana Francisca Santos	11	Nacional de Nata�o	1:33.82	200	44.14	49.68
21.	Maria Rita Almeida	11	Nacional de Nata�o	1:34.21	197	44.66	49.55
22.	Mariana Realista Silva	06	AONDA - Azeitão	1:35.83	187	45.73	50.10
23.	Joana Melo Ferreira	10	CPCD - P�va Sta Iria	1:38.78	171	45.81	52.97
DNS	Eduarda Sampaio Tavares	09	CPCD - P�va Sta Iria				

Prova 20	Masc., 200m Bruços				Absolutos
26.01.2025					Resultados
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

Pontos: FINA 2022

Pos.	Nadador / Athlete	Ano/Y	Clube / Club	Final	Pts	50m	100m	150m	200m
Juvenis									
1.	Miguel Ratinho Rocha	09	CNS	2:40.89	416	37.60	42.06	42.12	39.11
2.	Rafael Lin Moniz	09	CNS	2:46.81	373	37.96	43.18	43.38	42.29
3.	Afonso Santos Carromeu	09	CNS	2:52.48	338	39.15	43.77	45.00	44.56
4.	Martim Marino Brilha	10	CFB	2:54.25	327	40.77	45.03	44.52	43.93
DSQ	Tiago Trindade Manuel	09	PDEM						
<i>B32 - Toque não simultâneo das mãos na parede testa na viragem aos 75 metros (ii.7.6)</i>									

Juniores

1.	Rodrigo Santos Perry	07	DRCN	2:41.87	409	37.33	41.51	41.40	41.63
2.	Rafael Sergio Spac	07	PDEM	2:45.13	385	37.04	40.77	43.04	44.28
3.	Tiago Filipe Esteves	08	CNS	2:50.85	347	39.12	43.99	44.01	43.73
DNS	Francisco Almeida Pereira	07	AONDA						
DNS	Thomas Mouzinho Howard-Tripp	08	CFB						
DNS	Rafael Piedade Quaresma	07	PDEM						

Seniores

1.	Rodrigo Beja Lopes	03	PDEM	2:42.06	407	35.55	41.22	42.92	42.37
2.	Goncalo Gomes Augusto	04	PDEM	2:48.47	362	37.61	43.00	44.28	43.58
DNS	Rui Miguel Correia	96	PDEM						

Absolutos

1.	Miguel Ratinho Rocha	09	CNS	2:40.89	416	37.60	42.06	42.12	39.11
2.	Rodrigo Santos Perry	07	DRCN	2:41.87	409	37.33	41.51	41.40	41.63
3.	Rodrigo Beja Lopes	03	PDEM	2:42.06	407	35.55	41.22	42.92	42.37
4.	Rafael Sergio Spac	07	PDEM	2:45.13	385	37.04	40.77	43.04	44.28
5.	Rafael Lin Moniz	09	CNS	2:46.81	373	37.96	43.18	43.38	42.29
6.	Goncalo Gomes Augusto	04	PDEM	2:48.47	362	37.61	43.00	44.28	43.58
7.	Tiago Filipe Esteves	08	CNS	2:50.85	347	39.12	43.99	44.01	43.73
8.	Afonso Santos Carromeu	09	CNS	2:52.48	338	39.15	43.77	45.00	44.56
9.	Martim Marino Brilha	10	CFB	2:54.25	327	40.77	45.03	44.52	43.93
DSQ	Tiago Trindade Manuel	09	PDEM						
<i>B32 - Toque não simultâneo das mãos na parede testa na viragem aos 75 metros (ii.7.6)</i>									
DNS	Francisco Almeida Pereira	07	AONDA						
DNS	Thomas Mouzinho Howard-Tripp	08	CFB						
DNS	Rafael Piedade Quaresma	07	PDEM						
DNS	Rui Miguel Correia	96	PDEM						