

CAMPEONATOS DE INFANTIS JUVENIS E ABSOLUTOS DE LISBOA

Piscina Municipal de Vila Franca de Xira

2-3-4-5 de julho de 2026

Apoios

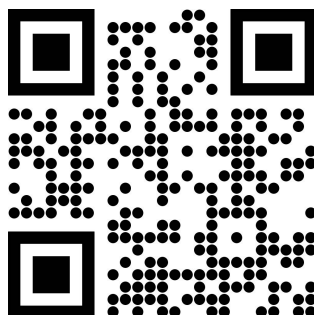
Parceiro
institucional

Aprovado por

Estatística de inscrições

Clube	Código	Atletas			Individuais			Estafetas		
		Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total
Assoc. Hum. de Bombeiros dos Estoris	AHBE	7	3	10	22	8	30	-	-	-
Física Torres Vedras	AEFDTV	7	6	13	27	24	51	3	2	5
ADRCCI Monte Maior	ADRCIMM	12	12	24	35	39	74	5	5	10
Atlético Clube de Sintra	ACSINTRA	6	1	7	25	2	27	5	-	5
Laranjeiro	CIRL	9	10	19	32	32	64	2	3	5
Clube Futebol Os Belenenses	CFB	9	6	15	35	24	59	-	-	-
Clube Nacional de Natação	CNN	4	4	8	16	20	36	-	-	-
Clube Naval Setubalense	CNS	6	2	8	28	10	38	1	-	1
Clube Oriental de Lisboa	COL	-	1	1	-	3	3	-	-	-
CPCD Póvoa de Santa Iria	CPCD	11	4	15	27	15	42	7	-	7
Fundacao Salesianos	FS	6	4	10	23	18	41	3	3	6
Geslours - Gestão Equipamentos E.M.	GESL	15	13	28	53	46	99	9	2	11
Individual ANL	INDANL	2	1	3	5	5	10	-	-	-
Palmela Desporto, E.M.	PDEM	12	10	22	46	43	89	8	-	8
Soc.Filarmónica União A. Piedense	SFUAP	7	3	10	20	6	26	-	-	-
Sport Alges e Dafundo	SAD	15	20	35	45	64	109	3	3	6
Sport Lisboa e Benfica	SLB	18	14	32	62	50	112	2	2	4
Sporting Clube de Portugal	SCP	23	21	44	83	69	152	-	-	-
Numero total de 18 Clubes		169	135	304	584	478	1 062	48	20	68

Resultados online:



Horário dos Campeonatos

Horário da Sessão Nº. 1 - 1ª Jornada

02.07.2026 - 15:15

Aquecimento: 14:00 até 15:05

15:15	1.	4 x 200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:11	1 Série	6
15:26	2.	4 x 200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:11	1 Série	2
15:37	3.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:12	10 Séries	59
15:49	4.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:09	7 Séries	42
15:58	5.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:11	5 Séries	35
16:09	6.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	3 Séries	24
16:15	Entrega de Medalhas (Provas 1 a 6) // 2º Aquecimento (35')					0:35		
16:50	7.	50m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:09	5 Séries	35
16:59	8.	50m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	5 Séries	35
17:07	9.	1500m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:37	2 Séries	10
17:44	10.	800m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:12	1 Série	7
17:56	Entrega de Medalhas (Provas 7 a 10)					0:20		
18:16	Final da sessão					Duração total	3:01	

Horário da Sessão Nº. 2 - 2ª Jornada

03.07.2026 - 15:15

Aquecimento: 14:00 até 15:05

15:15	11.	4 x 50m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	2 Séries	10
15:21	12.	4 x 50m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	4
15:24	13.	400m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:12	2 Séries	13
15:36	14.	400m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:14	2 Séries	9
15:50	15.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:20	7 Séries	56
16:10	16.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:20	6 Séries	43
16:30	Entrega de Medalhas (Provas 11 a 16) // 2º Aquecimento (35')					0:35		
17:05	17.	50m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:08	6 Séries	36
17:13	18.	50m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	4 Séries	24
17:18	19.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:11	3 Séries	24
17:29	20.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:11	3 Séries	21
17:40	Intervalo 10'					0:10		
17:50	21.	4 x 100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:10	2 Séries	12
18:00	22.	4 x 100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	5
18:05	Entrega de Medalhas (Provas 17 a 22)					0:20		
18:25	Final da sessão					Duração total	3:10	

Horário dos Campeonatos

Horário da Sessão Nº. 3 - 3ª Jornada

04.07.2026 - 15:15

Aquecimento: 14:00 até 15:05

15:15	23.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	4 Séries	28
15:23	24.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:09	5 Séries	38
15:32	25.	200m Bruços	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	2 Séries	12
15:40	26.	200m Bruços	Masc.	Tempo Final	Abs	0:11	3 Séries	21
15:51	27.	50m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:15	12 Séries	70
16:06	28.	50m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:16	13 Séries	74
16:22	Entrega de Medalhas (Provas 23 a 28) // 2º Aquecimento (35')					0:35		
16:57	29.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:09	4 Séries	32
17:06	30.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:09	4 Séries	29
17:15	31.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:24	4 Séries	25
17:39	32.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:21	4 Séries	31
18:00	Intervalo 5'					0:05		
18:05	33.	4 x 50m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:03	1 Série	7
18:08	34.	4 x 50m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	2 Séries	12
18:14	Entrega de Medalhas (Provas 29 a 34)					0:20		
18:34	Final da sessão					Duração total	3:19	

Horário da Sessão Nº. 4 - 4ª Jornada

05.07.2026 - 15:15

Aquecimento: 14:30 até 15:05

15:15	35.	4 x 100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:06	1 Série	2
15:21	36.	4 x 100m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	8
15:26	37.	200m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:08	2 Séries	9
15:34	38.	200m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:06	2 Séries	11
15:40	39.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:13	7 Séries	55
15:53	40.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:14	8 Séries	64
16:07	Entrega de Medalhas (Provas 35 a 40) // 2º Aquecimento (35')					0:35		
16:42	41.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:14	4 Séries	30
16:56	42.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:16	5 Séries	35
17:12	43.	1500m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:21	1 Série	4
17:33	44.	800m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:20	2 Séries	9
17:53	Entrega de Medalhas (Provas 41 a 44)					0:15		
18:08	Final da sessão					Duração total	2:53	

1 - 1ª Jornada

02.07.2026 - 15:15

Prova 1	Masc., 4 x 200m Livres				Absolutos
02.07.2026 - 15:15					Startlist
Rec Nacional Absoluto	7:26.26	Sporting Clube de Portugal	SCP	Oeiras	2019
Rec Nacional Sen	7:26.26	Sporting Clube de Portugal	SCP	Oeiras	2019
Rec Nacional Jun	7:44.42	Associacao Naval Amorense	ANAM	Coimbra	2014
Rec Nacional Juv A	7:58.57	Associacao Naval Amorense	ANAM	Jamor	2012
Rec Nacional Juv	7:58.57	tempo limite			1800
Rec Nacional Juv B	8:09.89	Ass. Desp. Bairro dos Anjos	ADBA	Funchal	2019
TAC Juv B: 9:54.15; Juv A: 9:31.30; Jun: 9:03.78; Sen: 8:47.79					

Pista	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 1, 15:15				
2 CPCD Póvoa de Santa Iria	Juv		CPCD Póvoa de Santa Iria	9:32.96
3 ADRCCI Monte Maior	Juv		ADRCCI Monte Maior	9:00.00
4 Geslours	Juv		Geslours	8:50.01
5 ACSintra	Juv		ACSintra	8:59.99
6 Palmela Desporto	Juv		Palmela Desporto	9:14.91
7 Salesianos	Juv		Salesianos	9:56.10

Prova 2	Femin., 4 x 200m Livres				Absolutos
02.07.2026 - 15:26					Startlist
Rec Nacional Absoluto	8:18.33	Sport Lisboa e Benfica	SLB	Coimbra	2024
Rec Nacional Sen	8:21.65	Sporting Clube de Portugal	SCP	Oeiras	2025
Rec Nacional Jun	8:53.03	tempo limite			1800
Rec Nacional Juv A	8:54.69	tempo limite			1800
Rec Nacional Juv	8:54.69	tempo limite			1800
Rec Nacional Juv B	8:54.69	Condeixa Aqua Clube	CAQC	Oeiras	2025
TAC Juv B: 11:01.26; Juv A: 10:35.82; Jun: 10:05.20; Sen: 9:47.40					

Pista	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 1, 15:26				
4 Salesianos	Juv		Salesianos	9:46.95
5 ADRCCI Monte Maior	Juv		ADRCCI Monte Maior	10:20.00

Prova 3

Masc., 50m Mariposa

Absolutos

02.07.2026 - 15:37

Startlist

Rec Nacional Absoluto	22.77	Diogo Matos Ribeiro	POR	Singapore (SGP)	2025
Rec Nacional Sen	22.77	Diogo Matos Ribeiro	POR	Singapore (SGP)	2025
Rec Nacional Jun 18	22.96	Diogo Matos Ribeiro	POR	Lima (PER)	2022
Rec Nacional Jun 17	24.09	Diogo Matos Ribeiro	POR	Rome (ITA)	2021
Rec Nacional Juv A	25.35	Duarte Santos Ferreira	FCP	Oeiras	2024
Rec Nacional Juv B	25.76	Rodolfo Junior Alecrim	CNL	Oeiras	2025

TAC Juv B: 30.92; Juv A: 30.31; Jun 17: 29.72; Jun 18: 29.13; 19: 28.56; 20 +: 28.28

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 10, 15:37						
2	Tome Pargana Mendes	11	Juv	211589	União Piedense	32.49
3	Tiago Filipe Pato	11	Juv	225627	Algés	32.29
4	Daniel Silva Feijao	10	Juv	225559	Geslours	31.88
5	Afonso Pereira Lucas	09	Jun	223706	Salesianos	32.00
6	Miguel Belo Santos	10	Juv	215002	Algés	32.30
Série 2 de 10, 15:38						
2	Joao Maria Ventura	11	Juv	216520	ACSintra	31.84
3	Dinis Gomes Araujo	11	Juv	217660	Salesianos	31.61
4	Joao Pedro Correia	11	Juv	216091	Salesianos	31.52
5	Guilherme Francisco Filipe	11	Juv	217662	Salesianos	31.57
6	Diogo Sousa Gaspar	11	Juv	214994	Algés	31.63
7	Manuel Mendes Almeida	10	Juv	141402	Sporting	31.87
Série 3 de 10, 15:39						
2	Andrey Ponomarov	10	Juv	217159	CPCD Póvoa de Santa Iria	30.75
3	Afonso Alface Samoes	10	Juv	220214	Algés	30.18
4	Rafael Carreiras Marques	10	Juv	211192	Geslours	29.97
5	Tomas Ferreira Batista	11	Juv	213082	CPCD Póvoa de Santa Iria	30.09
6	Ricardo Andrade Belezas	91	Abs	132918	Os Belenenses	30.30
7	Luca Cristian Irimia	11	Juv	215692	CPCD Póvoa de Santa Iria	31.44
Série 4 de 10, 15:41						
2	Francisco Lalandia Correia	11	Juv	216359	Fisica Torres Vedras	29.96
3	Goncalo Soares Brito	10	Juv	211451	Bombeiros dos Estoris	29.92
4	Dehnis Miguel Cruz	96	Abs	222662	Laranjeiro	29.28
5	Goncalo Duarte Vigario	11	Juv	214776	Naval Setubalense	29.42
6	Simao Verissimo Aires	11	Juv	213996	Laranjeiro	29.93
7	Henrique Matos Sebroza	10	Juv	216098	Geslours	29.96
Série 5 de 10, 15:42						
2	Ricardo Silva Caetano	11	Juv	219905	Os Belenenses	29.02
3	Carlos Alberto Junior	09	Jun	222338	Benfica	28.62
4	Francisco Alves Conceicao	11	Juv	219445	Palmela Desporto	28.47
5	Henrique Rodrigues Carvalho	10	Juv	216361	ADRCCI Monte Maior	28.59
6	Diogo Rodrigues Sousa	10	Juv	214212	Algés	28.96
7	Andre Raposo Pinheiro	09	Jun	208650	Sporting	29.03

Prova 3, Masc., 50m Mariposa

Série 6 de 10, 15:43

2	Bruno Ribeiro Ferreira	07	Abs	226387	Sporting	28.32
3	Bernardo Afonso Guedelha	09	Jun	208760	Benfica	27.93
4	Joao Almeida Gomes	06	Abs	132828	Nacional de Natação	27.85
5	Goncalo Miguel Rodrigues	03	Abs	126830	Bombeiros dos Estoris	27.85
6	Afonso Miguel Amaro	09	Jun	216575	Benfica	28.28
7	Tiago Trindade Manuel	09	Jun	205937	Palmela Desporto	28.34

Série 7 de 10, 15:44

2	Francisco Rodrigues Vilar	08	Jun	208983	Sporting	27.72
3	David Emanuel Tome	09	Jun	211569	Geslours	27.43
4	Rui Melo Pereira	09	Jun	211470	Benfica	27.35
5	Afonso Mendonca Ornelas	08	Jun	208752	Geslours	27.39
6	Rodrigo Ferrao Dias	10	Juv	214314	Sporting	27.61
7	Rafael Lin Moniz	09	Jun	210337	Palmela Desporto	27.73

Série 8 de 10, 15:46

2	Xavier Rosa Madeira	09	Jun	212301	Laranjeiro	27.00
3	Luis Pedro Figueiredo	06	Abs	203875	Geslours	26.98
4	Keyser Jossib Ribeiro	11	Juv	222337	Benfica	26.78
5	Rodrigo Martins Chocas	07	Abs	130042	Sporting	26.92
6	Diogo Morgado Figueira	06	Abs	203863	CPCD Póvoa de Santa Iria	26.99
7	Guilherme Assis Ramos	98	Abs	100274	Fisica Torres Vedras	27.10

Série 9 de 10, 15:47

2	Andre Filipe Magalhaes	98	Abs	111394	Laranjeiro	26.47
3	Afonso Amaro Santos	02	Abs	131510	Geslours	26.38
4	Joao Miguel Cascalheira	03	Abs	201621	Naval Setubalense	26.25
5	Miguel Loucao Caxaria	09	Jun	205908	Palmela Desporto	26.33
6	Renato Barros Frischknecht	01	Abs	122051	Benfica	26.38
7	Diogo Didario Alfano	09	Jun	225258	Benfica	26.47

Série 10 de 10, 15:48

2	Tiago Neres Santo	10	Juv	209344	Algés	26.06
3	Afonso Rodrigues Calhelha	07	Abs	208048	ADRCCI Monte Maior	25.76
4	Goncalo Morais Gordo	02	Abs	126006	Sporting	24.98
5	Matthew George Lawrence	03	Abs	217507	Benfica	25.45
6	Jesus Alberto Mejias	09	Jun	218311	Os Belenenses	26.05
7	Andre Azevedo Baraona	04	Abs	123965	Palmela Desporto	26.11

Prova 4

Femin., 50m Mariposa

Absolutos

02.07.2026 - 15:49

Startlist

Rec Nacional Absoluto	26.58	Ana Margarida Guedes	GCVR	Porto	2021
Rec Nacional Sen	26.58	Ana Margarida Guedes	GCVR	Porto	2021
Rec Nacional Jun 18	27.00	Ana Margarida Guedes	GCVR	Funchal	2019
Rec Nacional Jun 17	27.10	Mariana Pacheco Cunha	POR	Rome (ITA)	2021
Rec Nacional Juv A	27.99	Carilina Miranda Fernandes	POR	Rome (ITA)	2021
Rec Nacional Juv B	27.98	tempo limite			1800

TAC Juv B: 35.90; Juv A: 35.20; Jun 17: 34.51; Jun 18: 33.83; 19: 33.17; 20 +: 32.83

Pista	Nadador	Ano	Categ.	N�Lic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 7, 15:49						
2	Matilde Lopes Fialho	09	Jun	208396	Palmela Desporto	34.52
3	Carmo Rosa Madeira	11	Juv	213994	Laranjeiro	34.25
4	Clara Li Palazzin	11	Juv	217656	Salesianos	33.48
5	Francisca Meneses Goncalves	11	Juv	214017	Benfica	33.55
6	Leonor Maria Gomes	11	Juv	222522	ADRCCI Monte Maior	34.27
7	Natalia Landa Paredes	11	Juv	216367	Salesianos	35.60
Série 2 de 7, 15:51						
2	Ines Azevedo Baraona	07	Abs	139292	Palmela Desporto	33.44
3	Nicole Magali Graca	11	Juv	215649	Geslours	33.03
4	Joana Monteiro Caetano	08	Jun	206085	Geslours	32.67
5	Rita Borges Silva	06	Abs	200715	Geslours	32.71
6	Mariana Varela Costa	10	Juv	208738	Sporting	33.41
7	Alice Fernandes Rodrigues	10	Juv	220212	Geslours	33.47
Série 3 de 7, 15:52						
2	Ana Barbara Alves	01	Abs	137860	Fisica Torres Vedras	32.44
3	Joana Alexandra Silva	10	Juv	207187	CPCD Póvoa de Santa Iria	32.25
4	Beatriz Costa Diniz	10	Juv	150966	Sporting	31.98
5	Lis Fatima Melo	08	Jun	208661	Geslours	32.02
6	Rafaela Marreiros Oliveira	11	Juv	215651	Palmela Desporto	32.35
7	Carolina Escrevente Guerra	10	Juv	212746	Algés	32.60
Série 4 de 7, 15:53						
2	Constanca Dias Baptista	01	Abs	126394	Bombeiros dos Estoris	31.53
3	Beatriz Machado Silva	06	Abs	132774	Sporting	31.22
4	Margarida Catroga Marques	08	Jun	205879	ADRCCI Monte Maior	31.15
5	Catarina Nobre Pardelha	10	Juv	212287	ADRCCI Monte Maior	31.15
6	Raquel Sofia Bras	09	Jun	208973	Os Belenenses	31.26
7	Marcia Guerreiro Castilho	09	Jun	217503	Laranjeiro	31.98
Série 5 de 7, 15:55						
2	Maria Madalena Fernandes	10	Juv	212757	Algés	31.08
3	Claudia Beatriz Martins	03	Abs	128830	Geslours	30.97
4	Daniela Pina Rodrigues	09	Jun	208657	Geslours	30.91
5	Rita Braga Gomes	10	Juv	213921	Algés	30.96
6	Beatriz Alexandra Rolim	08	Jun	207351	Palmela Desporto	31.04
7	Lidiana Correia Rodrigues	04	Abs	130399	Os Belenenses	31.14

Prova 4, Femin., 50m Mariposa

Série 6 de 7, 15:56

2	Katie Louise Buckley	11	Juv	226448	Algés	30.36
3	Sofia Alexandra Nunes	00	Abs	112322	Laranjeiro	30.25
4	Margarida Ferreira Moura	11	Juv	214313	Sporting	29.94
5	Leonor Peso Parente	07	Abs	208092	Palmela Desporto	30.09
6	Sofia Oliveira Silva	99	Abs	121399	CPCD Póvoa de Santa Iria	30.26
7	Matilde Catroga Marques	08	Jun	205880	ADRCCI Monte Maior	30.87

Série 7 de 7, 15:57

2	Maria Madalena Lucas	11	Juv	220095	Nacional de Natação	29.72
3	Catarina Andrade Franco	07	Abs	203865	Benfica	29.52
4	Soraia Maria Salgado	05	Abs	132513	Benfica	29.11
5	Luisa Ponte Jorge	07	Abs	204158	Palmela Desporto	29.31
6	Joana Sofia Fernandes	09	Jun	208735	Nacional de Natação	29.63
7	Leonor Carvalho Oliveira	07	Abs	200901	Sporting	29.79

Prova 5

Masc., 100m Bruços

Absolutos

02.07.2026 - 15:58

Startlist

Rec Nacional Absoluto	1:01.01	Carlos Esteves Almeida	POR	Barcelona (ESP)	2013
Rec Nacional Sen	1:01.01	Carlos Esteves Almeida	POR	Barcelona (ESP)	2013
Rec Nacional Jun 18	1:02.62	Rafael Miguel Mimoso	SLB	Coimbra	2025
Rec Nacional Jun 17	1:03.61	Rafael Miguel Mimoso	SLB	Coimbra	2024
Rec Nacional Juv A	1:03.71	Rafael Miguel Mimoso	POR	Maribor (SLO)	2023
Rec Nacional Juv B	1:06.00	David Xavier Almeida	POR	Skopje (MKD)	2025

TAC Juv B: 1:22.53; Juv A: 1:19.36; Jun 17: 1:17.05; Jun 18: 1:15.54; 19: 1:14.06; 20 +: 1:13.32

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
3	Antonio Melo Pereira	11	Juv	215657	Benfica	1:29.22
4	Lourenco Sousa Calais	11	Juv	223703	CPCD Póvoa de Santa Iria	1:20.98
5	Santiago Costa Veloso	11	Juv	216280	ADRCCI Monte Maior	1:22.45

Série 2 de 5, 16:01

1	Duarte Ribeiro Lima	11	Juv	214783	Geslours	1:19.10
2	Tiago Botelho Silva	11	Juv	219112	Geslours	1:18.66
3	Gustavo Pinto Mota	11	Juv	215251	Palmela Desporto	1:17.75
4	Gabriel Filipe Matildes	10	Juv	220263	ADRCCI Monte Maior	1:17.42
5	Carlos Henrique Dias	11	Juv	213987	Física Torres Vedras	1:17.66
6	Martim Fonseca Figueira	11	Juv	219900	CPCD Póvoa de Santa Iria	1:18.39
7	Matias Malheiro Mata	11	Juv	216817	Sporting	1:18.67
8	Martim Marino Brilha	10	Juv	216537	Os Belenenses	1:20.74

Série 3 de 5, 16:03

1	Francisco Sousa Lucas	09	Jun	217642	Bombeiros dos Estoris	1:16.29
2	Mingxi Guan	11	Juv	220213	Algés	1:15.85
3	Francisco Reis Pinto	10	Juv	211472	Algés	1:15.56
4	Tiago Filipe Esteves	08	Jun	209223	Naval Setubalense	1:14.02
5	Xavier Jesus Valente	09	Jun	206889	Os Belenenses	1:15.27
6	Simao Cruz Trindade	10	Juv	220766	Naval Setubalense	1:15.58
7	Diogo Aiala Ribeiro	09	Jun	212748	Algés	1:16.22
8	Rafael Ferreira Colin	11	Juv	215644	Bombeiros dos Estoris	1:17.36

Prova 5, Masc., 100m Bruços

Série 4 de 5, 16:05

1	Tomas O'Grady Freire	10	Juv	214315	Sporting	1:12.98
2	Miguel Ratinho Rocha	09	Jun	214840	Naval Setubalense	1:11.50
3	Martim Frederico Marques	10	Juv	210909	Sporting	1:10.87
4	Diogo Didario Alfano	09	Jun	225258	Benfica	1:08.83
5	Andre Santos Braga	11	Juv	215648	ACSintra	1:09.51
6	Miguel Belo Santos	10	Juv	215002	Algés	1:11.01
7	Jose Pedro Salvadinho	08	Jun	214535	Nacional de Natação	1:12.24
8	Liam Joseph Mcintosh	11	Juv	225853	ACSintra	1:13.04

Série 5 de 5, 16:07

1	Afonso Miguel Amaro	09	Jun	216575	Benfica	1:07.83
2	Caio Chaby Lobo	05	Abs	223748	Benfica	1:06.11
3	Diogo Damasceno Reis	09	Jun	151317	Sporting	1:05.58
4	Andre Tavares Grenho	99	Abs	120605	Geslours	1:02.58
5	Matthew George Lawrence	03	Abs	217507	Benfica	1:04.42
6	Diogo Miguel Monteiro	04	Abs	147200	Sporting	1:05.94
7	Kaio Araujo Faftine	06	Abs	213446	Sporting	1:07.47
8	Joao Miguel Cascalheira	03	Abs	201621	Naval Setubalense	1:08.61

Prova 6

Femin., 100m Bruços

Absolutos

02.07.2026 - 16:09

Startlist

Rec Nacional Absoluto	1:08.22	Ana Pinho Rodrigues	EDV	Porto	2023
Rec Nacional Sen	1:08.22	Ana Pinho Rodrigues	EDV	Porto	2023
Rec Nacional Jun 18	1:09.89	Diana Duarte Gomes	CNA	Aveiro	2007
Rec Nacional Jun 17	1:10.00	Raquel Gomes Pereira	SAD	Coimbra	2017
Rec Nacional Juv A	1:10.09	Diana Duarte Gomes	POR	Budapest (HUN)	2005
Rec Nacional Juv B	1:10.73	Ana Pinho Rodrigues	AEJ	Coimbra	2009

TAC Juv B: 1:34.55; Juv A: 1:30.91; Jun 17: 1:28.27; Jun 18: 1:26.54; 19: 1:24.84; 20 +: 1:23.99

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
<u>Série 1 de 3, 16:09</u>						
1	Rita Oliveira Gomes	11	Juv	221111	Fisica Torres Vedras	1:32.53
2	Maria Fatima Pagani	11	Juv	215643	Bombeiros dos Estoris	1:30.32
3	Maria Madeira Carvalho	11	Juv	218695	Algés	1:26.34
4	Beatriz Paiva Branco	10	Juv	213992	Laranjeiro	1:25.31
5	Marta Matos Laranjeira	08	Jun	205884	Fisica Torres Vedras	1:26.08
6	Beatriz Santos Goncalves	09	Jun	208742	Nacional de Natação	1:27.64
7	Maria Oleneva	10	Juv	227459	Sporting	1:32.23
8	Joana Raquel Dinis	11	Juv	225598	ACSintra	1:35.51

Série 2 de 3, 16:11

1	Maria Rita Rocha	11	Juv	222483	Oriental de Lisboa	1:23.51
2	Varvara Hurynovich	11	Juv	222740	Algés	1:22.86
3	Jessica Bernardino Lopes	10	Juv	212317	Fisica Torres Vedras	1:21.39
4	Raquel Sofia Bras	09	Jun	208973	Os Belenenses	1:19.50
5	Beatriz Silva Louro	07	Abs	129303	Sporting	1:20.91
6	Madalena Ferreira Baldo	11	Juv	216272	ADRCCI Monte Maior	1:22.74
7	Carolina Sofia Martins	10	Juv	210962	Palmela Desporto	1:23.30
8	Luisa Anjos Frischknecht	10	Juv	210973	Naval Setubalense	1:25.00

Prova 6, Femin., 100m Bruços

Série 3 de 3, 16:13

1	Luana Correia Rodrigues	01	Abs	121504	Os Belenenses	1:16.92
2	Raquel Rodrigues Augusto	07	Abs	202485	Geslours	1:16.59
3	Rita Canas Brito	10	Juv	210978	Naval Setubalense	1:14.41
4	Rebeca Leonor Antunes	06	Abs	148284	Benfica	1:12.72
5	Lidiana Correia Rodrigues	04	Abs	130399	Os Belenenses	1:13.77
6	Beatriz Silva Gomes	08	Jun	207357	Individual ANL	1:16.39
7	Luisa Goncalves Rodrigues	08	Jun	202678	Fisica Torres Vedras	1:16.65
8	Beatriz Ferreira Batista	09	Jun	205653	CPCD Póvoa de Santa Iria	1:17.97

16:15 Entrega de Medalhas (Provas 1 a 6) // 2º Aquecimento (35')

Prova 7

Masc., 50m Costas

Absolutos

02.07.2026 - 16:50

Startlist

Rec Nacional Absoluto	25.25	Joao Nogueira Costa	VSC	Oeiras	2025
Rec Nacional Sen	25.25	Joao Nogueira Costa	VSC	Oeiras	2025
Rec Nacional Jun 18	26.22	Joao Nogueira Costa	POR	Budapest (HUN)	2019
Rec Nacional Jun 17	26.16	Miguel Reis Oliveira	POR	Geneva (SUI)	2026
Rec Nacional Juv A	26.22	Miguel Reis Oliveira	POR	Otopeni (ROU)	2025
Rec Nacional Juv B	27.25	Pedro Pereira Almeida	POR	Gijon (ESP)	2026

TAC Juv B: 33.24; Juv A: 32.59; Jun 17: 31.95; Jun 18: 31.33; 19: 30.71; 20 +: 30.41

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 5, 16:50						
3	Isaac Carvalho Alves	11	Juv	214884	Salesianos	36.99
4	Liam Joseph McIntosh	11	Juv	225853	ACSintra	34.17
5	Joao Marcelino Rodrigues	11	Juv	142093	Sporting	35.72

Série 2 de 5, 16:52

1	Miguel Pereira Gamelas	10	Juv	227096	Sporting	32.60
2	Rodrigo Martins Chocas	07	Abs	130042	Sporting	32.41
3	Afonso Manuel Gomes	10	Juv	214311	Sporting	31.83
4	Rafael Ferreira Colin	11	Juv	215644	Bombeiros dos Estoris	31.67
5	Andre Huang	10	Juv	214292	Geslours	31.78
6	Goncalo Soares Brito	10	Juv	211451	Bombeiros dos Estoris	32.11
7	Miguel Duarte Cruz	99	Abs	125797	Os Belenenses	32.50
8	Bruno Miguel Figueiredo	11	Juv	218769	Fisica Torres Vedras	32.82

Série 3 de 5, 16:54

1	Luca Cristian Irimia	11	Juv	215692	CPCD Póvoa de Santa Iria	31.65
2	Diogo Rodrigues Sousa	10	Juv	214212	Algés	31.05
3	Henrique Matos Sebroza	10	Juv	216098	Geslours	30.98
4	Simao Verissimo Aires	11	Juv	213996	Laranjeiro	30.24
5	Cristiano Rafael Melnychuk	10	Juv	218661	ACSintra	30.79
6	Dinis Aresta Ribeiro	10	Juv	214312	Sporting	31.05
7	Guilherme Costa Alves	10	Juv	211466	Sporting	31.34
8	Lourenco Marques Sebastiao	09	Jun	214627	Laranjeiro	31.66

Prova 7, Masc., 50m Costas

Série 4 de 5, 16:56

1	Tiago Pinheiro Carranca	11	Juv	216281	ADRCCI Monte Maior	29.48
2	Rui Melo Pereira	09	Jun	211470	Benfica	29.35
3	Bernardo Miguel Oliveira	09	Jun	211214	Nacional de Natação	29.30
4	Miguel Loucao Caxaria	09	Jun	205908	Palmela Desporto	29.08
5	Pedro Saad Oliveira	08	Jun	141892	Sporting	29.15
6	Joao Baixinho Roxo	10	Juv	210602	União Piedense	29.35
7	Tiago Neres Santo	10	Juv	209344	Algés	29.44
8	Francisco Soares Brito	08	Jun	205892	Bombeiros dos Estoris	29.69

Série 5 de 5, 16:57

1	Goncalo Morais Gordo	02	Abs	126006	Sporting	28.62
2	Tiago Trindade Manuel	09	Jun	205937	Palmela Desporto	28.46
3	Martim Chambel Pinto	09	Jun	208969	ADRCCI Monte Maior	27.85
4	Andre Azevedo Baraona	04	Abs	123965	Palmela Desporto	25.96
5	David Emanuel Tome	09	Jun	211569	Geslours	27.70
6	Caio Chaby Lobo	05	Abs	223748	Benfica	28.00
7	Andre Filipe Magalhaes	98	Abs	111394	Laranjeiro	28.47
8	Pedro Guedes Caldas	09	Jun	205652	Benfica	29.05

Prova 8

02.07.2026 - 16:59

Femin., 50m Costas

**Absolutos
Startlist**

Rec Nacional Absoluto	28.24	Rafaela Gomes Azevedo	SAD	Oeiras	2021
Rec Nacional Sen	28.24	Rafaela Gomes Azevedo	SAD	Oeiras	2021
Rec Nacional Jun 18	28.43	Rafaela Gomes Azevedo	SAD	Lisboa	2020
Rec Nacional Jun 17	28.55	Rafaela Gomes Azevedo	POR	Kazan (RUS)	2019
Rec Nacional Jun 17	28.55	Rafaela Gomes Azevedo	POR	Budapest (HUN)	2019
Rec Nacional Juv A	29.33	Rafaela Gomes Azevedo	SAD	Oeiras	2018
Rec Nacional Juv B	29.42	tempo limite			1800

TAC Juv B: 38.23; Juv A: 37.48; Jun 17: 36.75; Jun 18: 36.03; 19: 35.32; 20 +: 34.97

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 5, 16:59						
3	Raquel Silva Delgadinho	11	Juv	215458	Palmela Desporto	37.00
4	Rita Gato Costa	08	Jun	202475	União Piedense	36.11
5	Joana Alexandra Silva	10	Juv	207187	CPCD Póvoa de Santa Iria	36.90

Série 2 de 5, 17:01

1	Lara Nobre Semiao	11	Juv	214211	Salesianos	35.54
2	Bruna Sofia Simoes	10	Juv	213754	Sporting	34.70
3	Catarina Nobre Pardelha	10	Juv	212287	ADRCCI Monte Maior	34.56
4	Ana Nabais Mendes	10	Juv	211556	Laranjeiro	34.24
5	Madalena Pereira Arede	10	Juv	211253	Sporting	34.51
6	Carolina Melo Camejo	11	Juv	150949	Sporting	34.56
7	Ana Mao de Ferro	11	Juv	142167	Sporting	34.84
8	Madalena Carreiro Rodrigues	11	Juv	211474	Benfica	35.86

Prova 8, Femin., 50m Costas

Série 3 de 5, 17:02

1	Constança Dias Baptista	01	Abs	126394	Bombeiros dos Estoris	33.93
2	Joana Sofia Fernandes	09	Jun	208735	Nacional de Natação	33.81
3	Marina Salles Mendonca	10	Juv	214015	Sporting	33.26
4	Luisa Ponte Jorge	07	Abs	204158	Palmela Desporto	33.06
5	Daniela Pina Rodrigues	09	Jun	208657	Geslours	33.18
6	Matilde Catroga Marques	08	Jun	205880	ADRCCI Monte Maior	33.62
7	Lis Fatima Melo	08	Jun	208661	Geslours	33.93
8	Maria Francisca Moreira	10	Juv	210607	Bombeiros dos Estoris	33.94

Série 4 de 5, 17:04

1	Claudia Beatriz Martins	03	Abs	128830	Geslours	32.88
2	Margarida Almeida Ferreira	11	Juv	151230	Sporting	32.78
3	Carolina Escrevente Guerra	10	Juv	212746	Algés	32.47
4	Carolina Marques Madeira	09	Jun	208728	Nacional de Natação	32.15
5	Leonor Peso Parente	07	Abs	208092	Palmela Desporto	32.47
6	Sofia Oliveira Silva	99	Abs	121399	CPCD Póvoa de Santa Iria	32.72
7	Barbara Maria Neves	08	Jun	209449	Algés	32.81
8	Francisca Meneses Goncalves	11	Juv	214017	Benfica	32.95

Série 5 de 5, 17:06

1	Katie Louise Buckley	11	Juv	226448	Algés	32.02
2	Joana Monteiro Caetano	08	Jun	206085	Geslours	31.54
3	Margarida Catroga Marques	08	Jun	205879	ADRCCI Monte Maior	31.26
4	Soraia Maria Salgado	05	Abs	132513	Benfica	30.48
5	Matilde Lopes Fialho	09	Jun	208396	Palmela Desporto	31.20
6	Maria Leonor Coelho	06	Abs	132470	Benfica	31.46
7	Sofia Alexandra Nunes	00	Abs	112322	Laranjeiro	31.98
8	Beatriz Alexandra Rolim	08	Jun	207351	Palmela Desporto	32.12

Prova 9

Masc., 1500m Livres

Absolutos

02.07.2026 - 17:07

Startlist

Rec Nacional Absoluto	15:15.12	Guilherme Filipe Pina	SCP	Coimbra	2017
Rec Nacional Sen	15:15.12	Guilherme Filipe Pina	SCP	Coimbra	2017
Rec Nacional Jun 18	15:23.46	Guilherme Filipe Pina	POR	Hodmezovasarhely (HUN)	2016
Rec Nacional Jun 17	15:42.78	Rui Silva Pereira	POR	Samorin (SVK)	2025
Rec Nacional Juv A	15:45.55	Gustavo Manuel Santa	POR	Tampere (FIN)	2009
Rec Nacional Juv B	16:11.75	Rui Silva Pereira	POR	Coimbra	2023

TAC Juv B: 19:29.36; Juv A: 18:44.38; Jun 17: 18:11.63; Jun 18: 17:50.23; 19: 17:29.24; 20 +: 17:18.75

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 2, 17:07						
1	Afonso Santos Carromeu	09	Jun	210969	Naval Setubalense	17:33.77
2	Guilherme Valente Pereira	10	Juv	212288	ADRCCI Monte Maior	16:58.11
3	Bernardo Goncalves Paulo	11	Juv	216285	União Piedense	16:51.25
4	Rodrigo Onofre Matos	06	Abs	200159	ADRCCI Monte Maior	16:34.62
5	Rafael Lin Moniz	09	Jun	210337	Palmela Desporto	16:42.96
6	Vasco Frischknecht Oliveira	08	Jun	209456	Benfica	16:53.75
7	Andre Correia Alves	06	Abs	131173	Benfica	17:12.24

Prova 9, Masc., 1500m Livres

Série 2 de 2, 17:25

3	Tomas Augusto Reis	09	Jun	219434	Os Belenenses	18:11.64
4	Afonso Reis Campanico	07	Abs	221762	Laranjeiro	17:43.95
5	Ryan Lukas Desousa	11	Juv	217269	ACSintra	17:45.81

Prova 10

Femin., 800m Livres

Absolutos

02.07.2026 - 17:44

Startlist

Rec Nacional Absoluto	8:29.33	Diana Margarida Duraes	POR	Tarragona (ESP)	2018
Rec Nacional Sen	8:29.33	Diana Margarida Duraes	POR	Tarragona (ESP)	2018
Rec Nacional Jun 18	8:38.40	Tamila Hryhorivna Holub	SCB		2017
Rec Nacional Jun 17	8:36.21	Tamila Hryhorivna Holub	SCB	Coimbra	2016
Rec Nacional Juv A	8:45.53	Tamila Hryhorivna Holub	SCB	Coimbra	2015
Rec Nacional Juv B	8:50.68	Tamila Hryhorivna Holub	SCB	Oeiras	2014

TAC Juv B: 11:13.87; Juv A: 10:47.96; Jun 17: 10:29.08; Jun 18: 10:16.75; 19: 10:04.66; 20 +: 9:58.61

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 1, 17:44						
1	Carmo Rosa Madeira	11	Juv	213994	Laranjeiro	10:24.33
2	Maria Rendeiro Correia	11	Juv	214922	Algés	10:11.14
3	Ana Filipa Serra	11	Juv	211617	ADRCCI Monte Maior	9:54.17
4	Maria Ornelas Armas	98	Abs	106961	ADRCCI Monte Maior	9:18.46
5	Marta Lima Pimentel	04	Abs	130230	ADRCCI Monte Maior	9:40.47
6	Joana Pontes Prior	08	Jun	213993	Laranjeiro	10:01.67
7	Laura Aguiar Bergamo	11	Juv	212829	Algés	10:21.78

17:56 Entrega de Medalhas (Provas 7 a 10)

2 - 2ª Jornada

03.07.2026 - 15:15

Prova 11

Masc., 4 x 50m Estilos

Absolutos

03.07.2026 - 15:15

Startlist

Rec Nacional Absoluto	1:41.67	Sporting Clube de Portugal	SCP	Oeiras	2022
Rec Nacional Sen	1:41.67	Sporting Clube de Portugal	SCP	Oeiras	2022
Rec Nacional Jun	1:46.34	Sport Lisboa e Benfica	SLB	Coimbra	2023
Rec Nacional Juv A	1:50.97	Futebol Clube do Porto	FCP	Funchal	2023
Rec Nacional Juv	1:50.97	Futebol Clube do Porto	FCP	Funchal	2023
Rec Nacional Juv B	1:53.93	Futebol Clube do Porto	FCP	Oeiras	2022

TAC Juv B: 2:24.70; Juv A: 2:19.13; Jun: 2:05.07; Sen: 2:03.82

Pista	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 2, 15:15				
3 Monte Maior Juv	Juv		ADRCCI Monte Maior	2:10.00
4 Palmela Juv	Juv		Palmela Desporto	2:05.25
5 CPCD Juv	Juv		CPCD Póvoa de Santa Iria	2:05.29

Série 2 de 2, 15:18

1 ACSintra Juv	Juv		ACSintra	2:03.49
2 Benfica Juv	Juv		Benfica	2:00.18
3 Algés Juv	Juv		Algés	1:56.79
4 Geslours Jun	Jun		Geslours	1:52.55
5 Laranjeiro Abs	Abs		Laranjeiro	1:54.13
6 Palmela Jun	Jun		Palmela Desporto	1:58.31
7 Geslours Juv	Juv		Geslours	2:00.82

Prova 12

Femin., 4 x 50m Estilos

Absolutos

03.07.2026 - 15:21

Startlist

Rec Nacional Absoluto	1:56.39	Sport Alges e Dafundo	SAD	Funchal	2019
Rec Nacional Sen	2:00.79	tempo limite			1800
Rec Nacional Jun	2:06.63	tempo limite			1800
Rec Nacional Juv A	2:04.33	Clube dos Galitos / Bresimar	CGA	Coimbra	2026
Rec Nacional Juv	2:04.33	Clube dos Galitos / Bresimar	CGA	Coimbra	2026
Rec Nacional Juv B	2:07.28	Condeixa Aqua Clube	CAQC	Coimbra	2025

TAC Juv B: 2:41.55; Juv A: 2:35.34; Jun: 2:19.64; Sen: 2:18.25

Pista	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 1, 15:21				
3 Física Abs	Abs		Física Torres Vedras	2:13.86
4 Algés Juv	Juv		Algés	2:11.92
5 Benfica Juv	Juv		Benfica	2:13.37
6 Monte Maior Juv	Juv		ADRCCI Monte Maior	2:20.00

Prova 13

Masc., 400m Estilos

Absolutos

03.07.2026 - 15:24

Startlist

Rec Nacional Absoluto	4:15.84	Alexis Manacas Santos	POR	Rio de Janeiro (BRA)	2016
Rec Nacional Sen	4:15.84	Alexis Manacas Santos	POR	Rio de Janeiro (BRA)	2016
Rec Nacional Jun 18	4:21.42	Jose Paulo Lopes	POR	Helsinki (FIN)	2018
Rec Nacional Jun 17	4:25.23	Joao Alexandre Vital	POR	Singapore (SGP)	2015
Rec Nacional Juv A	4:32.66	Joao Alexandre Vital	ADRCIMM	Coimbra	2014
Rec Nacional Juv B	4:37.06	Joao Alexandre Vital	POR	Utrecht (NED)	2013

TAC Juv B: 5:40.03; Juv A: 5:26.95; Jun 17: 5:17.43; Jun 18: 5:11.20; 19: 5:05.10; 20 +: 5:02.05

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 2, 15:24						
1	Tomas Ferreira Batista	11	Juv	213082	CPCD Póvoa de Santa Iria	5:07.63
2	Francisco Rodrigues Vilar	08	Jun	208983	Sporting	4:59.92
3	Joao Baixinho Roxo	10	Juv	210602	União Piedense	4:54.48
4	Andre Correia Alves	06	Abs	131173	Benfica	4:39.34
5	Diogo Didario Alfano	09	Jun	225258	Benfica	4:49.39
6	Guilherme Valente Pereira	10	Juv	212288	ADRCCI Monte Maior	4:59.53
7	Afonso Santos Carromeu	09	Jun	210969	Naval Setubalense	5:01.07
8	Martim Marino Brilha	10	Juv	216537	Os Belenenses	5:14.75

Série 2 de 2, 15:30

2	Bruno Miguel Figueiredo	11	Juv	218769	Física Torres Vedras	5:40.04
3	Lourenco Sousa Calais	11	Juv	223703	CPCD Póvoa de Santa Iria	5:33.38
4	Jesus Alberto Mejias	09	Jun	218311	Os Belenenses	5:17.44
5	Mingxi Guan	11	Juv	220213	Algés	5:28.18
6	Tomas Neto Rodrigues	11	Juv	218913	ACSintra	5:38.94

Prova 14

Femin., 400m Estilos

Absolutos

03.07.2026 - 15:36

Startlist

Rec Nacional Absoluto	4:40.11	Victoria Kaminskaya	POR	Pontevedra (ESP)	2017
Rec Nacional Sen	4:40.11	Victoria Kaminskaya	POR	Pontevedra (ESP)	2017
Rec Nacional Jun 18	4:49.60	Victoria Kaminskaya	PIMP	Coimbra	2013
Rec Nacional Jun 17	4:52.12	Victoria Kaminskaya	PIMP	Oeiras	2012
Rec Nacional Juv A	4:54.00	Ines Neto Rocha	SANNP	Gijón (ESP)	2017
Rec Nacional Juv B	4:58.08	Diana Margarida Duraes	FOCA	Povoa de Varzim	2011

TAC Juv B: 6:16.88; Juv A: 6:02.39; Jun 17: 5:51.83; Jun 18: 5:44.93; 19: 5:38.17; 20 +: 5:34.79

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 2, 15:36						
2	Joana Sofia Fernandes	09	Jun	208735	Nacional de Natação	5:32.76
3	Rita Canas Brito	10	Juv	210978	Naval Setubalense	5:26.90
4	Raquel Sofia Bras	09	Jun	208973	Os Belenenses	5:13.43
5	Ana Filipa Serra	11	Juv	211617	ADRCCI Monte Maior	5:22.87
6	Luisa Anjos Frischknecht	10	Juv	210973	Naval Setubalense	5:32.29
7	Carolina Sofia Martins	10	Juv	210962	Palmela Desporto	5:34.31

Prova 14, Femin., 400m Estilos

Série 2 de 2, 15:43

3	Marta Matos Laranjeira	08	Jun	205884	Fisica Torres Vedras	5:57.68
4	Jessica Bernardino Lopes	10	Juv	212317	Fisica Torres Vedras	5:36.51
5	Rafaela Marreiros Oliveira	11	Juv	215651	Palmela Desporto	5:42.67

Prova 15

Masc., 200m Livres

Absolutos

03.07.2026 - 15:50

Startlist

Rec Nacional Absoluto	1:47.97	Miguel Duarte Nascimento	SLB	Coimbra	2019
Rec Nacional Sen	1:47.97	Miguel Duarte Nascimento	SLB	Coimbra	2019
Rec Nacional Jun 18	1:49.98	Tiago Andre Venancio	POR	Budapest (HUN)	2005
Rec Nacional Jun 17	1:50.82	Diogo Matos Ribeiro	CUC	Coimbra	2021
Rec Nacional Juv A	1:54.18	Gustavo Manuel Santa	POR	Tampere (FIN)	2009
Rec Nacional Juv B	1:53.96	Diogo Matos Ribeiro	CUC	Funchal	2019

TAC Juv B: 2:21.46; Juv A: 2:16.02; Jun 17: 2:12.06; Jun 18: 2:09.47; 19: 2:06.93; 20 +: 2:05.66

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 7, 15:50						
1	Isaac Carvalho Alves	11	Juv	214884	Salesianos	2:25.31
2	Manuel Araujo Pereira	11	Juv	225175	Fisica Torres Vedras	2:20.81
3	Tomas Neto Rodrigues	11	Juv	218913	ACSintra	2:19.43
4	Keyser Jossib Ribeiro	11	Juv	222337	Benfica	2:17.42
5	Carlos Henrique Dias	11	Juv	213987	Fisica Torres Vedras	2:19.34
6	Andre Santos Fernandes	10	Juv	217657	Salesianos	2:19.64
7	Tiago Guedes Caldas	11	Juv	213039	Benfica	2:23.17
8	Ricardo Silva Caetano	11	Juv	219905	Os Belenenses	2:45.45

Série 2 de 7, 15:53

1	Andrey Ponomarov	10	Juv	217159	CPCD Póvoa de Santa Iria	2:16.39
2	Miguel Pereira Gamelas	10	Juv	227096	Sporting	2:16.03
3	Francisco Alves Conceicao	11	Juv	219445	Palmela Desporto	2:15.60
4	Francisco Pimentel Coelho	11	Juv	215653	Benfica	2:14.48
5	Joao Marcelino Rodrigues	11	Juv	142093	Sporting	2:14.67
6	Antonio Santos Mota	11	Juv	215656	Benfica	2:15.99
7	Vicente Guerreiro Velez	11	Juv	215332	Fisica Torres Vedras	2:16.24
8	Dinis Gomes Araujo	11	Juv	217660	Salesianos	2:16.99

Série 3 de 7, 15:56

1	Henrique Jose Chainho	11	Juv	215738	Palmela Desporto	2:14.11
2	Guilherme Costa Alves	10	Juv	211466	Sporting	2:12.87
3	Dinis Andrade Cabral	11	Juv	217265	Palmela Desporto	2:10.43
4	Tome Pargana Mendes	11	Juv	211589	União Piedense	2:09.92
5	Ricardo Andrade Belezas	91	Abs	132918	Os Belenenses	2:10.35
6	Joao Pedro Correia	11	Juv	216091	Salesianos	2:11.37
7	Joao Afonso Quaresma	09	Jun	223449	Laranjeiro	2:13.72
8	Duarte Oliveira Pinto	11	Juv	215652	Geslours	2:14.44

Prova 15, Masc., 200m Livres

Série 4 de 7, 15:59

1	Francisco Gabriel Freitas	09	Jun	214293	Geslours	2:07.47
2	Tomas Rodrigues Oliveira	10	Juv	215331	Física Torres Vedras	2:07.23
3	Diogo Alves Castro	10	Juv	214993	Algés	2:06.74
4	Tomas O'Grady Freire	10	Juv	214315	Sporting	2:05.55
5	Francisco Soares Brito	08	Jun	205892	Bombeiros dos Estoris	2:06.15
6	Tiago Filipe Pato	11	Juv	225627	Algés	2:07.01
7	Pedro Guedes Caldas	09	Jun	205652	Benfica	2:07.23
8	Ryan Lukas Desousa	11	Juv	217269	ACSintra	2:09.53

Série 5 de 7, 16:02

1	Afonso Reis Campanico	07	Abs	221762	Laranjeiro	2:05.45
2	Rodrigo Ferrao Dias	10	Juv	214314	Sporting	2:04.91
3	Andre Raposo Pinheiro	09	Jun	208650	Sporting	2:04.59
4	Dinis Aresta Ribeiro	10	Juv	214312	Sporting	2:04.10
5	Martim Frederico Marques	10	Juv	210909	Sporting	2:04.22
6	Lourenco Lopes Silva	07	Abs	202104	Palmela Desporto	2:04.79
7	Simao Verissimo Aires	11	Juv	213996	Laranjeiro	2:05.02
8	Jose Pedro Salvadinho	08	Jun	214535	Nacional de Natação	2:05.52

Série 6 de 7, 16:05

1	Joao Filipe Prazeres	08	Jun	208984	Geslours	2:02.78
2	Bernardo Afonso Guedelha	09	Jun	208760	Benfica	2:02.65
3	Afonso Mendonca Ornelas	08	Jun	208752	Geslours	2:01.70
4	Andre Miguel Ramos	07	Abs	209022	Sporting	2:00.29
5	Tiago Neres Santo	10	Juv	209344	Algés	2:00.46
6	David Alexandre Fernandes	06	Abs	212767	Nacional de Natação	2:02.12
7	Rodrigo Onofre Matos	06	Abs	200159	ADRCCI Monte Maior	2:02.72
8	Tiago Rafael Ferreira	09	Jun	217638	Sporting	2:03.82

Série 7 de 7, 16:08

1	Vasco Alexandre Martins	09	Jun	209406	ADRCCI Monte Maior	1:59.72
2	Rafael Lin Moniz	09	Jun	210337	Palmela Desporto	1:57.96
3	Xavier Rosa Madeira	09	Jun	212301	Laranjeiro	1:55.99
4	Bernardo Jorge Simoes	04	Abs	130250	Os Belenenses	1:53.25
5	Vasco Frischknecht Oliveira	08	Jun	209456	Benfica	1:54.27
6	Luis Pedro Figueiredo	06	Abs	203875	Geslours	1:57.63
7	Joao Almeida Gomes	06	Abs	132828	Nacional de Natação	1:58.83
8	Bernardo Goncalves Paulo	11	Juv	216285	União Piedense	2:00.02

Prova 16

Femin., 200m Livres

Absolutos

03.07.2026 - 16:10

Startlist

Rec Nacional Absoluto	1:57.85	Francisca Soares Martins	POR	Berlin (GER)	2025
Rec Nacional Sen	1:57.85	Francisca Soares Martins	POR	Berlin (GER)	2025
Rec Nacional Jun 18	2:02.68	Mariana Pacheco Cunha	CNCE	Porto	2022
Rec Nacional Jun 17	2:03.11	Francisca Soares Martins	POR	Loule	2020
Rec Nacional Juv A	2:02.89	Ana Reis Sousa	POR	Helsinki (FIN)	2018
Rec Nacional Juv B	2:05.85	Francisca Soares Martins	FOCA	Oeiras	2018

TAC Juv B: 2:37.44; Juv A: 2:31.39; Jun 17: 2:26.98; Jun 18: 2:24.10; 19: 2:21.27; 20 +: 2:19.86

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 6, 16:10						
3	Nicole Magali Graca	11	Juv	215649	Geslours	2:35.66
4	Maria Duarte Carvalho	10	Juv	211475	Benfica	2:33.27
5	Rita Oliveira Gomes	11	Juv	221111	Fisica Torres Vedras	2:34.98
Série 2 de 6, 16:14						
1	Maria Rita Filipe	10	Juv	211565	Benfica	2:31.97
2	Nuria Cristina Pires	10	Juv	216865	Os Belenenses	2:30.45
3	Beatriz Santos Goncalves	09	Jun	208742	Nacional de Natação	2:28.93
4	Leonor Maria Gomes	11	Juv	222522	ADRCCI Monte Maior	2:28.17
5	Raquel Silva Delgadinho	11	Juv	215458	Palmela Desporto	2:28.69
6	Rita Ribeiro Pereira	11	Juv	220606	Benfica	2:29.06
7	Catarina Ribeiro Fernandez	11	Juv	217260	Geslours	2:31.31
8	Carolina Sousa Guimaraes	10	Juv	214881	Salesianos	2:33.23
Série 3 de 6, 16:17						
1	Maria Francisca Moreira	10	Juv	210607	Bombeiros dos Estoris	2:26.15
2	Clara Li Palazzin	11	Juv	217656	Salesianos	2:25.62
3	Varvara Hurynovich	11	Juv	222740	Algés	2:24.23
4	Bruna Sofia Simoes	10	Juv	213754	Sporting	2:24.15
5	Laura Aguiar Bergamo	11	Juv	212829	Algés	2:24.20
6	Constanca Lopes Cruz	09	Jun	208279	ADRCCI Monte Maior	2:24.57
7	Natalia Landa Paredes	11	Juv	216367	Salesianos	2:25.73
8	Carolina Pinto Fonseca	11	Juv	220200	Fisica Torres Vedras	2:27.16
Série 4 de 6, 16:20						
1	Alice Fernandes Rodrigues	10	Juv	220212	Geslours	2:23.99
2	Lis Fatima Melo	08	Jun	208661	Geslours	2:23.03
3	Maria Madalena Fernandes	10	Juv	212757	Algés	2:21.51
4	Carmo Rosa Madeira	11	Juv	213994	Laranjeiro	2:20.12
5	Maria Luisa Dinis	09	Jun	209399	Algés	2:21.29
6	Lara Nobre Semiao	11	Juv	214211	Salesianos	2:22.37
7	Marta Matos Laranjeira	08	Jun	205884	Fisica Torres Vedras	2:23.07
8	Mariana Varela Costa	10	Juv	208738	Sporting	2:24.09
Série 5 de 6, 16:23						
1	Beatriz Paiva Branco	10	Juv	213992	Laranjeiro	2:19.23
2	Francisca Cunha Monteiro	11	Juv	216298	Benfica	2:18.99
3	Beatriz Silva Jordao	09	Jun	206785	Os Belenenses	2:18.14
4	Carolina Melo Camejo	11	Juv	150949	Sporting	2:17.77
5	Maria Rendeiro Correia	11	Juv	214922	Algés	2:17.78
6	Matilde Lopes Fialho	09	Jun	208396	Palmela Desporto	2:18.56
7	Maria Madalena Lucas	11	Juv	220095	Nacional de Natação	2:19.16
8	Leonor Tavares Catalao	06	Abs	202215	Sporting	2:19.87

Prova 16, Femin., 200m Livres

Série 6 de 6, 16:26

1	Beatriz Alexandra Rolim	08	Jun	207351	Palmela Desporto	2:17.16
2	Marcia Guerreiro Castilho	09	Jun	217503	Laranjeiro	2:16.04
3	Katie Louise Buckley	11	Juv	226448	Algés	2:14.31
4	Anna Fomina	02	Abs	208146	Sporting	1:59.06
5	Maria Leonor Coelho	06	Abs	132470	Benfica	2:12.65
6	Teresa Oliveira Santos	08	Jun	208769	Algés	2:15.64
7	Victoria Sales Proenca	10	Juv	211478	Benfica	2:16.37
8	Matilde Catroga Marques	08	Jun	205880	ADRCCI Monte Maior	2:17.24

16:30 Entrega de Medalhas (Provas 11 a 16) // 2º Aquecimento (35')

Prova 17

Masc., 50m Bruços

Absolutos

03.07.2026 - 17:05

Startlist

Rec Nacional Absoluto	27.92	Alexandre Ferreira Amorim	VSC	Estocolmo (SWE)	2025
Rec Nacional Sen	27.92	Alexandre Ferreira Amorim	VSC	Estocolmo (SWE)	2025
Rec Nacional Jun 18	28.79	Carlos Daniel Nunes	POR	Belgrado (SRB)	2023
Rec Nacional Jun 17	29.10	Pedro Miguel Agostinho	POR	Praga (CZE)	2009
Rec Nacional Juv A	29.72	David Xavier Almeida	ADBA	Coimbra	2026
Rec Nacional Juv B	30.57	tempo limite			1800

TAC Juv B: 36.18; Juv A: 35.47; Jun 17: 34.78; Jun 18: 34.09; 19: 33.43; 20 +: 33.09

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 6, 17:05						
2	Afonso Pereira Lucas	09	Jun	223706	Salesianos	36.60
3	Francisco Reis Pinto	10	Juv	211472	Algés	36.02
4	Matias Malheiro Mata	11	Juv	216817	Sporting	35.47
5	Henrique Matos Sebroza	10	Juv	216098	Geslours	35.71
6	Santiago Costa Veloso	11	Juv	216280	ADRCCI Monte Maior	36.40
7	Guilherme Francisco Filipe	11	Juv	217662	Salesianos	37.94

Série 2 de 6, 17:06

2	Gabriel Filipe Matildes	10	Juv	220263	ADRCCI Monte Maior	35.07
3	Francisco Sousa Lucas	09	Jun	217642	Bombeiros dos Estoris	34.66
4	Mingxi Guan	11	Juv	220213	Algés	34.42
5	Diogo Rodrigues Sousa	10	Juv	214212	Algés	34.51
6	Gustavo Pinto Mota	11	Juv	215251	Palmela Desporto	34.75
7	Martim Fonseca Figueira	11	Juv	219900	CPCD Póvoa de Santa Iria	35.45

Série 3 de 6, 17:07

2	Tiago Filipe Pato	11	Juv	225627	Algés	33.94
3	Miguel Ratinho Rocha	09	Jun	214840	Naval Setubalense	33.63
4	Diogo Aiala Ribeiro	09	Jun	212748	Algés	33.22
5	David Pacheco Castanheira	11	Juv	217256	Benfica	33.55
6	Joao Pedro Monteiro	08	Jun	203021	Individual ANL	33.91
7	Simao Cruz Trindade	10	Juv	220766	Naval Setubalense	34.15

Prova 17, Masc., 50m Bruços

Série 4 de 6, 17:09

2	Afonso Alfaced Samoes	10	Juv	220214	Algés	32.70
3	Andre Santos Braga	11	Juv	215648	ACSintra	32.19
4	Afonso Miguel Amaro	09	Jun	216575	Benfica	31.37
5	Miguel Belo Santos	10	Juv	215002	Algés	31.89
6	Diogo Didario Alfano	09	Jun	225258	Benfica	32.54
7	Tiago Filipe Esteves	08	Jun	209223	Naval Setubalense	32.86

Série 5 de 6, 17:10

2	Guilherme Assis Ramos	98	Abs	100274	Fisica Torres Vedras	30.94
3	Joao Miguel Cascalheira	03	Abs	201621	Naval Setubalense	30.85
4	Diogo Miguel Monteiro	04	Abs	147200	Sporting	30.10
5	Francisco Gabriel Freitas	09	Jun	214293	Geslours	30.70
6	Goncalo Morais Gordo	02	Abs	126006	Sporting	30.89
7	Miguel Loucao Caxaria	09	Jun	205908	Palmela Desporto	31.24

Série 6 de 6, 17:11

2	Caio Chaby Lobo	05	Abs	223748	Benfica	29.71
3	Andre Filipe Magalhaes	98	Abs	111394	Laranjeiro	29.00
4	Matthew George Lawrence	03	Abs	217507	Benfica	28.67
5	Andre Tavares Grenho	99	Abs	120605	Geslours	28.76
6	Renato Barros Frischknecht	01	Abs	122051	Benfica	29.18
7	Rodrigo Martins Chocas	07	Abs	130042	Sporting	29.89

Prova 18

Femin., 50m Bruços

Absolutos

03.07.2026 - 17:13

Startlist

Rec Nacional Absoluto	30.73	Ana Pinho Rodrigues	EDV	Porto	2023
Rec Nacional Sen	30.73	Ana Pinho Rodrigues	EDV	Porto	2023
Rec Nacional Jun 18	31.98	Ana Pinho Rodrigues	POR	Debrecen (HUN)	2012
Rec Nacional Jun 17	31.60	Joana Catarina Carvalho	FCP	Coimbra	2009
Rec Nacional Juv A	31.92	Ana Pinho Rodrigues	POR	Gorzow Wlwp (POL)	2010
Rec Nacional Juv B	32.04	Ana Pinho Rodrigues	AEJ	Faro	2009

TAC Juv B: 42.37; Juv A: 41.54; Jun 17: 40.72; Jun 18: 39.92; 19: 39.14; 20 +: 38.75

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 4, 17:13						
2	Beatriz Costa Diniz	10	Juv	150966	Sporting	41.55
3	Beatriz Santos Goncalves	09	Jun	208742	Nacional de Natação	40.73
4	Marina Salles Mendonca	10	Juv	214015	Sporting	38.81
5	Maria Rita Rocha	11	Juv	222483	Oriental de Lisboa	39.12
6	Maria Oleneva	10	Juv	227459	Sporting	41.36
7	Joana Raquel Dinis	11	Juv	225598	ACSintra	43.04

Série 2 de 4, 17:14

2	Maria Madeira Carvalho	11	Juv	218695	Algés	38.52
3	Soraia Guerra Rolim	95	Abs	121321	Laranjeiro	38.30
4	Matilde Bento Pereira	11	Juv	215052	Benfica	36.43
5	Vitoria Alves Penedo	11	Juv	215457	Palmela Desporto	38.22
6	Madalena Ferreira Baldo	11	Juv	216272	ADRCCI Monte Maior	38.41
7	Varvara Hurynovich	11	Juv	222740	Algés	38.78

Prova 18, Femin., 50m Bruços

Série 3 de 4, 17:15

2	Beatriz Ferreira Batista	09	Jun	205653	CPCD Póvoa de Santa Iria	35.76
3	Maria Duarte Carvalho	10	Juv	211475	Benfica	35.61
4	Luisa Goncalves Rodrigues	08	Jun	202678	Fisica Torres Vedras	35.15
5	Claudia Beatriz Martins	03	Abs	128830	Geslours	35.58
6	Anna Fomina	02	Abs	208146	Sporting	35.62
7	Jessica Bernardino Lopes	10	Juv	212317	Fisica Torres Vedras	35.84

Série 4 de 4, 17:17

2	Raquel Rodrigues Augusto	07	Abs	202485	Geslours	34.82
3	Rebeca Leonor Antunes	06	Abs	148284	Benfica	34.10
4	Leonor Peso Parente	07	Abs	208092	Palmela Desporto	31.92
5	Rita Canas Brito	10	Juv	210978	Naval Setubalense	33.77
6	Beatriz Silva Gomes	08	Jun	207357	Individual ANL	34.53
7	Daniela Pina Rodrigues	09	Jun	208657	Geslours	35.04

Prova 19

Masc., 200m Costas

Absolutos

03.07.2026 - 17:18

Startlist

Rec Nacional Absoluto	1:57.06	Francisco Rogerio Santos	SCP	Porto	2021
Rec Nacional Sen	1:57.06	Francisco Rogerio Santos	SCP	Porto	2021
Rec Nacional Jun 18	2:00.07	Joao Nogueira Costa	POR	Budapest (HUN)	2019
Rec Nacional Jun 17	2:03.06	Pedro Diogo Oliveira	POR	Budapest (HUN)	2005
Rec Nacional Juv A	2:06.59	Joao Alexandre Vital	POR	Netanya (ISR)	2014
Rec Nacional Juv B	2:06.44	Joao Alexandre Vital	POR	Utrecht (NED)	2013

TAC Juv B: 2:37.26; Juv A: 2:31.21; Jun 17: 2:26.81; Jun 18: 2:23.93; 19: 2:21.22; 20 +: 2:19.70

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 3, 17:18						
1	Cristiano Rafael Melnychuk	10	Juv	218661	ACSintra	2:36.71
2	Bruno Miguel Figueiredo	11	Juv	218769	Fisica Torres Vedras	2:32.16
3	Rafael Carreiras Marques	10	Juv	211192	Geslours	2:29.25
4	Lourenco Marques Sebastiao	09	Jun	214627	Laranjeiro	2:26.35
5	Goncalo Soares Brito	10	Juv	211451	Bombeiros dos Estoris	2:27.00
6	Andre Huang	10	Juv	214292	Geslours	2:31.22
7	Rafael Ferreira Colin	11	Juv	215644	Bombeiros dos Estoris	2:32.91
8	Tomas Ferreira Batista	11	Juv	213082	CPCD Póvoa de Santa Iria	2:37.27

Série 2 de 3, 17:22

1	Tomas Rodrigues Oliveira	10	Juv	215331	Fisica Torres Vedras	2:25.96
2	Luca Cristian Irimia	11	Juv	215692	CPCD Póvoa de Santa Iria	2:25.09
3	Tiago Pinheiro Carranca	11	Juv	216281	ADRCCI Monte Maior	2:22.13
4	Rafael Filipe Nunes	96	Abs	108344	Laranjeiro	2:19.71
5	Bernardo Miguel Oliveira	09	Jun	211214	Nacional de Natação	2:21.37
6	Diogo Rodrigues Sousa	10	Juv	214212	Algés	2:24.93
7	Ryan Lukas Desousa	11	Juv	217269	ACSintra	2:25.52
8	Goncalo Duarte Vigario	11	Juv	214776	Naval Setubalense	2:26.22

Prova 19, Masc., 200m Costas

Série 3 de 3, 17:26

1	Francisco Soares Brito	08	Jun	205892	Bombeiros dos Estoris	2:16.66
2	Tiago Trindade Manuel	09	Jun	205937	Palmela Desporto	2:13.94
3	Andre Correia Alves	06	Abs	131173	Benfica	2:09.40
4	Martim Chambel Pinto	09	Jun	208969	ADRCCI Monte Maior	2:05.00
5	Lourenco Lopes Silva	07	Abs	202104	Palmela Desporto	2:06.55
6	Joao Baixinho Roxo	10	Juv	210602	União Piedense	2:11.85
7	Rui Melo Pereira	09	Jun	211470	Benfica	2:15.08
8	Pedro Saad Oliveira	08	Jun	141892	Sporting	2:17.07

Prova 20

Femin., 200m Costas

Absolutos

03.07.2026 - 17:29

Startlist

Rec Nacional Absoluto	2:08.95	Camila Rodrigues Rebelo	POR	Belgrado (SRB)	2024
Rec Nacional Sen	2:08.95	Camila Rodrigues Rebelo	POR	Belgrado (SRB)	2024
Rec Nacional Jun 18	2:15.27	Francisca Gomes Azevedo	SAD	Coimbra	2015
Rec Nacional Jun 17	2:15.53	Rita Barros Frischknecht	SAD	Coimbra	2015
Rec Nacional Juv A	2:15.72	Camila Rodrigues Rebelo	ALN	Coimbra	2019
Rec Nacional Juv B	2:17.38	Joana Carina Silva	LSXXI	Coimbra	2012

TAC Juv B: 2:58.89; Juv A: 2:52.01; Jun 17: 2:47.00; Jun 18: 2:43.72; 19: 2:40.51; 20 +: 2:38.91

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 3, 17:29						
2	Raquel Silva Delgadinho	11	Juv	215458	Palmela Desporto	2:46.62
3	Marta Lima Pimentel	04	Abs	130230	ADRCCI Monte Maior	2:38.92
4	Ana Mao de Ferro	11	Juv	142167	Sporting	2:38.18
5	Beatriz Ferreira Batista	09	Jun	205653	CPCD Póvoa de Santa Iria	2:38.54
6	Madalena Pereira Arede	10	Juv	211253	Sporting	2:42.80

Série 2 de 3, 17:33

1	Ana Nabais Mendes	10	Juv	211556	Laranjeiro	2:36.40
2	Margarida Ferreira Moura	11	Juv	214313	Sporting	2:35.52
3	Carolina Escrevente Guerra	10	Juv	212746	Algés	2:33.74
4	Francisca Meneses Goncalves	11	Juv	214017	Benfica	2:33.09
5	Maria Rita Filipe	10	Juv	211565	Benfica	2:33.15
6	Maria Francisca Moreira	10	Juv	210607	Bombeiros dos Estoris	2:34.67
7	Ana Filipa Serra	11	Juv	211617	ADRCCI Monte Maior	2:35.91
8	Joana Pontes Prior	08	Jun	213993	Laranjeiro	2:37.33

Série 3 de 3, 17:37

1	Margarida Almeida Ferreira	11	Juv	151230	Sporting	2:32.40
2	Joana Monteiro Caetano	08	Jun	206085	Geslours	2:30.09
3	Carolina Marques Madeira	09	Jun	208728	Nacional de Natação	2:25.37
4	Carolina Martins Camacho	06	Abs	202646	Benfica	2:20.00
5	Luana Correia Rodrigues	01	Abs	121504	Os Belenenses	2:24.21
6	Leonor Castanho Santos	07	Abs	150848	Sporting	2:25.93
7	Lis Fatima Melo	08	Jun	208661	Geslours	2:32.19
8	Barbara Maria Neves	08	Jun	209449	Algés	2:32.44

17:40 Intervalo 10'

Prova 21

Masc., 4 x 100m Livres

Absolutos

03.07.2026 - 17:50

Startlist

Rec Nacional Absoluto	3:20.92	Sport Lisboa e Benfica	SLB	Oeiras	2023
Rec Nacional Sen	3:20.92	Sport Lisboa e Benfica	SLB	Oeiras	2023
Rec Nacional Jun	3:32.70	Clube Uniao 1919	CUC	Coimbra	2021
Rec Nacional Juv A	3:39.68	Futebol Clube do Porto	FCP	Famalicao	2013
Rec Nacional Juv	3:39.68	Futebol Clube do Porto	FCP	Famalicao	2013
Rec Nacional Juv B	3:44.52	Ass. Desp. Bairro dos Anjos	ADBA	Funchal	2019

TAC Juv B: 4:28.23; Juv A: 4:17.91; Jun: 4:05.49; Sen: 3:58.27

Pista	Categ.	N�Lic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 2, 17:50				
3 Física Juv	Juv		Física Torres Vedras	4:09.56
4 ACSintra Juv	Juv		ACSintra	4:07.24
5 Salesianos Juv	Juv		Salesianos	4:09.46
6 CPCD Juv	Juv		CPCD Póvoa de Santa Iria	4:10.50

Série 2 de 2, 17:55

1 Monte Maior Juv	Juv		ADRCCI Monte Maior	4:00.00
2 Geslours Juv	Juv		Geslours	3:57.77
3 Palmela Jun	Jun		Palmela Desporto	3:52.93
4 Geslours	Jun		Geslours	3:48.36
5 Algés Juv	Juv		Algés	3:50.07
6 Naval Setubalense Abs	Abs		Naval Setubalense	3:57.27
7 Benfica Juv	Juv		Benfica	3:58.79
8 Palmela Juv	Juv		Palmela Desporto	4:05.99

Prova 22

Femin., 4 x 100m Livres

Absolutos

03.07.2026 - 18:00

Startlist

Rec Nacional Absoluto	3:50.23	Sporting Clube de Portugal	SCP	Coimbra	2026
Rec Nacional Sen	3:50.23	Sporting Clube de Portugal	SCP	Coimbra	2026
Rec Nacional Jun	4:02.38	tempo limite			1800
Rec Nacional Juv A	4:01.85	Condeixa Aqua Clube	CAQC	Coimbra	2026
Rec Nacional Juv	4:01.85	Condeixa Aqua Clube	CAQC	Coimbra	2026
Rec Nacional Juv B	4:06.43	Futebol Clube do Porto	FCP	Coimbra	2015

TAC Juv B: 5:04.42; Juv A: 4:52.71; Jun: 4:38.61; Sen: 4:30.42

Pista	Categ.	N�Lic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 1, 18:00				
2 Monte Maior Juv	Juv		ADRCCI Monte Maior	4:30.00
3 Benfica Juv	Juv		Benfica	4:19.14
4 Algés Juv	Juv		Algés	4:16.50
5 Laranjeiro Juv	Juv		Laranjeiro	4:16.66
6 Salesianos Juv	Juv		Salesianos	4:23.24

18:05 Entrega de Medalhas (Provas 17 a 22)

3 - 3ª Jornada

04.07.2026 - 15:15

Prova 23

Femin., 100m Mariposa

Absolutos

04.07.2026 - 15:15

Startlist

Rec Nacional Absoluto	58.76	Sara Freitas Oliveira	POR	Budapest (HUN)	2010
Rec Nacional Sen	58.76	Sara Freitas Oliveira	POR	Budapest (HUN)	2010
Rec Nacional Jun 18	59.36	Mariana Pacheco Cunha	POR	Oran (ALG)	2022
Rec Nacional Jun 17	1:00.11	Mariana Pacheco Cunha	POR	Porto	2021
Rec Nacional Juv A	1:01.48	Sara Francisco Cruz	ADBA	Faro	2009
Rec Nacional Juv B	1:01.69	Mariana Pacheco Cunha	CFP	Funchal	2019

TAC Juv B: 1:21.28; Juv A: 1:18.16; Jun 17: 1:15.88; Jun 18: 1:14.39; 19: 1:12.93; 20 +: 1:12.21

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 4, 15:15						
3	Laura Aguiar Bergamo	11	Juv	212829	Algés	1:17.43
4	Nicole Magali Graca	11	Juv	215649	Geslours	1:15.46
5	Carolina Pinto Fonseca	11	Juv	220200	Física Torres Vedras	1:16.04
6	Beatriz Alexandra Rolim	08	Jun	207351	Palmela Desporto	1:18.13
Série 2 de 4, 15:17						
1	Mariana Marques Mercedes	03	Abs	129961	Geslours	1:14.25
2	Maria Rendeiro Correia	11	Juv	214922	Algés	1:12.99
3	Maria Madalena Lucas	11	Juv	220095	Nacional de Natação	1:12.65
4	Bruna Martins Riesenberger	97	Abs	105541	Laranjeiro	1:12.22
5	Rafaela Marreiros Oliveira	11	Juv	215651	Palmela Desporto	1:12.28
6	Carolina Marques Madeira	09	Jun	208728	Nacional de Natação	1:12.80
7	Varvara Hurynovich	11	Juv	222740	Algés	1:14.05
8	Clara Li Palazzin	11	Juv	217656	Salesianos	1:15.45
Série 3 de 4, 15:19						
1	Raquel Sofia Bras	09	Jun	208973	Os Belenenses	1:09.29
2	Katie Louise Buckley	11	Juv	226448	Algés	1:08.37
3	Rita Braga Gomes	10	Juv	213921	Algés	1:07.93
4	Sofia Monteiro Uva	09	Jun	209405	Algés	1:07.66
5	Carolina Pereira Viana	04	Abs	129199	Sporting	1:07.78
6	Luisa Anjos Frischknecht	10	Juv	210973	Naval Setubalense	1:08.12
7	Luisa Ponte Jorge	07	Abs	204158	Palmela Desporto	1:08.49
8	Beatriz Costa Diniz	10	Juv	150966	Sporting	1:11.20
Série 4 de 4, 15:21						
1	Maria Madalena Fernandes	10	Juv	212757	Algés	1:07.30
2	Leonor Carvalho Oliveira	07	Abs	200901	Sporting	1:05.67
3	Maria Madalena Bento	05	Abs	127217	Algés	1:03.71
4	Laura Espinola Barbeito	06	Abs	201165	Sporting	1:02.61
5	Marta Joao Pires	05	Abs	147235	Algés	1:03.67
6	Rebeca Leonor Antunes	06	Abs	148284	Benfica	1:04.67
7	Joana Sofia Fernandes	09	Jun	208735	Nacional de Natação	1:06.13
8	Sofia Oliveira Silva	99	Abs	121399	CPCD Póvoa de Santa Iria	1:07.34

Prova 24

Masc., 100m Mariposa

Absolutos

04.07.2026 - 15:23

Startlist

Rec Nacional Absoluto	51.17	Diogo Matos Ribeiro	POR	Doha (QAT)	2024
Rec Nacional Sen	51.17	Diogo Matos Ribeiro	POR	Doha (QAT)	2024
Rec Nacional Jun 18	51.61	Diogo Matos Ribeiro	POR	Roma (ITA)	2022
Rec Nacional Jun 17	52.54	Diogo Matos Ribeiro	POR	Rome (ITA)	2021
Rec Nacional Juv A	56.05	Paulo Vakulyuk	CNTN	Funchal	2019
Rec Nacional Juv B	56.61	Diogo Matos Ribeiro	CUC	Funchal	2019

TAC Juv B: 1:10.80; Juv A: 1:08.08; Jun 17: 1:06.10; Jun 18: 1:04.80; 19: 1:03.53; 20 +: 1:02.90

Pista	Nadador	Ano	Categ.	N�Lic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 5, 15:23						
2	Joao Maria Ventura	11	Juv	216520	ACSintra	1:12.74
3	Tome Pargana Mendes	11	Juv	211589	Un�o Piedense	1:11.53
4	Andrey Ponomarov	10	Juv	217159	CPCD Póvoa de Santa Iria	1:07.34
5	Mingxi Guan	11	Juv	220213	Algés	1:09.05
6	Joao Pedro Correia	11	Juv	216091	Salesianos	1:11.86
7	Tomas Neto Rodrigues	11	Juv	218913	ACSintra	1:14.74

Série 2 de 5, 15:25						
1	Martim Marino Brilha	10	Juv	216537	Os Belenenses	1:06.00
2	Tomas Ferreira Batista	11	Juv	213082	CPCD Póvoa de Santa Iria	1:05.82
3	Joao Pedro Monteiro	08	Jun	203021	Individual ANL	1:05.15
4	Francisco Alves Conceicao	11	Juv	219445	Palmela Desporto	1:04.10
5	Goncalo Soares Brito	10	Juv	211451	Bombeiros dos Estoris	1:04.96
6	Goncalo Duarte Vigario	11	Juv	214776	Naval Setubalense	1:05.37
7	Francisco Lalanda Correia	11	Juv	216359	Fisica Torres Vedras	1:05.94
8	Dehnis Miguel Cruz	96	Abs	222662	Laranjeiro	1:07.07

Série 3 de 5, 15:27						
1	Henrique Rodrigues Carvalho	10	Juv	216361	ADRCCI Monte Maior	1:03.93
2	Vasco Frischknecht Oliveira	08	Jun	209456	Benfica	1:03.50
3	Rui Melo Pereira	09	Jun	211470	Benfica	1:03.25
4	Bruno Ribeiro Ferreira	07	Abs	226387	Sporting	1:02.21
5	Joao Baixinho Roxo	10	Juv	210602	Un�o Piedense	1:02.55
6	Diogo Alves Castro	10	Juv	214993	Algés	1:03.47
7	Francisco Gabriel Freitas	09	Jun	214293	Geslours	1:03.93
8	David Emanuel Tome	09	Jun	211569	Geslours	1:04.07

Série 4 de 5, 15:29						
1	Francisco Rodrigues Vilar	08	Jun	208983	Sporting	1:01.66
2	Rafael Lin Moniz	09	Jun	210337	Palmela Desporto	1:00.94
3	Bernardo Afonso Guedelha	09	Jun	208760	Benfica	1:00.59
4	Tiago Correia Neves	97	Abs	125796	Os Belenenses	59.70
5	Luis Pedro Figueiredo	06	Abs	203875	Geslours	59.97
6	Rodrigo Ferrao Dias	10	Juv	214314	Sporting	1:00.65
7	Paulo Junio Fernandes	09	Jun	212754	Algés	1:01.11
8	Xavier Jesus Valente	09	Jun	206889	Os Belenenses	1:01.87

Série 5 de 5, 15:30						
1	Diogo Didario Alfano	09	Jun	225258	Benfica	59.00
2	Jesus Alberto Mejias	09	Jun	218311	Os Belenenses	58.32
3	Andre Tavares Grenho	99	Abs	120605	Geslours	57.58
4	Bernardo Jorge Simoes	04	Abs	130250	Os Belenenses	56.26
5	Kaio Araujo Faftine	06	Abs	213446	Sporting	56.86
6	Afonso Cunha Amaral	09	Jun	212745	Algés	57.62
7	Andre Azevedo Baraona	04	Abs	123965	Palmela Desporto	58.58
8	Caio Chaby Lobo	05	Abs	223748	Benfica	59.13

Prova 25

Femin., 200m Bruços

Absolutos

04.07.2026 - 15:32

Startlist

Rec Nacional Absoluto	2:25.67	Victoria Kaminskaya	POR	Gwangju (KOR)	2019
Rec Nacional Sen	2:25.67	Victoria Kaminskaya	POR	Gwangju (KOR)	2019
Rec Nacional Jun 18	2:28.78	Raquel Gomes Pereira	SAD	Coimbra	2018
Rec Nacional Jun 17	2:29.23	Raquel Gomes Pereira	SAD	Coimbra	2017
Rec Nacional Juv A	2:29.51	Diana Duarte Gomes	POR	Budapest (HUN)	2005
Rec Nacional Juv B	2:31.32	Diana Duarte Gomes	POR	Mulhouse (FRA)	2004

TAC Juv B: 3:22.26; Juv A: 3:14.48; Jun 17: 3:08.82; Jun 18: 3:05.12; 19: 3:01.49; 20 +: 2:59.67

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 2, 15:32						
3	Maria Rita Rocha	11	Juv	222483	Oriental de Lisboa	3:14.41
4	Ana Barbara Alves	01	Abs	137860	Fisica Torres Vedras	3:05.76
5	Carolina Sofia Martins	10	Juv	210962	Palmela Desporto	3:09.89
6	Marina Salles Mendonca	10	Juv	214015	Sporting	3:14.49

Série 2 de 2, 15:36

1	Madalena Ferreira Baldo	11	Juv	216272	ADRCCI Monte Maior	2:59.12
2	Matilde Bento Pereira	11	Juv	215052	Benfica	2:53.27
3	Beatriz Ferreira Batista	09	Jun	205653	CPCD Póvoa de Santa Iria	2:47.31
4	Beatriz Silva Louro	07	Abs	129303	Sporting	2:45.82
5	Anna Fomina	02	Abs	208146	Sporting	2:46.19
6	Ana Filipa Serra	11	Juv	211617	ADRCCI Monte Maior	2:50.10
7	Beatriz Silva Gomes	08	Jun	207357	Individual ANL	2:56.33
8	Carlota Costa Boleixa	08	Jun	206163	Algés	3:05.13

Prova 26

Masc., 200m Bruços

Absolutos

04.07.2026 - 15:40

Startlist

Rec Nacional Absoluto	2:11.92	Gabriel Jose Lopes	POR	Roma (ITA)	2022
Rec Nacional Sen	2:11.92	Gabriel Jose Lopes	POR	Roma (ITA)	2022
Rec Nacional Jun 18	2:15.37	Rafael Miguel Mimoso	SLB	Oeiras	2025
Rec Nacional Jun 17	2:15.25	Rafael Miguel Mimoso	POR	Vilnius (LTU)	2024
Rec Nacional Juv A	2:15.98	Rafael Miguel Mimoso	POR	Maribor (SLO)	2023
Rec Nacional Juv B	2:19.73	Rafael Miguel Mimoso	POR	Banská Bystrica (SVK)	2022

TAC Juv B: 2:59.45; Juv A: 2:52.54; Jun 17: 2:47.52; Jun 18: 2:44.23; 19: 2:41.01; 20 +: 2:39.40

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 3, 15:40						
2	Keyser Jossab Ribeiro	11	Juv	222337	Benfica	2:59.46
3	Carlos Henrique Dias	11	Juv	213987	Fisica Torres Vedras	2:55.67
4	Lourenço Sousa Calais	11	Juv	223703	CPCD Póvoa de Santa Iria	2:53.51
5	Martim Fonseca Figueira	11	Juv	219900	CPCD Póvoa de Santa Iria	2:55.41
6	Duarte Ribeiro Lima	11	Juv	214783	Geslours	2:57.77

Série 2 de 3, 15:44

1	Tiago Botelho Silva	11	Juv	219112	Geslours	2:52.01
2	Simão Cruz Trindade	10	Juv	220766	Naval Setubalense	2:46.76
3	Miguel Ratinho Rocha	09	Jun	214840	Naval Setubalense	2:45.71
4	Afonso Alfaface Samoes	10	Juv	220214	Algés	2:43.11
5	Guilherme Valente Pereira	10	Juv	212288	ADRCCI Monte Maior	2:45.61
6	Francisco Sousa Lucas	09	Jun	217642	Bombeiros dos Estoril	2:46.48
7	Tiago Filipe Esteves	08	Jun	209223	Naval Setubalense	2:51.70
8	Tomas O'Grady Freire	10	Juv	214315	Sporting	2:52.55

Prova 26, Masc., 200m Bruços

Série 3 de 3, 15:47

1	Miguel Belo Santos	10	Juv	215002	Algés	2:39.54
2	David Pacheco Castanheira	11	Juv	217256	Benfica	2:39.09
3	Afonso Miguel Amaro	09	Jun	216575	Benfica	2:30.69
4	Renato Barros Frischknecht	01	Abs	122051	Benfica	2:21.49
5	Diogo Miguel Monteiro	04	Abs	147200	Sporting	2:23.74
6	Andre Santos Braga	11	Juv	215648	ACSintra	2:36.48
7	Rafael Filipe Nunes	96	Abs	108344	Laranjeiro	2:39.41
8	Axel Guedes Asmar	07	Abs	207810	Sporting	2:41.02

Prova 27

Femin., 50m Livres

Absolutos

04.07.2026 - 15:51

Startlist

Rec Nacional Absoluto	25.25	Ana Pinho Rodrigues	EDV	Funchal	2023
Rec Nacional Sen	25.25	Ana Pinho Rodrigues	EDV	Funchal	2023
Rec Nacional Jun 18	26.41	Catarina Maria Ferreira	EDV	Coimbra	2016
Rec Nacional Jun 17	25.96	Eva Alexandra Coutinho	CMNPR	Coimbra	2026
Rec Nacional Juv A	26.21	Ana Pinho Rodrigues	AEJ	Coimbra	2010
Rec Nacional Juv B	26.78	Maria Gomes Pereira	SAD	Coimbra	2019

TAC Juv B: 33.01; Juv A: 32.36; Jun 17: 31.73; Jun 18: 31.11; 19: 30.50; 20 +: 30.19

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 12, 15:51						
3	Francisca Alexandra Russo	09	Jun	228647	Laranjeiro	32.84
4	Maria Oleneva	10	Juv	227459	Sporting	32.63
5	Nicole Magali Graca	11	Juv	215649	Geslours	32.75
6	Ines Sequeira Silva	10	Juv	225539	União Piedense	33.19

Série 2 de 12, 15:52

2	Nuria Cristina Pires	10	Juv	216865	Os Belenenses	32.39
3	Maria Duarte Carvalho	10	Juv	211475	Benfica	32.29
4	Rita Oliveira Gomes	11	Juv	221111	Física Torres Vedras	32.08
5	Madalena Carreiro Rodrigues	11	Juv	211474	Benfica	32.26
6	Joana Gato Costa	11	Juv	214309	União Piedense	32.36
7	Rita Gato Costa	08	Jun	202475	União Piedense	32.40

Série 3 de 12, 15:54

2	Ana Mao de Ferro	11	Juv	142167	Sporting	31.02
3	Matilde Bento Pereira	11	Juv	215052	Benfica	30.92
4	Matilde Lopes Fialho	09	Jun	208396	Palmela Desporto	30.72
5	Mariana Varela Costa	10	Juv	208738	Sporting	30.80
6	Natalia Landa Paredes	11	Juv	216367	Salesianos	30.94
7	Beatriz Silva Gomes	08	Jun	207357	Individual ANL	31.40

Série 4 de 12, 15:55

2	Francisca Cunha Monteiro	11	Juv	216298	Benfica	30.55
3	Clara Li Palazzin	11	Juv	217656	Salesianos	30.47
4	Carolina Sousa Guimaraes	10	Juv	214881	Salesianos	30.37
5	Laura Aguiar Bergamo	11	Juv	212829	Algés	30.41
6	Maria Madeira Carvalho	11	Juv	218695	Algés	30.49
7	Madalena Reis Cerdeira	03	Abs	130053	Sporting	30.56

Prova 27, Femin., 50m Livres

Série 5 de 12, 15:56

2	Ines Maria Verissimo	09	Jun	209394	Algés	30.28
3	Maria Madalena Fernandes	10	Juv	212757	Algés	30.23
4	Rita Ribeiro Pereira	11	Juv	220606	Benfica	30.20
5	Varvara Hurynovich	11	Juv	222740	Algés	30.20
6	Ines Azevedo Baraona	07	Abs	139292	Palmela Desporto	30.23
7	Madalena Pereira Arede	10	Juv	211253	Sporting	30.35

Série 6 de 12, 15:57

2	Carmo Rosa Madeira	11	Juv	213994	Laranjeiro	30.07
3	Marta Matos Laranjeira	08	Jun	205884	Física Torres Vedras	29.94
4	Madalena Ferreira Baldo	11	Juv	216272	ADRCCI Monte Maior	29.92
5	Alice Fernandes Rodrigues	10	Juv	220212	Geslours	29.93
6	Beatriz Paiva Branco	10	Juv	213992	Laranjeiro	30.01
7	Luana Cardoso Magalhaes	06	Abs	201688	Algés	30.20

Série 7 de 12, 15:59

2	Rita Borges Silva	06	Abs	200715	Geslours	29.86
3	Carolina Escrevente Guerra	10	Juv	212746	Algés	29.77
4	Lidiana Correia Rodrigues	04	Abs	130399	Os Belenenses	29.64
5	Rafaela Marreiros Oliveira	11	Juv	215651	Palmela Desporto	29.67
6	Francisca Meneses Goncalves	11	Juv	214017	Benfica	29.78
7	Catarina Nobre Pardelha	10	Juv	212287	ADRCCI Monte Maior	29.87

Série 8 de 12, 16:00

2	Madalena Azevedo Messias	09	Jun	209662	Sporting	29.62
3	Soraia Guerra Rolim	95	Abs	121321	Laranjeiro	29.45
4	Leonor Maria Gomes	11	Juv	222522	ADRCCI Monte Maior	29.29
5	Sofia Oliveira Silva	99	Abs	121399	CPCD Póvoa de Santa Iria	29.36
6	Rita Braga Gomes	10	Juv	213921	Algés	29.61
7	Joana Alexandra Silva	10	Juv	207187	CPCD Póvoa de Santa Iria	29.64

Série 9 de 12, 16:01

2	Lis Fatima Melo	08	Jun	208661	Geslours	29.18
3	Lara Nobre Semiao	11	Juv	214211	Salesianos	29.09
4	Carolina Maria Ramos	11	Juv	223938	Laranjeiro	28.98
5	Victoria Sales Proenca	10	Juv	211478	Benfica	29.02
6	Maria Luisa Dinis	09	Jun	209399	Algés	29.13
7	Beatriz Silva Jordao	09	Jun	206785	Os Belenenses	29.21

Série 10 de 12, 16:02

2	Claudia Beatriz Martins	03	Abs	128830	Geslours	28.85
3	Rita Canas Brito	10	Juv	210978	Naval Setubalense	28.72
4	Leonor Carvalho Oliveira	07	Abs	200901	Sporting	28.67
5	Marcia Guerreiro Castilho	09	Jun	217503	Laranjeiro	28.69
6	Sofia Alexandra Nunes	00	Abs	112322	Laranjeiro	28.73
7	Luisa Ponte Jorge	07	Abs	204158	Palmela Desporto	28.88

Série 11 de 12, 16:04

2	Ana Sebastiao Mendes	04	Abs	129455	Geslours	28.49
3	Maria Leonor Coelho	06	Abs	132470	Benfica	28.27
4	Maria Madalena Lucas	11	Juv	220095	Nacional de Natação	27.94
5	Beatriz Alexandra Rolim	08	Jun	207351	Palmela Desporto	28.03
6	Claudia Ferreira Borges	99	Abs	116591	Algés	28.35
7	Daniela Pina Rodrigues	09	Jun	208657	Geslours	28.63

Prova 27, Femin., 50m Livres

Série 12 de 12, 16:05

2	Ana Beatriz Pires	08	Jun	205416	Algés	27.64
3	Marta Joao Pires	05	Abs	147235	Algés	27.08
4	Ema Jeronimo Conceicao	03	Abs	129812	Algés	25.45
5	Leonor Peso Parente	07	Abs	208092	Palmela Desporto	26.67
6	Catarina Andrade Franco	07	Abs	203865	Benfica	27.42
7	Matilde Catroga Marques	08	Jun	205880	ADRCCI Monte Maior	27.88

Prova 28

04.07.2026 - 16:06

Masc., 50m Livres

Absolutos

Startlist

Rec Nacional Absoluto	21.67	Diogo Matos Ribeiro	POR	Samorin (SVK)	2025
Rec Nacional Sen	21.67	Diogo Matos Ribeiro	POR	Samorin (SVK)	2025
Rec Nacional Jun 18	21.92	Diogo Matos Ribeiro	POR	Lima (PER)	2022
Rec Nacional Jun 17	22.95	Tiago Andre Venancio	POR	Oeiras	2004
Rec Nacional Juv A	23.27	Rodolfo Junior Alecrim	CNL	Coimbra	2026
Rec Nacional Juv B	23.42	Rodolfo Junior Alecrim	POR	Skopje (MKD)	2025

TAC Juv B: 28.71; Juv A: 28.14; Jun 17: 27.59; Jun 18: 27.05; 19: 26.52; 20 +: 26.25

Pista	Nadador	Ano	Categ.	N�Lic.	Clube	Tempo Inscr.
<u>Série 1 de 13, 16:06</u>						
3	Diogo Sanguinho Duarte	11	Juv	226582	Un�o Piedense	36.14
4	Isaac Carvalho Alves	11	Juv	214884	Salesianos	32.03
5	Diogo Sousa Gaspar	11	Juv	214994	Algés	35.71

Série 2 de 13, 16:07

2	Dinis Marques Silva	11	Juv	226580	Un�o Piedense	31.61
3	Joao Maria Ventura	11	Juv	216520	ACSintra	30.63
4	Goncalo Duarte Vigario	11	Juv	214776	Naval Setubalense	29.52
5	Joao Pedro Lopes	09	Jun	208183	Un�o Piedense	29.88
6	Joao Pedro Santos	11	Juv	215000	Algés	30.84

Série 3 de 13, 16:09

2	Antonio Santos Mota	11	Juv	215656	Benfica	28.99
3	Guilherme Francisco Filipe	11	Juv	217662	Salesianos	28.60
4	Francisco Lalandia Correia	11	Juv	216359	Fisica Torres Vedras	28.47
5	Andre Santos Fernandes	10	Juv	217657	Salesianos	28.59
6	Manuel Araujo Pereira	11	Juv	225175	Fisica Torres Vedras	28.62
7	Afonso Pereira Lucas	09	Jun	223706	Salesianos	29.51

Série 4 de 13, 16:10

2	Duarte Oliveira Pinto	11	Juv	215652	Geslours	28.37
3	Gustavo Pinto Mota	11	Juv	215251	Palmela Desporto	28.29
4	Miguel Pereira Gmelas	10	Juv	227096	Sporting	28.13
5	Miguel Belo Santos	10	Juv	215002	Algés	28.16
6	Manuel Mendes Almeida	10	Juv	141402	Sporting	28.34
7	Gabriel Filipe Matildes	10	Juv	220263	ADRCCI Monte Maior	28.39

Prova 28, Masc., 50m Livres

Série 5 de 13, 16:11

2	Ricardo Andrade Belezas	91	Abs	132918	Os Belenenses	27.93
3	Duarte Ribeiro Lima	11	Juv	214783	Geslours	27.77
4	Francisco Soares Brito	08	Jun	205892	Bombeiros dos Estoris	27.63
5	Vicente Guerreiro Velez	11	Juv	215332	Fisica Torres Vedras	27.69
6	Afonso Manuel Gomes	10	Juv	214311	Sporting	27.82
7	Afonso Alface Samoes	10	Juv	220214	Algés	28.08

Série 6 de 13, 16:12

2	Carlos Alberto Junior	09	Jun	222338	Benfica	27.49
3	Rodrigo Mendes Goncalves	10	Juv	215050	Geslours	27.40
4	Dinis Gomes Araujo	11	Juv	217660	Salesianos	27.19
5	Guilherme Costa Alves	10	Juv	211466	Sporting	27.34
6	Luca Cristian Irimia	11	Juv	215692	CPCD Póvoa de Santa Iria	27.46
7	Simao Cruz Trindade	10	Juv	220766	Naval Setubalense	27.62

Série 7 de 13, 16:14

2	Joao Afonso Quaresma	09	Jun	223449	Laranjeiro	26.98
3	Victor Ventura Sousa	08	Jun	228677	Laranjeiro	26.88
4	Andre Santos Braga	11	Juv	215648	ACSintra	26.81
5	Axel Guedes Asmar	07	Abs	207810	Sporting	26.87
6	Francisco Alves Conceicao	11	Juv	219445	Palmela Desporto	26.95
7	Joao Pedro Correia	11	Juv	216091	Salesianos	27.11

Série 8 de 13, 16:15

2	Angelo Carvalho Interlandi	09	Jun	216011	Algés	26.55
3	Francisco Reis Pinto	10	Juv	211472	Algés	26.44
4	Keyser Jossab Ribeiro	11	Juv	222337	Benfica	26.36
5	Ricardo Silva Caetano	11	Juv	219905	Os Belenenses	26.38
6	Diogo Rodrigues Sousa	10	Juv	214212	Algés	26.50
7	Tiago Nunes Silva	06	Abs	201949	CPCD Póvoa de Santa Iria	26.60

Série 9 de 13, 16:16

2	Tiago Rafael Ferreira	09	Jun	217638	Sporting	26.27
3	Joao Filipe Prazeres	08	Jun	208984	Geslours	26.26
4	Henrique Rodrigues Carvalho	10	Juv	216361	ADRCCI Monte Maior	26.11
5	Simao Verissimo Aires	11	Juv	213996	Laranjeiro	26.17
6	Miguel Duarte Cruz	99	Abs	125797	Os Belenenses	26.26
7	Tiago Filipe Pato	11	Juv	225627	Algés	26.30

Série 10 de 13, 16:17

2	Bernardo Afonso Guedelha	09	Jun	208760	Benfica	25.80
3	David Emanuel Tome	09	Jun	211569	Geslours	25.79
4	Antonio Carimbo Godinho	10	Juv	207118	Benfica	25.57
5	Vasco Alexandre Martins	09	Jun	209406	ADRCCI Monte Maior	25.70
6	Francisco Gabriel Freitas	09	Jun	214293	Geslours	25.79
7	Bruno Miguel Amaro	07	Abs	216574	Individual ANL	26.09

Série 11 de 13, 16:18

2	Afonso Mendonca Ornelas	08	Jun	208752	Geslours	25.35
3	Afonso Cunha Amaral	09	Jun	212745	Algés	25.20
4	Luis Pedro Figueiredo	06	Abs	203875	Geslours	24.95
5	Andre Filipe Magalhaes	98	Abs	111394	Laranjeiro	24.98
6	Tiago Pinheiro Carranca	11	Juv	216281	ADRCCI Monte Maior	25.21
7	Xavier Rosa Madeira	09	Jun	212301	Laranjeiro	25.53

Prova 28, Masc., 50m Livres

Série 12 de 13, 16:19

2	Pedro Picoto Garcia	02	Abs	129958	Bombeiros dos Estoris	24.89
3	Guilherme Assis Ramos	98	Abs	100274	Fisica Torres Vedras	24.54
4	Afonso Rodrigues Calhella	07	Abs	208048	ADRCCI Monte Maior	24.41
5	Caio Chaby Lobo	05	Abs	223748	Benfica	24.54
6	Salvador Agostinho Santos	06	Abs	219248	União Piedense	24.82
7	Miguel Loucao Caxaria	09	Jun	205908	Palmela Desporto	24.91

Série 13 de 13, 16:21

2	Rodrigo Martins Chocas	07	Abs	130042	Sporting	24.26
3	Rodrigo Miguel Reis	04	Abs	129842	Algés	23.96
4	Andre Miguel Ramos	07	Abs	209022	Sporting	23.42
5	Jesus Alberto Mejias	09	Jun	218311	Os Belenenses	23.85
6	Matthew George Lawrence	03	Abs	217507	Benfica	24.15
7	Goncalo Morais Gordo	02	Abs	126006	Sporting	24.34

16:22 Entrega de Medalhas (Provas 23 a 28) // 2º Aquecimento (35')

Prova 29

Femin., 100m Costas

Absolutos

04.07.2026 - 16:57

Startlist

Rec Nacional Absoluto	1:00.34	Camila Rodrigues Rebelo	POR	Berlin (GER)	2025
Rec Nacional Sen	1:00.34	Camila Rodrigues Rebelo	POR	Berlin (GER)	2025
Rec Nacional Jun 18	1:01.50	Rafaela Gomes Azevedo	SAD	Lisboa	2020
Rec Nacional Jun 17	1:01.18	Rafaela Gomes Azevedo	POR	Budapest (HUN)	2019
Rec Nacional Juv A	1:03.21	Camila Rodrigues Rebelo	ALN	Coimbra	2019
Rec Nacional Juv B	1:03.92	Ines Camacho Fernandes	SCP	Coimbra	2012
Rec Nacional Juv B	1:03.92	Joana Carina Silva	LSXXI	Coimbra	2012

TAC Juv B: 1:23.26; Juv A: 1:20.05; Jun 17: 1:17.72; Jun 18: 1:16.20; 19: 1:14.70; 20 +: 1:13.96

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 4, 16:57						
1	Vitoria Alves Penedo	11	Juv	215457	Palmela Desporto	1:20.98
2	Luisa Anjos Frischknecht	10	Juv	210973	Naval Setubalense	1:17.34
3	Rita Ribeiro Pereira	11	Juv	220606	Benfica	1:16.79
4	Jessica Bernardino Lopes	10	Juv	212317	Fisica Torres Vedras	1:15.28
5	Madalena Pereira Arede	10	Juv	211253	Sporting	1:15.73
6	Raquel Silva Delgadinho	11	Juv	215458	Palmela Desporto	1:16.90
7	Madalena Carreiro Rodrigues	11	Juv	211474	Benfica	1:18.57
8	Joana Gato Costa	11	Juv	214309	União Piedense	1:23.09

Série 2 de 4, 16:59

1	Ana Beatriz Pires	08	Jun	205416	Algés	1:12.53
2	Maria Rita Filipe	10	Juv	211565	Benfica	1:12.21
3	Laura Espinola Barbeito	06	Abs	201165	Sporting	1:11.52
4	Ana Nabais Mendes	10	Juv	211556	Laranjeiro	1:11.09
5	Lidiana Correia Rodrigues	04	Abs	130399	Os Belenenses	1:11.16
6	Maria Francisca Moreira	10	Juv	210607	Bombeiros dos Estoris	1:11.84
7	Carolina Melo Camejo	11	Juv	150949	Sporting	1:12.43
8	Bruna Sofia Simoes	10	Juv	213754	Sporting	1:14.26

Prova 29, Femin., 100m Costas

Série 3 de 4, 17:02

1	Joana Sofia Fernandes	09	Jun	208735	Nacional de Natação	1:10.73
2	Maria Ornelas Armas	98	Abs	106961	ADRCI Monte Maior	1:09.60
3	Katie Louise Buckley	11	Juv	226448	Algés	1:09.43
4	Maria Leonor Coelho	06	Abs	132470	Benfica	1:08.62
5	Carlota Costa Boleixa	08	Jun	206163	Algés	1:09.30
6	Leonor Castanho Santos	07	Abs	150848	Sporting	1:09.44
7	Barbara Maria Neves	08	Jun	209449	Algés	1:09.83
8	Maria Madalena Bento	05	Abs	127217	Algés	1:10.74

Série 4 de 4, 17:04

1	Matilde Lopes Fialho	09	Jun	208396	Palmela Desporto	1:07.99
2	Carolina Marques Madeira	09	Jun	208728	Nacional de Natação	1:07.44
3	Carolina Martins Camacho	06	Abs	202646	Benfica	1:05.72
4	Maria Ferreira Moura	04	Abs	131382	Sporting	1:03.86
5	Soraia Maria Salgado	05	Abs	132513	Benfica	1:05.46
6	Ema Jeronimo Conceicao	03	Abs	129812	Algés	1:06.95
7	Leonor Peso Parente	07	Abs	208092	Palmela Desporto	1:07.63
8	Sofia Alexandra Nunes	00	Abs	112322	Laranjeiro	1:08.13

**Prova 30
04.07.2026 - 17:06**

Masc., 100m Costas

**Absolutos
Startlist**

Rec Nacional Absoluto	53.71	Joao Nogueira Costa	POR	Fukuoka (JPN)	2023
Rec Nacional Sen	53.71	Joao Nogueira Costa	POR	Fukuoka (JPN)	2023
Rec Nacional Jun 18	55.18	Joao Nogueira Costa	POR	Budapest (HUN)	2019
Rec Nacional Jun 17	56.02	Miguel Reis Oliveira	VSC	Coimbra	2026
Rec Nacional Juv A	57.00	Miguel Reis Oliveira	POR	Coimbra	2025
Rec Nacional Juv B	59.18	Pedro Pereira Almeida	CE	Porto	2026

TAC Juv B: 1:12.61; Juv A: 1:09.81; Jun 17: 1:07.78; Jun 18: 1:06.45; 19: 1:05.15; 20 +: 1:04.50

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 4, 17:06						
2	Joao Marcelino Rodrigues	11	Juv	142093	Sporting	1:12.61
3	Bruno Miguel Figueiredo	11	Juv	218769	Fisica Torres Vedras	1:11.70
4	Matias Malheiro Mata	11	Juv	216817	Sporting	1:09.71
5	Carlos Henrique Dias	11	Juv	213987	Fisica Torres Vedras	1:11.53
6	Guilherme Silva Matos	11	Juv	219446	Palmela Desporto	1:12.03

Série 2 de 4, 17:09

1	Lourenco Marques Sebastiao	09	Jun	214627	Laranjeiro	1:08.50
2	Guilherme Costa Alves	10	Juv	211466	Sporting	1:07.88
3	Cristiano Rafael Melnychuk	10	Juv	218661	ACSintra	1:06.31
4	Dinis Aresta Ribeiro	10	Juv	214312	Sporting	1:05.43
5	Andre Huang	10	Juv	214292	Geslours	1:06.24
6	Afonso Manuel Gomes	10	Juv	214311	Sporting	1:07.36
7	Goncalo Soares Brito	10	Juv	211451	Bombeiros dos Estoris	1:08.06
8	Rafael Ferreira Colin	11	Juv	215644	Bombeiros dos Estoris	1:08.99

Prova 30, Masc., 100m Costas
Série 3 de 4, 17:11

1	Andre Miguel Ramos	07	Abs	209022	Sporting	1:05.16
2	Tiago Pinheiro Carranca	11	Juv	216281	ADRCI Monte Maior	1:03.68
3	Francisco Soares Brito	08	Jun	205892	Bombeiros dos Estoris	1:03.30
4	Joao Miguel Cascalheira	03	Abs	201621	Naval Setubalense	1:02.59
5	Rui Melo Pereira	09	Jun	211470	Benfica	1:02.76
6	Pedro Guedes Caldas	09	Jun	205652	Benfica	1:03.47
7	Luca Cristian Irimia	11	Juv	215692	CPCD Póvoa de Santa Iria	1:04.51
8	Rafael Carreiras Marques	10	Juv	211192	Geslours	1:05.42

Série 4 de 4, 17:14

1	Bernardo Miguel Oliveira	09	Jun	211214	Nacional de Natação	1:02.28
2	Tiago Trindade Manuel	09	Jun	205937	Palmela Desporto	1:01.37
3	Kaio Araujo Faftine	06	Abs	213446	Sporting	1:00.49
4	Andre Azevedo Baraona	04	Abs	123965	Palmela Desporto	56.86
5	Martim Chambel Pinto	09	Jun	208969	ADRCI Monte Maior	59.11
6	Pedro Saad Oliveira	08	Jun	141892	Sporting	1:01.25
7	Xavier Jesus Valente	09	Jun	206889	Os Belenenses	1:01.70
8	Rodrigo Miguel Reis	04	Abs	129842	Algés	1:02.33

Prova 31
Femin., 400m Livres
Absolutos

04.07.2026 - 17:15

Startlist

Rec Nacional Absoluto	4:07.50	Francisca Soares Martins	POR	Berlin (GER)	2025
Rec Nacional Sen	4:07.50	Francisca Soares Martins	POR	Berlin (GER)	2025
Rec Nacional Jun 18	4:17.80	Tamila Hryhorivna Holub	POR	Pontevedra (ESP)	2017
Rec Nacional Jun 17	4:14.67	Tamila Hryhorivna Holub	SCB	Oeiras	2016
Rec Nacional Juv A	4:20.37	Marta Andreia Ferreira	POR	Berlim (GER)	2002
Rec Nacional Juv B	4:20.78	Tamila Hryhorivna Holub	POR	Porto	2014

TAC Juv B: 5:32.32; Juv A: 5:19.54; Jun 17: 5:10.23; Jun 18: 5:04.15; 19: 4:58.19; 20 +: 4:55.20

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 4, 17:15						
3	Nuria Cristina Pires	10	Juv	216865	Os Belenenses	5:39.20
4	Natalia Landa Paredes	11	Juv	216367	Salesianos	5:12.09
5	Catarina Ribeiro Fernandez	11	Juv	217260	Geslours	5:22.69

Série 2 de 4, 17:22

2	Luisa Goncalves Rodrigues	08	Jun	202678	Fisica Torres Vedras	5:01.46
3	Lara Nobre Semiao	11	Juv	214211	Salesianos	5:00.23
4	Claudia Ferreira Borges	99	Abs	116591	Algés	4:55.21
5	Joana Pontes Prior	08	Jun	213993	Laranjeiro	4:55.59
6	Constanca Lopes Cruz	09	Jun	208279	ADRCI Monte Maior	5:01.29
7	Marcia Guerreiro Castilho	09	Jun	217503	Laranjeiro	5:10.24

Série 3 de 4, 17:28

1	Francisca Meneses Goncalves	11	Juv	214017	Benfica	4:53.04
2	Beatriz Silva Jordao	09	Jun	206785	Os Belenenses	4:52.52
3	Luana Cardoso Magalhaes	06	Abs	201688	Algés	4:49.87
4	Maria Jardim Fidalgo	04	Abs	131429	Os Belenenses	4:47.90
5	Victoria Sales Proenca	10	Juv	211478	Benfica	4:48.44
6	Carmo Rosa Madeira	11	Juv	213994	Laranjeiro	4:50.18
7	Jolina Widders	06	Abs	228678	Geslours	4:52.72
8	Maria Rendeiro Correia	11	Juv	214922	Algés	4:55.07

Prova 31, Femin., 400m Livres

Série 4 de 4, 17:33

1	Bruna Martins Riesenberger	97	Abs	105541	Laranjeiro	4:46.81
2	Mariana Marques Mercedes	03	Abs	129961	Geslours	4:43.38
3	Margarida Ferreira Moura	11	Juv	214313	Sporting	4:40.15
4	Carolina Pereira Viana	04	Abs	129199	Sporting	4:22.58
5	Margarida Almeida Ferreira	11	Juv	151230	Sporting	4:39.64
6	Beatriz Machado Silva	06	Abs	132774	Sporting	4:41.99
7	Teresa Oliveira Santos	08	Jun	208769	Algés	4:46.81
8	Marta Lima Pimentel	04	Abs	130230	ADRCI Monte Maior	4:47.12

Prova 32

Masc., 400m Livres

Absolutos

04.07.2026 - 17:39

Startlist

Rec Nacional Absoluto	3:50.56	Jose Paulo Lopes	POR	Barcelona (ESP)	2021
Rec Nacional Sen	3:50.56	Jose Paulo Lopes	POR	Barcelona (ESP)	2021
Rec Nacional Jun 18	3:53.79	Jose Paulo Lopes	SCB	Oeiras	2018
Rec Nacional Jun 17	3:57.15	Gustavo Manuel Santa	POR	Helsinquia (FIN)	2010
Rec Nacional Juv A	3:59.38	Gustavo Manuel Santa	POR	Tampere (FIN)	2009
Rec Nacional Juv B	4:06.22	Rui Filipe Costa	VSC	Coimbra	2006

TAC Juv B: 5:01.35; Juv A: 4:49.76; Jun 17: 4:41.32; Jun 18: 4:35.81; 19: 4:30.40; 20 +: 4:27.70

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 4, 17:39						
1	Isaac Carvalho Alves	11	Juv	214884	Salesianos	5:01.36
2	Tiago Neres Santo	10	Juv	209344	Algés	4:47.69
3	Simao Verissimo Aires	11	Juv	213996	Laranjeiro	4:43.60
4	Lourenco Lopes Silva	07	Abs	202104	Palmela Desporto	4:39.81
5	Dinis Andrade Cabral	11	Juv	217265	Palmela Desporto	4:41.79
6	Francisco Pimentel Coelho	11	Juv	215653	Benfica	4:44.25
7	Henrique Jose Chainho	11	Juv	215738	Palmela Desporto	4:47.91

Série 2 de 4, 17:45

1	Tome Pargana Mendes	11	Juv	211589	União Piedense	4:35.85
2	Martim Marino Brilha	10	Juv	216537	Os Belenenses	4:34.93
3	Ryan Lukas Desousa	11	Juv	217269	ACSintra	4:30.61
4	Jose Pedro Salvadinho	08	Jun	214535	Nacional de Natação	4:30.20
5	Alexandre Morari	07	Abs	206445	Sporting	4:30.41
6	Andre Raposo Pinheiro	09	Jun	208650	Sporting	4:33.67
7	Henrique Matos Sebroza	10	Juv	216098	Geslours	4:35.11
8	Pedro Guedes Caldas	09	Jun	205652	Benfica	4:37.71

Série 3 de 4, 17:50

1	Martim Frederico Marques	10	Juv	210909	Sporting	4:28.93
2	Rafael Filipe Nunes	96	Abs	108344	Laranjeiro	4:27.71
3	Guilherme Valente Pereira	10	Juv	212288	ADRCI Monte Maior	4:22.20
4	Paulo Junio Fernandes	09	Jun	212754	Algés	4:17.85
5	David Alexandre Fernandes	06	Abs	212767	Nacional de Natação	4:21.18
6	Afonso Santos Carromeu	09	Jun	210969	Naval Setubalense	4:27.03
7	Afonso Reis Campanico	07	Abs	221762	Laranjeiro	4:28.63
8	Tiago Filipe Pato	11	Juv	225627	Algés	4:29.11

Prova 32, Masc., 400m Livres

Série 4 de 4, 17:55

1	Tomas Augusto Reis	09	Jun	219434	Os Belenenses	4:14.58
2	Bernardo Goncalves Paulo	11	Juv	216285	União Piedense	4:13.84
3	Rafael Lin Moniz	09	Jun	210337	Palmela Desporto	4:10.62
4	Bernardo Jorge Simoes	04	Abs	130250	Os Belenenses	3:58.87
5	Vasco Frischknecht Oliveira	08	Jun	209456	Benfica	4:09.30
6	Joao Almeida Gomes	06	Abs	132828	Nacional de Natação	4:13.43
7	Andre Correia Alves	06	Abs	131173	Benfica	4:13.86
8	Rodrigo Onofre Matos	06	Abs	200159	ADRCCI Monte Maior	4:15.70

18:00 Intervalo 5'

Prova 33

Femin., 4 x 50m Livres

Absolutos

04.07.2026 - 18:05

Startlist

Rec Nacional Absoluto	1:46.22	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita	FCP	Rio Maior	2011
Rec Nacional Sen	1:46.22	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita	FCP	Rio Maior	2011
Rec Nacional Jun	1:52.40	Sport Alges e Dafundo	SAD	Vila Franca de Xira	2026
Rec Nacional Juv A	1:52.98	tempo limite			1800
Rec Nacional Juv	1:52.98	tempo limite			1800
Rec Nacional Juv B	1:52.98	tempo limite			1800

TAC Juv B: 2:18.65; Juv A: 2:15.93; Jun: 2:08.09; Sen: 2:06.81

Pista	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 1, 18:05				
1	Monte Maior Juv	Juv	ADRCCI Monte Maior	2:05.00
2	Salesianos Juv	Juv	Salesianos	2:01.26
3	Laranjeiro Juv	Juv	Laranjeiro	1:59.41
4	Algés Juv	Juv	Algés	1:57.75
5	Laranjeiro Abs	Abs	Laranjeiro	1:59.22
6	Geslours Sen	Sen	Geslours	1:59.85
7	Física Abs	Abs	Física Torres Vedras	2:03.52

Prova 34
04.07.2026 - 18:08

Masc., 4 x 50m Livres

Absolutos
Startlist

Rec Nacional Absoluto	1:29.80	Sport Lisboa e Benfica	SLB	Oeiras	2022
Rec Nacional Sen	1:29.80	Sport Lisboa e Benfica	SLB	Oeiras	2022
Rec Nacional Jun	1:36.04	Sport Lisboa e Benfica	SLB	Coimbra	2023
Rec Nacional Juv A	1:42.32	Clube Nautico de Leiria	CNL	Coimbra	2023
Rec Nacional Juv	1:42.32	Clube Nautico de Leiria	CNL	Coimbra	2023
Rec Nacional Juv B	1:42.79	Clube Naval Setubalense	CNS	Oeiras	2024

TAC Juv B: 2:00.57; Juv A: 1:58.20; Jun: 1:51.38; Sen: 1:50.27

Pista	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 2, 18:08				
3	Juv		CPCD Póvoa de Santa Iria	1:54.92
4	Juv		Palmela Desporto	1:52.56
5	Juv		ACSintra	1:54.77
6	Juv		ADRCCI Monte Maior	1:55.00
Série 2 de 2, 18:11				
1	Juv		Salesianos	1:51.49
2	Abs		Física Torres Vedras	1:47.94
3	Juv		Algés	1:47.28
4	Jun		Geslours	1:43.41
5	Abs		Laranjeiro	1:45.70
6	Jun		Palmela Desporto	1:47.81
7	Juv		Geslours	1:50.52
8	Sen		CPCD Póvoa de Santa Iria	1:51.71

18:14 Entrega de Medalhas (Provas 29 a 34)

4 - 4ª Jornada

05.07.2026 - 15:15

Prova 35	Femin., 4 x 100m Estilos				Absolutos
05.07.2026 - 15:15					Startlist
Rec Nacional Absoluto	4:12.94	Sporting Clube de Portugal	SCP	Coimbra	2026
Rec Nacional Sen	4:12.94	Sporting Clube de Portugal	SCP	Coimbra	2026
Rec Nacional Jun	4:31.27	Sporting Clube de Braga	SCB	Coimbra	2026
Rec Nacional Juv A	4:33.03	Condeixa Aqua Clube	CAQC	Coimbra	2026
Rec Nacional Juv	4:33.03	Condeixa Aqua Clube	CAQC	Coimbra	2026
Rec Nacional Juv B	4:38.09	tempo limite			1800
TAC Juv B: 5:46.73; Juv A: 5:33.40; Jun: 4:53.19; Sen: 4:50.26					

Pista	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
<u>Série 1 de 1, 15:15</u>				
4 Geslours Sen	Sen		Geslours	4:46.44
5 Monte Maior Juv	Juv		ADRCCI Monte Maior	5:00.00

Prova 36	Masc., 4 x 100m Estilos				Absolutos
05.07.2026 - 15:21					Startlist
Rec Nacional Absoluto	3:41.31	Sport Lisboa e Benfica	SLB	Coimbra	2026
Rec Nacional Sen	3:41.31	Sport Lisboa e Benfica	SLB	Coimbra	2026
Rec Nacional Jun	3:54.30	Sport Lisboa e Benfica	SLB	Oeiras	2024
Rec Nacional Juv A	4:03.65	Sporting Clube de Portugal	SCP	Oeiras	2018
Rec Nacional Juv	4:03.65	Sporting Clube de Portugal	SCP	Oeiras	2018
Rec Nacional Juv B	4:08.58	Sporting Clube de Portugal	SCP	Oeiras	2017
TAC Juv B: 5:12.83; Juv A: 5:00.80; Jun: 4:24.52; Sen: 4:21.88					

Pista	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
<u>Série 1 de 1, 15:21</u>				
1 Física Juv	Juv		Física Torres Vedras	4:37.51
2 CPCD Sen	Sen		CPCD Póvoa de Santa Iria	4:34.49
3 Monte Maior Juv	Juv		ADRCCI Monte Maior	4:25.00
4 Geslours Jun	Jun		Geslours	4:15.29
5 Geslours Juv	Juv		Geslours	4:23.31
6 ACSintra Juv	Juv		ACSintra	4:32.44
7 CPCD Juv	Juv		CPCD Póvoa de Santa Iria	4:36.24
8 Palmela Juv	Juv		Palmela Desporto	4:43.10

Prova 37

Femin., 200m Mariposa

Absolutos

05.07.2026 - 15:26

Startlist

Rec Nacional Absoluto	2:08.03	Ana Catarina Monteiro	POR	Glasgow (GBR)	2018
Rec Nacional Sen	2:08.03	Ana Catarina Monteiro	POR	Glasgow (GBR)	2018
Rec Nacional Jun 18	2:12.73	Mariana Pacheco Cunha	POR	Oran (ALG)	2022
Rec Nacional Jun 17	2:12.56	Sara Freitas Oliveira	POR	Berlim (GER)	2002
Rec Nacional Juv A	2:17.09	Mariana Fernandes Barbosa	FCP	Oeiras	2018
Rec Nacional Juv B	2:15.56	Ana Rita Francisco	POR	Genebra (SUI)	1995

TAC Juv B: 2:58.47; Juv A: 2:51.61; Jun 17: 2:46.61; Jun 18: 2:43.34; 19: 2:40.14; 20 +: 2:38.54

Pista	Nadador	Ano	Categ.	N�Lic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 2, 15:26						
3	Eduarda Sampaio Tavares	09	Jun	215045	CPCD Póvoa de Santa Iria	3:13.54
4	Ines Freitas Abrantes	11	Juv	216508	ADRCCI Monte Maior	2:40.57
5	Carolina Sofia Martins	10	Juv	210962	Palmela Desporto	2:43.01

Série 2 de 2, 15:30

2	Joana Sofia Fernandes	09	Jun	208735	Nacional de Natação	2:29.88
3	Carolina Pereira Viana	04	Abs	129199	Sporting	2:24.93
4	Maria Ferreira Moura	04	Abs	131382	Sporting	2:12.78
5	Maria Jardim Fidalgo	04	Abs	131429	Os Belenenses	2:20.51
6	Margarida Ferreira Moura	11	Juv	214313	Sporting	2:29.02
7	Luisa Anjos Frischknecht	10	Juv	210973	Naval Setubalense	2:31.68

Prova 38

Masc., 200m Mariposa

Absolutos

05.07.2026 - 15:34

Startlist

Rec Nacional Absoluto	1:56.17	Pedro Diogo Oliveira	POR	Roma (ITA)	2009
Rec Nacional Sen	1:56.17	Pedro Diogo Oliveira	POR	Roma (ITA)	2009
Rec Nacional Jun 18	2:01.46	Pedro Diogo Oliveira	POR	Palma de Mallorca (ESP)	2006
Rec Nacional Jun 17	2:02.12	Pedro Diogo Oliveira	POR	Belgrado (HUN)	2005
Rec Nacional Juv A	2:03.76	Pedro Diogo Oliveira	CNRM	Lisboa	2004
Rec Nacional Juv B	2:08.12	Jorge Jesus Silva	SCB	Coimbra	2015

TAC Juv B: 2:39.21; Juv A: 2:33.08; Jun 17: 2:28.63; Jun 18: 2:25.71; 19: 2:22.85; 20 +: 2:21.43

Pista	Nadador	Ano	Categ.	N�Lic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 2, 15:34						
3	Andrey Ponomarov	10	Juv	217159	CPCD Póvoa de Santa Iria	2:34.25
4	Henrique Rodrigues Carvalho	10	Juv	216361	ADRCCI Monte Maior	2:29.64
5	Guilherme Valente Pereira	10	Juv	212288	ADRCCI Monte Maior	2:31.19

Série 2 de 2, 15:37

1	Tomas Ferreira Batista	11	Juv	213082	CPCD Póvoa de Santa Iria	2:25.98
2	Bruno Ribeiro Ferreira	07	Abs	226387	Sporting	2:22.86
3	Rodrigo Onofre Matos	06	Abs	200159	ADRCCI Monte Maior	2:19.73
4	Joao Almeida Gomes	06	Abs	132828	Nacional de Natação	2:14.84
5	Miguel Ratinho Rocha	09	Jun	214840	Naval Setubalense	2:18.95
6	Bernardo Goncalves Paulo	11	Juv	216285	Un��o Piedense	2:20.05
7	Andre Huang	10	Juv	214292	Geslours	2:25.45
8	Goncalo Duarte Vigario	11	Juv	214776	Naval Setubalense	2:28.15

Prova 39
05.07.2026 - 15:40

Femin., 100m Livres

Absolutos
Startlist

Rec Nacional Absoluto	55.88	Francisca Soares Martins	FOCA	Oeiras	2024
Rec Nacional Sen	55.88	Francisca Soares Martins	FOCA	Oeiras	2024
Rec Nacional Jun 18	57.62	Francisca Soares Martins	FOCA	Coimbra	2021
Rec Nacional Jun 17	56.56	Ana Reis Sousa	SAD	Coimbra	2019
Rec Nacional Juv A	57.11	Ana Reis Sousa	POR	Helsinki (FIN)	2018
Rec Nacional Juv B	57.75	Maria Carolina Rosa	POR	Prague (CZE)	2009

TAC Juv B: 1:12.48; Juv A: 1:09.69; Jun 17: 1:07.66; Jun 18: 1:06.34; 19: 1:05.04; 20 +: 1:04.38

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 7, 15:40						
1	Joana Gato Costa	11	Juv	214309	União Piedense	1:12.17
2	Maria Oleneva	10	Juv	227459	Sporting	1:11.16
3	Catarina Nobre Pardelha	10	Juv	212287	ADRCCI Monte Maior	1:09.70
4	Nicole Magali Graca	11	Juv	215649	Geslours	1:08.81
5	Nuria Cristina Pires	10	Juv	216865	Os Belenenses	1:09.62
6	Rita Oliveira Gomes	11	Juv	221111	Fisica Torres Vedras	1:10.23
7	Catarina Ribeiro Fernandez	11	Juv	217260	Geslours	1:12.03
Série 2 de 7, 15:42						
1	Maria Francisca Moreira	10	Juv	210607	Bombeiros dos Estoris	1:07.21
2	Carolina Pinto Fonseca	11	Juv	220200	Fisica Torres Vedras	1:07.12
3	Natalia Landa Paredes	11	Juv	216367	Salesianos	1:06.52
4	Ana Mao de Ferro	11	Juv	142167	Sporting	1:05.95
5	Beatriz Silva Gomes	08	Jun	207357	Individual ANL	1:06.43
6	Carolina Sousa Guimaraes	10	Juv	214881	Salesianos	1:06.60
7	Raquel Silva Delgadinho	11	Juv	215458	Palmela Desporto	1:07.13
8	Rita Ribeiro Pereira	11	Juv	220606	Benfica	1:07.41
Série 3 de 7, 15:44						
1	Bruna Sofia Simoes	10	Juv	213754	Sporting	1:05.49
2	Francisca Cunha Monteiro	11	Juv	216298	Benfica	1:05.45
3	Beatriz Costa Diniz	10	Juv	150966	Sporting	1:05.31
4	Rafaela Marreiros Oliveira	11	Juv	215651	Palmela Desporto	1:04.95
5	Mariana Varela Costa	10	Juv	208738	Sporting	1:05.26
6	Clara Li Palazzin	11	Juv	217656	Salesianos	1:05.44
7	Madalena Pereira Arede	10	Juv	211253	Sporting	1:05.48
8	Alice Fernandes Rodrigues	10	Juv	220212	Geslours	1:05.61
Série 4 de 7, 15:46						
1	Joana Alexandra Silva	10	Juv	207187	CPCD Póvoa de Santa Iria	1:04.88
2	Soraia Guerra Rolim	95	Abs	121321	Laranjeiro	1:04.62
3	Marta Matos Laranjeira	08	Jun	205884	Fisica Torres Vedras	1:04.51
4	Maria Luisa Dinis	09	Jun	209399	Algés	1:04.37
5	Claudia Ferreira Borges	99	Abs	116591	Algés	1:04.39
6	Ana Filipa Serra	11	Juv	211617	ADRCCI Monte Maior	1:04.60
7	Beatriz Paiva Branco	10	Juv	213992	Laranjeiro	1:04.72
8	Madalena Ferreira Baldo	11	Juv	216272	ADRCCI Monte Maior	1:04.93

Prova 39, Femin., 100m Livres

Série 5 de 7, 15:48

1	Sofia Oliveira Silva	99	Abs	121399	CPCD Póvoa de Santa Iria	1:03.95
2	Lara Nobre Semiao	11	Juv	214211	Salesianos	1:03.39
3	Beatriz Silva Jordao	09	Jun	206785	Os Belenenses	1:03.33
4	Teresa Oliveira Santos	08	Jun	208769	Algés	1:03.01
5	Claudia Beatriz Martins	03	Abs	128830	Geslours	1:03.28
6	Carolina Melo Camejo	11	Juv	150949	Sporting	1:03.38
7	Lis Fatima Melo	08	Jun	208661	Geslours	1:03.44
8	Leonor Maria Gomes	11	Juv	222522	ADRCI Monte Maior	1:03.96

Série 6 de 7, 15:50

1	Matilde Lopes Fialho	09	Jun	208396	Palmela Desporto	1:02.40
2	Luisa Ponte Jorge	07	Abs	204158	Palmela Desporto	1:01.72
3	Marcia Guerreiro Castilho	09	Jun	217503	Laranjeiro	1:01.42
4	Maria Madalena Lucas	11	Juv	220095	Nacional de Natação	1:01.11
5	Luana Correia Rodrigues	01	Abs	121504	Os Belenenses	1:01.18
6	Carolina Marques Madeira	09	Jun	208728	Nacional de Natação	1:01.47
7	Madalena Azevedo Messias	09	Jun	209662	Sporting	1:02.10
8	Victoria Sales Proenca	10	Juv	211478	Benfica	1:02.95

Série 7 de 7, 15:51

1	Maria Jardim Fidalgo	04	Abs	131429	Os Belenenses	1:00.26
2	Leonor Peso Parente	07	Abs	208092	Palmela Desporto	1:00.24
3	Carolina Pereira Viana	04	Abs	129199	Sporting	59.02
4	Ema Jeronimo Conceicao	03	Abs	129812	Algés	55.36
5	Carlota Costa Boleixa	08	Jun	206163	Algés	58.19
6	Mariana Marques Mercedes	03	Abs	129961	Geslours	59.38
7	Ana Beatriz Pires	08	Jun	205416	Algés	1:00.24
8	Matilde Catroga Marques	08	Jun	205880	ADRCI Monte Maior	1:00.49

Prova 40

Masc., 100m Livres

Absolutos

05.07.2026 - 15:53

Startlist

Rec Nacional Absoluto	47.98	Diogo Matos Ribeiro	SLB	Funchal	2023
Rec Nacional Sen	47.98	Diogo Matos Ribeiro	SLB	Funchal	2023
Rec Nacional Jun 18	48.52	Diogo Matos Ribeiro	POR	Roma (ITA)	2022
Rec Nacional Jun 17	49.34	Diogo Matos Ribeiro	POR	Rome (ITA)	2021
Rec Nacional Juv A	51.91	Rodolfo Junior Alecrim	CNL	Coimbra	2026
Rec Nacional Juv B	52.43	Rodolfo Junior Alecrim	POR	Skopje (MKD)	2025

TAC Juv B: 1:03.86; Juv A: 1:01.41; Jun 17: 59.62; Jun 18: 58.45; 19: 57.30; 20 +: 56.73

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 8, 15:53						
1	Tiago Guedes Caldas	11	Juv	213039	Benfica	1:04.06
2	Guilherme Francisco Filipe	11	Juv	217662	Salesianos	1:03.62
3	Tomas Neto Rodrigues	11	Juv	218913	ACSintra	1:03.12
4	David Pacheco Castanheira	11	Juv	217256	Benfica	1:02.68
5	Bruno Miguel Figueiredo	11	Juv	218769	Fisica Torres Vedras	1:02.91
6	Gustavo Pinto Mota	11	Juv	215251	Palmela Desporto	1:03.36
7	Andre Santos Fernandes	10	Juv	217657	Salesianos	1:03.67
8	Joao Maria Ventura	11	Juv	216520	ACSintra	1:05.42

Prova 40, Masc., 100m Livres

Série 2 de 8, 15:55

1	Manuel Mendes Almeida	10	Juv	141402	Sporting	1:02.45
2	Manuel Araujo Pereira	11	Juv	225175	Fisica Torres Vedras	1:02.27
3	Carlos Henrique Dias	11	Juv	213987	Fisica Torres Vedras	1:01.89
4	Antonio Santos Mota	11	Juv	215656	Benfica	1:01.26
5	Vicente Guerreiro Velez	11	Juv	215332	Fisica Torres Vedras	1:01.30
6	Rafael Ferreira Colin	11	Juv	215644	Bombeiros dos Estoris	1:02.02
7	Henrique Jose Chainho	11	Juv	215738	Palmela Desporto	1:02.33
8	Tomas Rodrigues Morais	11	Juv	216282	ADRCCI Monte Maior	1:02.62

Série 3 de 8, 15:57

1	Duarte Oliveira Pinto	11	Juv	215652	Geslours	1:01.10
2	Francisco Lalandia Correia	11	Juv	216359	Fisica Torres Vedras	1:00.37
3	Afonso Manuel Gomes	10	Juv	214311	Sporting	1:00.15
4	Joao Afonso Quaresma	09	Jun	223449	Laranjeiro	1:00.07
5	Ricardo Silva Caetano	11	Juv	219905	Os Belenenses	1:00.08
6	Luca Cristian Irimia	11	Juv	215692	CPCD Póvoa de Santa Iria	1:00.22
7	Simao Cruz Trindade	10	Juv	220766	Naval Setubalense	1:01.06
8	Miguel Pereira Gamelas	10	Juv	227096	Sporting	1:01.26

Série 4 de 8, 15:59

1	Tome Pargana Mendes	11	Juv	211589	União Piedense	59.75
2	Victor Ventura Sousa	08	Jun	228677	Laranjeiro	59.58
3	Joao Pedro Correia	11	Juv	216091	Salesianos	59.53
4	Bernardo Miguel Oliveira	09	Jun	211214	Nacional de Natação	58.16
5	Guilherme Costa Alves	10	Juv	211466	Sporting	59.18
6	Dinis Gomes Araujo	11	Juv	217660	Salesianos	59.57
7	Francisco Alves Conceicao	11	Juv	219445	Palmela Desporto	59.63
8	Jose Pedro Salvadinho	08	Jun	214535	Nacional de Natação	59.86

Série 5 de 8, 16:00

1	Tomas Rodrigues Oliveira	10	Juv	215331	Fisica Torres Vedras	57.79
2	Tiago Correia Neves	97	Abs	125796	Os Belenenses	57.49
3	Axel Guedes Asmar	07	Abs	207810	Sporting	57.40
4	Bruno Miguel Amaro	07	Abs	216574	Individual ANL	57.01
5	Afonso Cunha Amaral	09	Jun	212745	Algés	57.02
6	Francisco Soares Brito	08	Jun	205892	Bombeiros dos Estoris	57.48
7	Rafael Carreiras Marques	10	Juv	211192	Geslours	57.56
8	Andre Santos Braga	11	Juv	215648	ACSintra	58.03

Série 6 de 8, 16:02

1	Tiago Trindade Manuel	09	Jun	205937	Palmela Desporto	56.85
2	Henrique Matos Sebroza	10	Juv	216098	Geslours	56.47
3	Simao Verissimo Aires	11	Juv	213996	Laranjeiro	56.41
4	Diogo Morgado Figueira	06	Abs	203863	CPCD Póvoa de Santa Iria	55.95
5	Goncalo Tapadas Marques	10	Juv	216360	ADRCCI Monte Maior	56.14
6	Joao Filipe Prazeres	08	Jun	208984	Geslours	56.41
7	Xavier Jesus Valente	09	Jun	206889	Os Belenenses	56.70
8	Tiago Rafael Ferreira	09	Jun	217638	Sporting	56.99

Prova 40, Masc., 100m Livres

Série 7 de 8, 16:04

1	Francisco Gabriel Freitas	09	Jun	214293	Geslours	55.83
2	Andre Filipe Magalhaes	98	Abs	111394	Laranjeiro	55.43
3	Vasco Alexandre Martins	09	Jun	209406	ADRCCI Monte Maior	55.03
4	Salvador Agostinho Santos	06	Abs	219248	União Piedense	54.57
5	Joao Miguel Cascalheira	03	Abs	201621	Naval Setubalense	54.62
6	Afonso Mendonca Ornelas	08	Jun	208752	Geslours	55.09
7	Lourenco Lopes Silva	07	Abs	202104	Palmela Desporto	55.48
8	Tiago Pinheiro Carranca	11	Juv	216281	ADRCCI Monte Maior	55.85

Série 8 de 8, 16:06

1	Xavier Rosa Madeira	09	Jun	212301	Laranjeiro	53.95
2	Afonso Rodrigues Calhella	07	Abs	208048	ADRCCI Monte Maior	53.24
3	Tomas Augusto Reis	09	Jun	219434	Os Belenenses	52.66
4	Goncalo Teixeira Santos	94	Abs	25310	Bombeiros dos Estoris	51.12
5	Bernardo Jorge Simoes	04	Abs	130250	Os Belenenses	52.65
6	Luis Pedro Figueiredo	06	Abs	203875	Geslours	52.68
7	Andre Azevedo Baraona	04	Abs	123965	Palmela Desporto	53.31
8	Kaio Araujo Faftine	06	Abs	213446	Sporting	54.17

16:07 Entrega de Medalhas (Provas 35 a 40) // 2º Aquecimento (35')

Prova 41

Femin., 200m Estilos

Absolutos

05.07.2026 - 16:42

Startlist

Rec Nacional Absoluto	2:13.87	Victoria Kaminskaya	POR	Pontevedra (ESP)	2017
Rec Nacional Sen	2:13.87	Victoria Kaminskaya	POR	Pontevedra (ESP)	2017
Rec Nacional Jun 18	2:15.47	Victoria Kaminskaya	PIMP	Coimbra	2013
Rec Nacional Jun 17	2:17.22	Raquel Gomes Pereira	SAD	Coimbra	2017
Rec Nacional Juv A	2:20.61	Diana Margarida Duraes	FOCA	Porto	2012
Rec Nacional Juv B	2:21.01	Raquel Gomes Pereira	SAD	Coimbra	2015

TAC Juv B: 2:59.50; Juv A: 2:52.60; Jun 17: 2:47.57; Jun 18: 2:44.28; 19: 2:41.06; 20 +: 2:39.45

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 4, 16:42						
2	Rita Oliveira Gomes	11	Juv	221111	Fisica Torres Vedras	2:58.11
3	Ines Freitas Abrantes	11	Juv	216508	ADRCCI Monte Maior	2:46.19
4	Constancia Lopes Cruz	09	Jun	208279	ADRCCI Monte Maior	2:44.26
5	Maria Rita Filipe	10	Juv	211565	Benfica	2:46.09
6	Carolina Pinto Fonseca	11	Juv	220200	Fisica Torres Vedras	2:49.88
7	Madalena Correia Gomes	11	Juv	216271	ADRCCI Monte Maior	2:59.51

Série 2 de 4, 16:46

1	Beatriz Alexandra Rolim	08	Jun	207351	Palmela Desporto	2:42.54
2	Jessica Bernardino Lopes	10	Juv	212317	Fisica Torres Vedras	2:39.75
3	Daniela Pina Rodrigues	09	Jun	208657	Geslours	2:38.87
4	Ana Beatriz Pires	08	Jun	205416	Algés	2:37.98
5	Ines Silva Paiva	11	Juv	216507	ADRCCI Monte Maior	2:38.16
6	Maria Duarte Carvalho	10	Juv	211475	Benfica	2:39.34
7	Ana Nabais Mendes	10	Juv	211556	Laranjeiro	2:40.22
8	Matilde Bento Pereira	11	Juv	215052	Benfica	2:43.77

Prova 41, Femin., 200m Estilos

Série 3 de 4, 16:49

1	Beatriz Silva Louro	07	Abs	129303	Sporting	2:35.86
2	Maria Ornelas Armas	98	Abs	106961	ADRCCL Monte Maior	2:33.67
3	Claudia Ferreira Borges	99	Abs	116591	Algés	2:32.76
4	Carolina Marques Madeira	09	Jun	208728	Nacional de Natação	2:30.60
5	Sara Sofia Alves	07	Abs	202517	Palmela Desporto	2:31.39
6	Mariana Marques Mercedes	03	Abs	129961	Geslours	2:33.54
7	Carolina Sofia Martins	10	Juv	210962	Palmela Desporto	2:33.67
8	Marina Salles Mendonca	10	Juv	214015	Sporting	2:37.01

Série 4 de 4, 16:53

1	Leonor Carvalho Oliveira	07	Abs	200901	Sporting	2:30.09
2	Raquel Sofia Bras	09	Jun	208973	Os Belenenses	2:29.81
3	Madalena Reis Cerdeira	03	Abs	130053	Sporting	2:28.06
4	Laura Espinola Barbeito	06	Abs	201165	Sporting	2:26.38
5	Carlota Costa Boleixa	08	Jun	206163	Algés	2:26.63
6	Rita Canas Brito	10	Juv	210978	Naval Setubalense	2:28.12
7	Lidiana Correia Rodrigues	04	Abs	130399	Os Belenenses	2:29.95
8	Beatriz Ferreira Batista	09	Jun	205653	CPCD Póvoa de Santa Iria	2:30.37

Prova 42

05.07.2026 - 16:56

Masc., 200m Estilos

Absolutos

Startlist

Rec Nacional Absoluto	1:58.19	Alexis Manacas Santos	SCP	Coimbra	2019
Rec Nacional Sen	1:58.19	Alexis Manacas Santos	SCP	Coimbra	2019
Rec Nacional Jun 18	2:02.55	Jose Paulo Lopes	POR	Helsinki (FIN)	2018
Rec Nacional Jun 17	2:04.32	Carlos Esteves Almeida	POR	Budapest (HUN)	2005
Rec Nacional Juv A	2:08.11	Carlos Esteves Almeida	CNA	Lisboa	2004
Rec Nacional Juv B	2:10.83	Jorge Jesus Silva	SCB	Coimbra	2015

TAC Juv B: 2:40.77; Juv A: 2:34.59; Jun 17: 2:30.09; Jun 18: 2:27.14; 19: 2:24.26; 20 +: 2:22.82

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 5, 16:56						
3	Tiago Botelho Silva	11	Juv	219112	Geslours	2:40.38
4	Martim Fonseca Figueira	11	Juv	219900	CPCD Póvoa de Santa Iria	2:38.50
5	Henrique Jose Chainho	11	Juv	215738	Palmela Desporto	2:38.70

Série 2 de 5, 17:00

1	Vicente Guerreiro Velez	11	Juv	215332	Fisica Torres Vedras	2:37.65
2	Lourenco Sousa Calais	11	Juv	223703	CPCD Póvoa de Santa Iria	2:33.36
3	Matias Malheiro Mata	11	Juv	216817	Sporting	2:30.32
4	Bernardo Miguel Oliveira	09	Jun	211214	Nacional de Natação	2:26.23
5	Duarte Ribeiro Lima	11	Juv	214783	Geslours	2:29.97
6	Francisco Pimentel Coelho	11	Juv	215653	Benfica	2:32.98
7	Tomas Neto Rodrigues	11	Juv	218913	ACSintra	2:36.29
8	Joao Maria Ventura	11	Juv	216520	ACSintra	2:37.84

Prova 42, Masc., 200m Estilos

Série 3 de 5, 17:03

1	David Pacheco Castanheira	11	Juv	217256	Benfica	2:26.03
2	Simao Pascoal Fernandes	11	Juv	216364	ADRCCI Monte Maior	2:25.56
3	Rodrigo Martins Chocas	07	Abs	130042	Sporting	2:24.85
4	Ryan Lukas Desousa	11	Juv	217269	ACSintra	2:23.69
5	Alexandre Morari	07	Abs	206445	Sporting	2:24.27
6	Joao Pedro Monteiro	08	Jun	203021	Individual ANL	2:25.17
7	Tomas Ferreira Batista	11	Juv	213082	CPCD Póvoa de Santa Iria	2:25.74
8	Martim Marino Brilha	10	Juv	216537	Os Belenenses	2:26.06

Série 4 de 5, 17:06

1	Francisco Gabriel Freitas	09	Jun	214293	Geslours	2:21.71
2	Rodrigo Ferrao Dias	10	Juv	214314	Sporting	2:20.55
3	Miguel Loucao Caxaria	09	Jun	205908	Palmela Desporto	2:19.52
4	Jesus Alberto Mejias	09	Jun	218311	Os Belenenses	2:19.00
5	Tomas O'Grady Freire	10	Juv	214315	Sporting	2:19.48
6	Francisco Rodrigues Vilar	08	Jun	208983	Sporting	2:20.44
7	Martim Frederico Marques	10	Juv	210909	Sporting	2:20.57
8	Rafael Carreiras Marques	10	Juv	211192	Geslours	2:22.30

Série 5 de 5, 17:09

1	Afonso Mendonca Ornelas	08	Jun	208752	Geslours	2:18.03
2	Joao Baixinho Roxo	10	Juv	210602	União Piedense	2:16.43
3	Xavier Jesus Valente	09	Jun	206889	Os Belenenses	2:14.83
4	Diogo Damasceno Reis	09	Jun	151317	Sporting	2:09.47
5	Bernardo Jorge Simoes	04	Abs	130250	Os Belenenses	2:12.74
6	Joao Miguel Cascalheira	03	Abs	201621	Naval Setubalense	2:15.76
7	Andre Miguel Ramos	07	Abs	209022	Sporting	2:17.24
8	Miguel Ratinho Rocha	09	Jun	214840	Naval Setubalense	2:18.15

Prova 43

Femin., 1500m Livres

Absolutos

05.07.2026 - 17:12

Startlist

Rec Nacional Absoluto	16:15.12	Diana Margarida Duraes	SLB	Lisboa	2020
Rec Nacional Sen	16:15.12	Diana Margarida Duraes	SLB	Lisboa	2020
Rec Nacional Jun 18	16:24.05	Tamila Hryhorivna Holub	POR	Budapest (HUN)	2017
Rec Nacional Jun 17	16:20.80	Tamila Hryhorivna Holub	POR	Hodmezovasarhely (HUN)	2016
Rec Nacional Juv A	16:43.22	Tamila Hryhorivna Holub	SCB	Singapore (SGP)	2015
Rec Nacional Juv B	16:54.60	Tamila Hryhorivna Holub	POR	Dordrecht (NED)	2014

TAC Juv B: 21:59.97; Juv A: 21:09.20; Jun 17: 20:32.23; Jun 18: 20:08.07; 19: 19:44.38; 20 +: 19:32.54

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 1, 17:12						
3	Jolina Widders	06	Abs	228678	Geslours	19:29.89
4	Marta Lima Pimentel	04	Abs	130230	ADRCCI Monte Maior	18:28.79
5	Margarida Almeida Ferreira	11	Juv	151230	Sporting	18:30.91
6	Francisca Cunha Monteiro	11	Juv	216298	Benfica	19:31.68

Prova 44

Masc., 800m Livres

Absolutos

05.07.2026 - 17:33

Startlist

Rec Nacional Absoluto	7:52.68	Jose Paulo Lopes	POR	Budapest (HUN)	2021
Rec Nacional Sen	7:52.68	Jose Paulo Lopes	POR	Budapest (HUN)	2021
Rec Nacional Jun 18	8:06.97	Guilherme Filipe Pina	POR	Hodmezovasarhely (HUN)	2016
Rec Nacional Jun 17	8:13.49	Gustavo Manuel Santa	POR	Helsinki (FIN)	2010
Rec Nacional Juv A	8:23.54	Gustavo Manuel Santa	POR	Tampere (FIN)	2009
Rec Nacional Juv B	8:32.97	Rui Silva Pereira	POR	Coimbra	2023

TAC Juv B: 10:14.22; Juv A: 9:50.59; Jun 17: 9:33.39; Jun 18: 9:22.15; 19: 9:11.13; 20 +: 9:05.62

Pista	Nadador	Ano	Categ.	N�Lic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 2, 17:33						
2	David Alexandre Fernandes	06	Abs	212767	Nacional de Natação	9:07.39
3	Dinis Aresta Ribeiro	10	Juv	214312	Sporting	9:01.85
4	Rafael Lin Moniz	09	Jun	210337	Palmela Desporto	8:49.60
5	Bernardo Goncalves Paulo	11	Juv	216285	Un�o Piedense	8:56.85
6	Tomas Augusto Reis	09	Jun	219434	Os Belenenses	9:02.31
7	Afonso Santos Carromeu	09	Jun	210969	Naval Setubalense	9:11.65
Série 2 de 2, 17:42						
3	Dinis Andrade Cabral	11	Juv	217265	Palmela Desporto	9:49.72
4	Afonso Reis Campanico	07	Abs	221762	Laranjeiro	9:18.69
5	Joao Marcelino Rodrigues	11	Juv	142093	Sporting	9:41.05

17:53 Entrega de Medalhas (Provas 41 a 44)