

Prova 31
09.03.2025

Femin., 400m Livres

Absolutos
Startlist

Rec Nacional Absoluto	4:08.77	Francisca Soares Martins	FOCA	Canet-En-Roussillon (FRA)	2023
Rec Regional Absoluto	4:09.49	Diana Margarida Duraes	SLB	Tarragona (ESP)	2018
Rec Regional 18 +	4:09.49	Diana Margarida Duraes	SLB	Tarragona (ESP)	2018
Rec Regional Jun 17	4:20.34	Ana Reis Sousa	SAD	Oeiras	2019
Rec Regional Jun 16	4:20.37	Marta Andreia Ferreira	SCP	Berlin (GER)	2002
Rec Regional Juv A	4:24.77	Ana Cláudia Correia Santos	SFUAP	Jamor	2005
Rec Regional Juv B	4:29.25	Susana Patricia Miguel	SFUAP	Oeiras	2004

TAC - Fem Juv B: 5:22.26; Juv A: 5:12.87; Jun17-18: 5:03.70; Jun 16: 5:06.74; Sen 19: 5:00.99; Sen 20+: 4:57.98

Pista	Nadador	Ano	Categ.	NºLic.	Clube	Tempo Inscr.
Série 1 de 6						
2	Ines Freitas Abrantes	11	Juv B	216508	Colegio Int Monte Maior	5:24.49
3	Raquel Silva Delgadinho	11	Juv B	215458	Palmela Desporto	5:18.80
4	Carmo Rosa Madeira	11	Juv B	213994	Laranjeiro	5:17.41
5	Madalena Ferreira Baldo	11	Juv B	216272	Colegio Int Monte Maior	5:17.59
6	Maria Madalena Lucas	11	Juv B	220095	Nacional de Natação	5:22.47
7	Natalia Landa Paredes	11	Juv B	216367	Salesianos	5:29.92

Série 2 de 6						
1	Luisa Anjos Frischknecht	10	Juv A	210973	Naval Setubalense	5:13.38
2	Marcia Guerreiro Castilho	09	Jun	217503	Laranjeiro	5:06.74
3	Ana Mao de Ferro	11	Juv B	142167	Sporting	5:04.32
4	Beatriz Paiva Branco	10	Juv A	213992	Laranjeiro	5:03.84
5	Ana Filipa Serra	11	Juv B	211617	Colegio Int Monte Maior	5:03.96
6	Maria Ines Fryxell	10	Juv A	205333	AONDA - Azeitão	5:06.40
7	Madalena Correia Gomes	11	Juv B	216271	Colegio Int Monte Maior	5:10.99
8	Leticia Rodrigues Magalhaes	07	Jun	205089	Despertarecorde	5:13.61

Série 3 de 6						
1	Maria Luisa Dinis	09	Jun	209399	Algés	5:03.40
2	Francisca Cunha Monteiro	11	Juv B	216298	Benfica	5:01.94
3	Beatriz Costa Diniz	10	Juv A	150966	Sporting	4:58.88
4	Mariana Conceicao Duarte	03	Sen	129507	Salesianos	4:57.98
5	Beatriz Alexandra Rolim	08	Jun	207351	Palmela Desporto	4:58.22
6	Madalena Azevedo Messias	09	Jun	209662	Sporting	4:58.97
7	Maria Rendeiro Correia	11	Juv B	214922	Algés	5:03.28
8	Li Tongguoer	08	Jun	225381	Benfica	5:03.70

Série 4 de 6						
1	Luana Cardoso Magalhaes	06	Sen	201688	Algés	4:57.27
2	Constanca Lopes Cruz	09	Jun	208279	Colegio Int Monte Maior	4:55.53
3	Sofia Monteiro Uva	09	Jun	209405	Algés	4:53.17
4	Beatriz Silva Jordao	09	Jun	206785	Os Belenenses	4:51.56
5	Raquel Sofia Bras	09	Jun	208973	Os Belenenses	4:52.60
6	Maria Madalena Fernandes	10	Juv A	212757	Algés	4:54.99
7	Ana Nabais Mendes	10	Juv A	211556	Laranjeiro	4:56.13
8	Margarida Domingues Nunes	05	Sen	201398	Sporting	4:57.98

Prova 31, Femin., 400m Livres

Série 5 de 6

1	Joana Melo Gaspar	09	Jun	208734	Nacional de Natação	4:51.14
2	Lia Ana Lima	01	Sen	205396	Os Belenenses	4:50.21
3	Carolina Marques Madeira	09	Jun	208728	Nacional de Natação	4:49.09
4	Catarina Maria Lopes	08	Jun	203020	Benfica	4:43.46
5	Margarida Santos Botelho	07	Jun	202518	Naval Setubalense	4:47.42
6	Maria Jardim Fidalgo	04	Sen	131429	Os Belenenses	4:49.58
7	Catarina Alexandra Alves	07	Jun	205924	Geslours	4:50.33
8	Ines Maria Lanca	09	Jun	208303	Benfica	4:51.33

Série 6 de 6

1	Sara Sofia Alves	07	Jun	202517	Palmela Desporto	4:38.97
2	Matilde Nunes Lopes	06	Sen	201711	Benfica	4:34.09
3	Rita Barros Frischknecht	98	Sen	106257	Benfica	4:20.47
4	Mariana Amaral Mendes	02	Sen	123959	Sporting	4:19.84
5	Ema Jeronimo Conceicao	03	Sen	129812	Benfica	4:20.17
6	Maria Ferreira Moura	04	Sen	131382	Sporting	4:22.20
7	Beatriz Paulo Ranito	99	Sen	116593	Geslours	4:38.62
8	Iris Pereira Carrao	05	Sen	201392	União Piedense	4:42.06