

CAMPEONATO NACIONAL DE CLUBES

3ª & 4ª Divisão

LOCAL
Piscinas Municipais de Ponte da Barca

DATAS
6 e 7 de Dezembro 2014

DIA 6 SÁBADO 09h30 & 16h00
DIA 7 DOMINGO 09h30 & 16h00

ORGANIZAÇÃO



PATROCINADORES



PARCEROS



cosmos

WINNEX



DEFILELUX

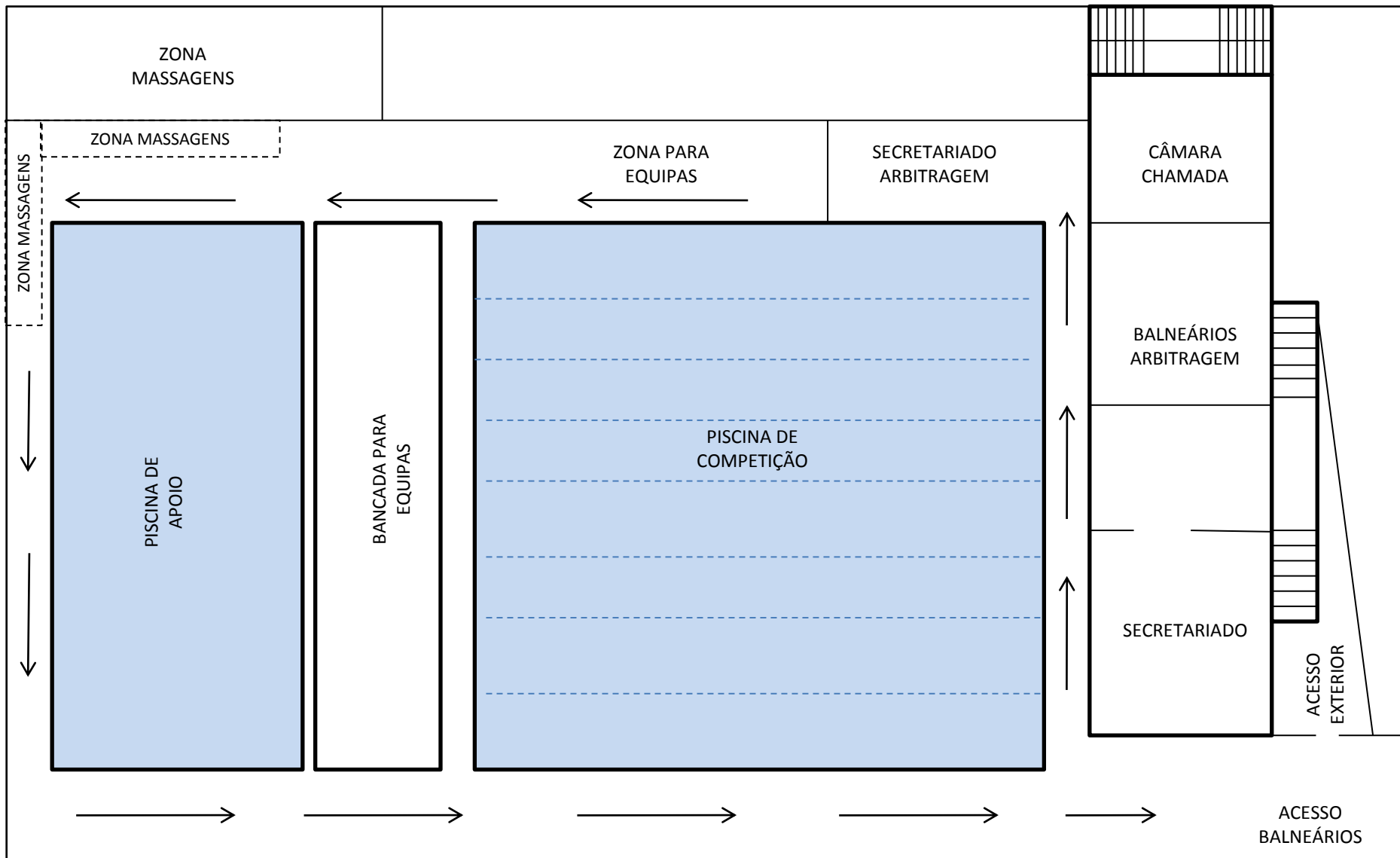
Fruut

CISION

PARCEROS INSTITUCIONAIS



PISO INFERIOR



Legenda:

→ Circulação das equipas

PISO SUPERIOR

ENTRADA
PRINCIPAL



ENTRADA
PÚBLICO



BANCADA
PÚBLICO



WC

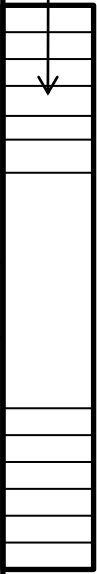
WC

SALA REUNIÃO
DELEGADOS

ACESSO BALNEÁRIOS
EQUIPAS



ACESSO BALNEÁRIOS
EQUIPAS



SALA REUNIÃO
ARBITRAGEM





CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES 3ª DIVISÃO – MASCULINOS E FEMININOS

1. Local

A. N. Minho Ponte da Barca (25m x 8 pistas)

2. Data

06 e 07 de Dezembro de 2014

3. Programa – Horários

| 1ª Jornada – 06 DEZ 14 – 16:00 | | 2ª Jornada – 07 DEZ 14 – 16:00 | |
|--------------------------------|--------------------------|--------------------------------|---------------------------|
| 1 | 800m Livres Femininos | 14 | 800m Livres Masculinos |
| 2 | 100m Mariposa Masculinos | 15 | 100m Mariposa Femininos |
| 3 | 200m Mariposa Femininos | 16 | 200m Mariposa Masculinos |
| 4 | 100m Bruços Masculinos | 17 | 100m Bruços Femininos |
| 5 | 200m Bruços Femininos | 18 | 200m Bruços Masculinos |
| 6 | 50m Livres Masculinos | 19 | 50m Livres Femininos |
| 7 | 100m Livres Femininos | 20 | 100m Livres Masculinos |
| 8 | 100m Costas Masculinos | 21 | 100m Costas Femininos |
| 9 | 200m Costas Femininos | 22 | 200m Costas Masculinos |
| 10 | 400m Livres Masculinos | 23 | 400m Livres Femininos |
| 11 | 200m Estilos Femininos | 24 | 200m Estilos Masculinos |
| 12 | 4x100m Livres Masculinos | 25 | 4x100m Livres Femininos |
| 13 | 4x100m Estilos Femininos | 26 | 4x100m Estilos Masculinos |

Estatística de inscrições

Todas as provas

| Clube | Código | Região | Atletas | | | Individuais | | | Estafetas | | |
|---|--------|--------|---------|--------|-------|-------------|--------|-------|-----------|--------|-------|
| | | | Masc. | Femin. | Total | Masc. | Femin. | Total | Masc. | Femin. | Total |
| Academico Viseu Futebol Clube | AVFC | ANA | 5 | - | 5 | 11 | - | 11 | 2 | - | 2 |
| Aminata-Evora Clube de Natacao | AMINAT | ANALEN | 9 | 6 | 15 | 11 | 11 | 22 | 2 | 2 | 4 |
| Ass. Desp. Bairro dos Anjos /BOMCA/ADBA | ANDL | ANDL | 5 | - | 5 | 11 | - | 11 | 2 | - | 2 |
| Colegio Bernardette Romeira | ACDCBR | ANALG | - | 6 | 6 | - | 11 | 11 | - | 2 | 2 |
| Assoc Desp Rec Colegio Int Monte MADRCIMM | ANL | ANL | - | 7 | 7 | - | 11 | 11 | - | 2 | 2 |
| Assoc. Bombeiros Voluntarios Estori:ABVE | ANL | ANL | 7 | - | 7 | 11 | - | 11 | 2 | - | 2 |
| Assoc. Desportiva de Fafe | ADF | ANNP | 7 | 10 | 17 | 11 | 11 | 22 | 2 | 2 | 4 |
| Associacao Estamos Juntos | AEJ | ANA | - | 7 | 7 | - | 11 | 11 | - | 2 | 2 |
| Benedita Sport Club Natacao | BSCN | ANDL | 8 | 8 | 16 | 11 | 11 | 22 | 2 | 2 | 4 |
| Clube Act Fisica Bomb. de Ponta Delgada | CAFBDP | ANRA | - | 6 | 6 | - | 11 | 11 | - | 2 | 2 |
| Clube Desportivo Estarreja | CDE | ANA | 6 | - | 6 | 11 | - | 11 | 2 | - | 2 |
| Clube Fluvial Portuense | CFP | ANNP | - | 6 | 6 | - | 11 | 11 | - | 2 | 2 |
| Clube Futebol Os Belenenses | CFB | ANL | 12 | 12 | 24 | 11 | 11 | 22 | 2 | 2 | 4 |
| Clube Nacional de Natacao | CNN | ANL | - | 6 | 6 | - | 11 | 11 | - | 2 | 2 |
| Clube Natacao Olhao | CNOL | ANALG | 6 | 7 | 13 | 11 | 11 | 22 | 2 | 2 | 4 |
| Clube Nautico de Abrantes | CNAB | ANDS | 6 | - | 6 | 11 | - | 11 | 2 | - | 2 |
| Clube Nautico de Miranda do Corvo | CNMC | ANC | - | 6 | 6 | - | 11 | 11 | - | 2 | 2 |
| Clube Naval de Ponta Delgada | CNPDL | ANRA | 5 | - | 5 | 11 | - | 11 | 2 | - | 2 |
| Laranjeiro | CIRL | ANL | 12 | 12 | 24 | 11 | 11 | 22 | 2 | 2 | 4 |
| Clube de Natacao da Maia | CNMAIA | ANNP | - | 12 | 12 | - | 11 | 11 | - | 2 | 2 |
| Clube de Natacao de Alcobaca | CNAL | ANDL | 6 | - | 6 | 11 | - | 11 | 2 | - | 2 |
| Clube de Natacao de Valongo | CNV | ANNP | 7 | - | 7 | 11 | - | 11 | 2 | - | 2 |
| Clube de Natacao do Litoral Alentejar | CNLA | ANALEN | 7 | - | 7 | 11 | - | 11 | 2 | - | 2 |
| Colegio Liceal Santa Maria de Lamas | CLAMAS | ANNP | 6 | 6 | 12 | 11 | 11 | 22 | 2 | 2 | 4 |
| Desportivo Nautico da Marinha Grande | DNMG | ANDL | 7 | - | 7 | 11 | - | 11 | 2 | - | 2 |
| Electrico Futebol Clube | EFC | ANIC | 5 | - | 5 | 11 | - | 11 | 2 | - | 2 |
| Foca-Clube Natacao de Felgueiras | FOCA | ANNP | - | 6 | 6 | - | 11 | 11 | - | 2 | 2 |
| Gesloures-Gestao Equip. Sociais, EMGESL | ANL | ANL | 10 | - | 10 | 11 | - | 11 | 2 | - | 2 |
| Ginasio Clube Figueirense | GCF | ANC | - | 7 | 7 | - | 11 | 11 | - | 2 | 2 |
| Ginasio Clube de Santo Tirso | GCST | ANNP | 6 | 7 | 13 | 11 | 11 | 22 | 2 | 2 | 4 |
| Ginasio Clube de Vila Real | GCVR | ARNN | 11 | - | 11 | 11 | - | 11 | 2 | - | 2 |
| Portinado-Assoc Natacao de Portimao | PORTIN | ANALG | - | 6 | 6 | - | 11 | 11 | - | 2 | 2 |
| Soc Instrucao e Recreio Os Pimpoes | PIMPAI | ANDL | 8 | 6 | 14 | 11 | 11 | 22 | 2 | 2 | 4 |
| Sporting Clube de Espinho | SCE | ANA | - | 8 | 8 | - | 11 | 11 | - | 2 | 2 |
| Tavira Natacao Clube | TNC | ANALG | - | 7 | 7 | - | 11 | 11 | - | 2 | 2 |
| Viana Natacao Clube | VNC | ANMIN | 8 | 9 | 17 | 11 | 11 | 22 | 2 | 2 | 4 |
| Vitoria Sport Clube/Olicargo | VSC | ANNP | 7 | 8 | 15 | 11 | 11 | 22 | 2 | 2 | 4 |
| Numero total de 37 Clubes | | | 176 | 181 | 357 | 264 | 264 | 528 | 48 | 48 | 96 |

| Prova 1 06-12-2014 | Femin., 800m Livres | | | | Absolutos Startlist |
|-----------------------|---------------------|-------------------------|-------|---------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 8:41.65 | Angelica Maria Andre | LSC | Porto | 09-12-2012 |
| Rec Nac Inf B | 9:33.95 | Filipa Vilas Ruivo | DNMG | Nazaré | 16-05-2009 |
| Rec Nac Inf A | 9:03.90 | Alexandra Maria Silva | FCP | Porto | 13-07-1980 |
| Rec Nac Juv B | 9:00.27 | Alexandra Maria Silva | FCP | Antibes (FRA) | 20-12-1980 |
| Rec Nac Juv A | 8:46.74 | Ana Claudia Santos | SFUAP | Cantanhede | 19-12-2004 |
| Rec Nac Jun16 | 8:45.98 | Tamila Hryhorivna Holub | SCB | Felgueiras | 16-11-2014 |
| Rec Nac Jun17 | 8:45.91 | Marta Andreia Ferreira | FPN | Riesa (GER) | 12-12-2002 |
| Rec Nac Sen | 8:41.65 | Angelica Maria Andre | LSC | Porto | 09-12-2012 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tempo | Tp inscrição |
|---------------------|----------------------------|-----|--------|-------------------------|----------|--------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Ana Sofia Ramos | 97 | 102593 | Fafe | NT | ___:___:___ |
| 2 | Salome Pinto Monteiro | 98 | 109388 | Sporting de Espinho | NT | ___:___:___ |
| 3 | Ana Carmo Pinheiro | 02 | 124856 | Ginasio Santo Tirso | 11:10.28 | ___:___:___ |
| 4 | Andreia Catarina Meireles | 01 | 119426 | Laranjeiro | 10:30.82 | ___:___:___ |
| 5 | Constanca Filipa Rodrigues | 02 | 118480 | Benedita | 10:36.69 | ___:___:___ |
| 6 | Mariana Anastacio Costa | 99 | 120301 | Bombeiros Ponta Delgada | 12:07.29 | ___:___:___ |
| 7 | Joana Cunha Sousa | 98 | 103054 | Foca | NT | ___:___:___ |
| 8 | Matilde Aguas Marques | 00 | 121104 | Portinado | NT | ___:___:___ |

| | | | | | | |
|---------------------|---------------------------|----|--------|-------------------------------|----------|-------------|
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Elisa Sauval Goncalves | 02 | 124069 | Natacao Olhao | 10:16.25 | ___:___:___ |
| 2 | Beatriz Neves Cardoso | 98 | 105741 | Colegio SMLamas | 10:13.55 | ___:___:___ |
| 3 | Ana Sofia Filipe | 95 | 26887 | Nacional de Natacao | 10:08.01 | ___:___:___ |
| 4 | Violante Pascoal Fontoura | 97 | 101153 | Viana Natacao | 9:48.53 | ___:___:___ |
| 5 | Beatriz Sousa Grou | 96 | 15031 | Tavira Natacao | 9:59.77 | ___:___:___ |
| 6 | Carolina Isabel Machado | 00 | 111445 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 10:11.06 | ___:___:___ |
| 7 | Ana Margarida Cruz | 00 | 123556 | Aminata | 10:14.85 | ___:___:___ |
| 8 | Luana Rafaela Resende | 97 | 106443 | Estamos Juntos | 10:26.97 | ___:___:___ |

| | | | | | | |
|---------------------|--------------------------|----|--------|-----------------------------|---------|-------------|
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Catarina Costa Fernandes | 99 | 117253 | Colegio Bernardette Romeira | 9:46.71 | ___:___:___ |
| 2 | Carolina Silva Moreira | 99 | 118910 | Natacao da Maia | 9:41.43 | ___:___:___ |
| 3 | Maria Dias Neves | 99 | 108078 | Miranda do Corvo | 9:32.16 | ___:___:___ |
| 4 | Ana Goncalves Neto | 95 | 101958 | Fluvial Portuense | 9:06.00 | ___:___:___ |
| 5 | Ana Raquel Ferreira | 98 | 102755 | Ginasio Figueirense | 9:26.92 | ___:___:___ |
| 6 | Joana Miguel Alexandre | 99 | 111432 | Belenenses | 9:32.51 | ___:___:___ |
| 7 | Ana Pires Brito | 99 | 117031 | Colegio Monte Maior | 9:44.64 | ___:___:___ |
| 8 | Ana Carolina Gomes | 97 | 117127 | Pimpoes/Cimai | 9:46.87 | ___:___:___ |

| Prova 2 06-12-2014 | Masc., 100m Mariposa | | | | Absolutos Startlist |
|-----------------------|----------------------|-------------------------|-------|-----------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 51.45 | Diogo Filipe Carvalho | FPN | Estocolmo (SWE) | 11-11-2009 |
| Rec Nac Inf B | 1:01.78 | Fabio Parrilha da Silva | CNAL | Penafiel | 01-04-2000 |
| Rec Nac Inf A | 59.56 | Fabio Parrilha da Silva | CNAL | Leiria | 07-04-2001 |
| Rec Nac Juv B | 57.32 | Diogo Filipe Carvalho | CGA | Estarreja | 10-06-2003 |
| Rec Nac Juv A | 55.60 | Diogo Gomes Sousa | CNCVG | Porto | 05-12-2010 |
| Rec Nac Jun17 | 53.97 | Tiago Andre Venancio | CNS | Alapraia | 15-02-2004 |
| Rec Nac Jun18 | 53.87 | Tiago Andre Venancio | CNS | Cantanhede | 19-12-2004 |
| Rec Nac Sen | 51.45 | Diogo Filipe Carvalho | FPN | Estocolmo (SWE) | 11-11-2009 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tp inscrição | |
|---------------------|----------------------------|-----|--------|-------------------------------|--------------|-------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Joao Francisco Santos | 99 | 111188 | Viana Natacao | 1:06.67 | ___:___:___ |
| 2 | Afonso Filipe Gaspar | 97 | 109947 | Nautico Abrantes | 1:04.06 | ___:___:___ |
| 3 | Paulo Filipe Miranda | 97 | 110626 | Fafe | 1:03.32 | ___:___:___ |
| 4 | Pedro Miguel Rodrigues | 97 | 103539 | Pimpoes/Cimai | 1:02.40 | ___:___:___ |
| 5 | Miguel Martins Baltazar | 98 | 104338 | Aminata | 1:02.64 | ___:___:___ |
| 6 | Tomas Tinoco Barros | 99 | 118611 | Ginasio de Vila Real | 1:03.81 | ___:___:___ |
| 7 | Rafael Ladeiro Santos | 98 | 117122 | Gesloures | 1:04.63 | ___:___:___ |
| 8 | Jose Manuel Fernandes | 99 | 112188 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 1:14.90 | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Bernardo Francisco Pedroso | 97 | 105206 | Natacao de Valongo | 1:01.65 | ___:___:___ |
| 2 | Nuno Valerio Silva | 97 | 110973 | Nautico da Marinha Grande | 1:01.52 | ___:___:___ |
| 3 | Joao Pedro Tarquinio | 97 | 106738 | Benedita | 1:01.02 | ___:___:___ |
| 4 | Filipe Fonte Cunha | 98 | 125628 | Academico Viseu | 1:00.61 | ___:___:___ |
| 5 | Hugo Filipe Correia | 99 | 118621 | Litoral Alentejano | 1:00.71 | ___:___:___ |
| 6 | David Andre Almeida | 97 | 20340 | Ginasio Santo Tirso | 1:01.03 | ___:___:___ |
| 7 | Joao Silverio Duarte | 99 | 111461 | Electrico Clube | 1:01.60 | ___:___:___ |
| 8 | Pedro Daniel Figueira | 98 | 120371 | Estarreja | 1:02.39 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Fernando Jorge Rosado | 88 | 12553 | Laranjeiro | 58.99 | ___:___:___ |
| 2 | Miguel Monteiro Diogo | 93 | 10164 | Alcobaca | 58.09 | ___:___:___ |
| 3 | Miguel Bras Sergio | 95 | 100925 | Estoris | 57.66 | ___:___:___ |
| 4 | Carlos Lopes Pedrosa | 94 | 102149 | Naval de Ponta Delgada | 55.96 | ___:___:___ |
| 5 | Fabio Andre Figueira | 88 | 11084 | Belenenses | 56.24 | ___:___:___ |
| 6 | Bernardo Santos Clemente | 98 | 109157 | Ba/Bomcar | 57.91 | ___:___:___ |
| 7 | Luis Filipe Soares | 98 | 105615 | Colegio SMLamas | 58.97 | ___:___:___ |
| 8 | Mauro Filipe Viegas | 95 | 26428 | Natacao Olhao | 1:00.44 | ___:___:___ |

| Prova 3 06-12-2014 | Femin., 200m Mariposa | | | | Absolutos Startlist |
|-----------------------|-----------------------|-------------------------|-------|---------------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 2:08.54 | Sara Freitas Oliveira | FPN | Dubai (UAE) | 15-12-2010 |
| Rec Nac Inf B | 2:31.64 | Raquel Maria Felgueiras | SCB | Algés | 09-05-1992 |
| Rec Nac Inf A | 2:25.40 | Raquel Maria Felgueiras | SCB | Vila do Conde | 30-05-1993 |
| Rec Nac Juv B | 2:19.06 | Susana Patricia Miguel | SFUAP | Penafiel | 20-03-2004 |
| Rec Nac Juv A | 2:17.51 | Raquel Maria Felgueiras | | Algés | 05-03-1995 |
| Rec Nac Jun16 | 2:13.60 | Ana Rita Francisco | FPN | Gelsenkirchen (GER) | 11-02-1996 |
| Rec Nac Jun17 | 2:10.12 | Sara Francisco Cruz | ADBA | Leiria | 04-12-2009 |
| Rec Nac Sen | 2:08.54 | Sara Freitas Oliveira | FPN | Dubai (UAE) | 15-12-2010 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tp inscrição | |
|---------------------|-------------------------|-----|--------|-------------------------------|--------------|-------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Puerto Gonzalez Garrido | 98 | 132944 | Tavira Natacao | NT | ___:___:___ |
| 2 | Filipa Vilas Tiago | 94 | 10634 | Nacional de Natacao | NT | ___:___:___ |
| 3 | Mariana Leal Lopes | 99 | 121142 | Colegio Bernardette Romeira | NT | ___:___:___ |
| 4 | Ana Beatriz Machado | 00 | 111444 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 3:01.71 | ___:___:___ |
| 5 | Elisa Sauval Goncalves | 02 | 124069 | Natacao Olhao | 3:04.75 | ___:___:___ |
| 6 | Ana Estevinha Silva | 99 | 120794 | Ginasio Figueirense | NT | ___:___:___ |
| 7 | Maria Ines Ferreira | 00 | 116953 | Miranda do Corvo | NT | ___:___:___ |
| 8 | Ana Pinho Rodrigues | 94 | 13372 | Estamos Juntos | NT | ___:___:___ |

| | | | | | | |
|---------------------|--------------------------|----|--------|---------------------|---------|-------------|
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Mariana Sebastiao Mendes | 01 | 126564 | Portinado | 2:55.56 | ___:___:___ |
| 2 | Beatriz Valadas Bilro | 00 | 123035 | Aminata | 2:51.78 | ___:___:___ |
| 3 | Joana Barros Soares | 00 | 120201 | Viana Natacao | 2:47.82 | ___:___:___ |
| 4 | Filipa Andreia Costa | 98 | 109094 | Colegio Monte Maior | 2:41.68 | ___:___:___ |
| 5 | Rute Sofia Teixeira | 90 | 15202 | Ginasio Santo Tirso | 2:46.02 | ___:___:___ |
| 6 | Nina Pinto Ribeiro | 02 | 116914 | Foca | 2:50.32 | ___:___:___ |
| 7 | Rita Afonso Belo | 02 | 123254 | Benedita | 2:51.81 | ___:___:___ |
| 8 | Ines Pinheiro Melo | 01 | 121153 | Sporting de Espinho | 2:58.21 | ___:___:___ |

| | | | | | | |
|---------------------|----------------------------|----|--------|-------------------------|---------|-------------|
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Beatriz Rodrigues Oliveira | 01 | 122175 | Fafe | 2:39.32 | ___:___:___ |
| 2 | Catarina Rego Borges | 99 | 107020 | Bombeiros Ponta Delgada | 2:33.93 | ___:___:___ |
| 3 | Ines Jacinto Henriques | 00 | 120220 | Pimpoes/Cimai | 2:27.22 | ___:___:___ |
| 4 | Angelica Maria Andre | 94 | 15497 | Fluvial Portuense | 2:21.76 | ___:___:___ |
| 5 | Daniela Teixeira Moreira | 97 | 106460 | Belenenses | 2:23.26 | ___:___:___ |
| 6 | Carolina Santos Silva | 86 | 23208 | Natacao da Maia | 2:28.88 | ___:___:___ |
| 7 | Filipa Silva Cruz | 92 | 10928 | Laranjeiro | 2:36.72 | ___:___:___ |
| 8 | Mariana Oliveira Ribeiro | 01 | 112134 | Colegio SMLamas | 2:39.97 | ___:___:___ |

| Prova 4 06-12-2014 | Masc., 100m Bruços | | | | Absolutos Startlist |
|-----------------------|--------------------|------------------------|-----|-----------------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 58.19 | Carlos Esteves Almeida | FPN | Chartres (FRA) | 22-11-2012 |
| Rec Nac Inf B | 1:09.54 | Andre Goncalo Santos | LSC | Lousada | 15-05-2010 |
| Rec Nac Inf A | 1:07.92 | Andre Goncalo Santos | LSC | Viseu | 12-03-2011 |
| Rec Nac Juv B | 1:04.22 | Andre Goncalo Santos | LSC | Braga | 04-03-2012 |
| Rec Nac Juv A | 1:03.39 | Andre Goncalo Santos | LSC | S. António Cavaleiros | 21-12-2012 |
| Rec Nac Jun17 | 1:02.99 | Andre Goncalo Santos | LSC | Felgueiras | 21-12-2013 |
| Rec Nac Jun18 | 1:01.25 | Pedro Miguel Agostinho | SCP | S. António Cavaleiros | 19-12-2009 |
| Rec Nac Sen | 58.19 | Carlos Esteves Almeida | FPN | Chartres (FRA) | 22-11-2012 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tempo | Tp inscrição |
|---------------------|---------------------------|-----|--------|-------------------------------|---------|--------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Mauro Cabral Costa | 93 | 11160 | Litoral Alentejano | NT | ___:___:___ |
| 2 | Ruben Miguel Matos | 91 | 110419 | Nautico Abrantes | 1:20.08 | ___:___:___ |
| 3 | Goncalo Santos Oliveira | 00 | 107484 | Viana Natacao | 1:17.47 | ___:___:___ |
| 4 | Pedro Silva Vaz | 98 | 111379 | Estoris | 1:13.54 | ___:___:___ |
| 5 | Joao Pedro Gil | 98 | 111460 | Electrico Clube | 1:17.41 | ___:___:___ |
| 6 | Simao Lopes Ferreira | 00 | 122168 | Fafe | 1:19.83 | ___:___:___ |
| 7 | Rafael Arrojado Ferreira | 94 | 108106 | Estarreja | NT | ___:___:___ |
| 8 | Luis Manuel Gomes | 88 | 16043 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | NT | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Rui Pedro Horta | 94 | 100248 | Laranjeiro | 1:11.59 | ___:___:___ |
| 2 | Bruno Manuel Viegas | 91 | 26429 | Natacao Olhao | 1:10.74 | ___:___:___ |
| 3 | Leonardo Peralta Reis | 96 | 25450 | Benedita | 1:09.61 | ___:___:___ |
| 4 | Bruno Miguel Cavadas | 89 | 23279 | Natacao de Valongo | 1:08.52 | ___:___:___ |
| 5 | Filipe Miguel Gomes | 97 | 107284 | Ba/Bomcar | 1:09.25 | ___:___:___ |
| 6 | Nuno Miguel Feliciano | 95 | 24775 | Alcobaca | 1:09.84 | ___:___:___ |
| 7 | Miguel Angelo Martins | 98 | 109564 | Aminata | 1:10.77 | ___:___:___ |
| 8 | Diogo Vicente Silva | 98 | 107040 | Nautico da Marinha Grande | 1:12.18 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Joao Pedro Braga | 94 | 25892 | Naval de Ponta Delgada | 1:07.36 | ___:___:___ |
| 2 | Antonio Fernandes Carrico | 98 | 106926 | Pimpoes/Cimai | 1:06.34 | ___:___:___ |
| 3 | Manuel Matos Sequeira | 87 | 10631 | Gesloures | 1:06.31 | ___:___:___ |
| 4 | Simao Miguel Capitao | 97 | 109596 | Colegio SMLamas | 1:04.05 | ___:___:___ |
| 5 | Tiago Sobral Coelho | 95 | 20393 | Ginasio Santo Tirso | 1:06.03 | ___:___:___ |
| 6 | Francisco Robalo Quintas | 95 | 26501 | Belenenses | 1:06.33 | ___:___:___ |
| 7 | Andre Magalhaes Moura | 98 | 104988 | Academico Viseu | 1:06.61 | ___:___:___ |
| 8 | Ricardo Daniel Goncalves | 96 | 103320 | Ginasio de Vila Real | 1:07.61 | ___:___:___ |

Prova 5
06-12-2014

Femin., 200m Bruços

Absolutos
Startlist

| | | | | | |
|------------------|---------|----------------------|------|-----------------------|------------|
| Rec Nac Absoluto | 2:25.87 | Diana Duarte Gomes | CNA | S. António Cavaleiros | 20-12-2009 |
| Rec Nac Inf B | 2:45.30 | Clara Gomes Pereira | SAD | Algés | 14-06-2014 |
| Rec Nac Inf A | 2:41.33 | Raquel Gomes Pereira | SAD | S. António Cavaleiros | 16-03-2013 |
| Rec Nac Juv B | 2:34.51 | Diana Duarte Gomes | ABVE | Reboleira | 28-06-2003 |
| Rec Nac Juv A | 2:32.36 | Diana Duarte Gomes | ABVE | Alcobaça | 07-02-2004 |
| Rec Nac Jun16 | 2:29.56 | Ana Rita Santos | FPN | Dublin (IRL) | 12-12-2003 |
| Rec Nac Jun16 | 2:29.56 | Diana Duarte Gomes | | Cantanhede | 19-12-2004 |
| Rec Nac Jun17 | 2:26.77 | Victoria Kaminskaya | FPN | Uster (SUI) | 29-01-2012 |
| Rec Nac Sen | 2:25.87 | Diana Duarte Gomes | CNA | S. António Cavaleiros | 20-12-2009 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tp inscrição | |
|---------------------|-------------------------|-----|--------|-------------------------------|--------------|-------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Ana Leonor Dias | 02 | 129302 | Colegio Bernardette Romeira | 3:38.74 | ___:___:___ |
| 2 | Ines Bicho Fadista | 00 | 122092 | Aminata | 3:01.88 | ___:___:___ |
| 3 | Maria Cecilia Lopes | 00 | 125745 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 3:01.02 | ___:___:___ |
| 4 | Ines Evangelista Bastos | 98 | 110627 | Fafe | 2:56.54 | ___:___:___ |
| 5 | Cristiana Silva Ulpiano | 95 | 100250 | Laranjeiro | 2:58.68 | ___:___:___ |
| 6 | Filipa Oliveira Andrade | 97 | 110582 | Colegio SMLamas | 3:01.63 | ___:___:___ |
| 7 | Catarina Filipa Lei | 99 | 109387 | Sporting de Espinho | 3:03.09 | ___:___:___ |
| 8 | Sara Silva Azevedo | 91 | 15837 | Estamos Juntos | NT | ___:___:___ |

| | | | | | | |
|---------------------|--------------------------|----|--------|-------------------------|---------|-------------|
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Carolina Cameira Sousa | 99 | 107550 | Viana Natacao | 2:53.32 | ___:___:___ |
| 2 | Rita Ferreira Couto | 98 | 101726 | Bombeiros Ponta Delgada | 2:51.16 | ___:___:___ |
| 3 | Margarida Peixoto Pelaio | 98 | 107967 | Ginasio Figueirense | 2:48.42 | ___:___:___ |
| 4 | Carolina Maeiro Augusto | 00 | 109750 | Natacao Olhao | 2:47.25 | ___:___:___ |
| 5 | Carolina Lourenco Matos | 98 | 109647 | Benedita | 2:48.35 | ___:___:___ |
| 6 | Catarina Isabel Branco | 99 | 118331 | Ginasio Santo Tirso | 2:48.54 | ___:___:___ |
| 7 | Beatriz Antunes Carvalho | 99 | 117036 | Colegio Monte Maior | 2:52.98 | ___:___:___ |
| 8 | Beatriz Ribeiro Cunha | 01 | 118314 | Foca | 2:55.79 | ___:___:___ |

| | | | | | | |
|---------------------|-----------------------------|----|--------|---------------------|---------|-------------|
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Mariana Domingues Paz | 98 | 108077 | Miranda do Corvo | 2:44.42 | ___:___:___ |
| 2 | Joana Marques Maia | 91 | 25067 | Natacao da Maia | 2:40.55 | ___:___:___ |
| 3 | Diana Duarte Gomes | 89 | 20632 | Belenenses | 2:40.12 | ___:___:___ |
| 4 | Victoria Kaminskaya | 95 | 102313 | Pimpoes/Cimai | 2:27.58 | ___:___:___ |
| 5 | Mariana Manhita Correia | 98 | 110738 | Tavira Natacao | 2:39.50 | ___:___:___ |
| 6 | Angelica Maria Andre | 94 | 15497 | Fluvial Portuense | 2:40.54 | ___:___:___ |
| 7 | Maria Rachadell Pereira | 98 | 104612 | Portinado | 2:44.34 | ___:___:___ |
| 8 | Mafalda Alexandra Henriques | 98 | 105308 | Nacional de Natacao | 2:46.62 | ___:___:___ |

| Prova 6 06-12-2014 | Masc., 50m Livres | | | | Absolutos Startlist |
|-----------------------|-------------------|------------------------------|--------|-----------------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 21.64 | Alexandre Escudier Agostinho | PORTIN | S. António Cavaleiros | 20-12-2009 |
| Rec Nac Inf B | 26.65 | Gabriel Jose Lopes | CDL | Lousã | 19-06-2010 |
| Rec Nac Inf A | 25.30 | Joao Cruz Castro | CSM | Funchal | 12-04-2014 |
| Rec Nac Juv B | 23.96 | Diogo Gomes Sousa | CNCVG | Ponte de Sôr | 13-12-2009 |
| Rec Nac Juv A | 24.12 | Frederico Sucena Riachos | NSCG | Ponte de Sor | 10-05-2014 |
| Rec Nac Jun17 | 23.14 | Tiago Andre Venancio | CNS | Reboleira | 26-06-2004 |
| Rec Nac Jun18 | 22.24 | Miguel Duarte Nascimento | PORTIN | Porto | 08-12-2012 |
| Rec Nac Sen | 21.64 | Alexandre Escudier Agostinho | PORTIN | S. António Cavaleiros | 20-12-2009 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tempo | Tp inscrição |
|---------------------|------------------------|-----|--------|---------------------|-------|--------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Joao Miguel Teixeira | 95 | 104984 | Academico Viseu | NT | ___:___:___ |
| 2 | Joao Miguel Lopes | 96 | 103344 | Electrico Clube | 26.87 | ___:___:___ |
| 3 | Bernardo Pastor Escada | 99 | 108852 | Aminata | 26.74 | ___:___:___ |
| 4 | Joao Mauricio Gaspar | 97 | 116619 | Nautico Abrantes | 26.42 | ___:___:___ |
| 5 | Bruno Manuel Viegas | 91 | 26429 | Natacao Olhao | 26.62 | ___:___:___ |
| 6 | Vitor Monteiro Cunha | 97 | 110625 | Fafe | 26.74 | ___:___:___ |
| 7 | Joao Pedro Barroso | 95 | 20392 | Ginasio Santo Tirso | 27.31 | ___:___:___ |
| 8 | Vitor Hugo Mano | 85 | 10224 | Estarreja | NT | ___:___:___ |

| | | | | | | |
|---------------------|--------------------------|----|--------|-------------------------------|-------|-------------|
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Frederico Sousa Soares | 96 | 104260 | Estoris | 25.95 | ___:___:___ |
| 2 | Francisco Rogerio Santos | 98 | 120268 | Benedita | 25.75 | ___:___:___ |
| 3 | Eduardo Manuel Goncalves | 98 | 112562 | Naval de Ponta Delgada | 25.46 | ___:___:___ |
| 4 | Luis Manuel Gomes | 88 | 16043 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 25.24 | ___:___:___ |
| 5 | Pedro Henrique Torres | 95 | 112639 | Laranjeiro | 25.45 | ___:___:___ |
| 6 | Tiago Geraldes Machado | 93 | 10264 | Pimpoes/Cimai | 25.67 | ___:___:___ |
| 7 | Bruno Miguel Cavadas | 89 | 23279 | Natacao de Valongo | 25.90 | ___:___:___ |
| 8 | Carlos Eira Cruz | 96 | 103328 | Ginasio de Vila Real | 25.95 | ___:___:___ |

| | | | | | | |
|---------------------|---------------------------|----|--------|---------------------------|-------|-------------|
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Jonatas da Fonseca Gaspar | 88 | 10339 | Nautico da Marinha Grande | 25.01 | ___:___:___ |
| 2 | Tiago Joao Meira | 96 | 25816 | Viana Natacao | 24.92 | ___:___:___ |
| 3 | Joao Paulo Capitao | 96 | 109592 | Colegio SMLamas | 24.79 | ___:___:___ |
| 4 | Rodrigo Pereira Lopes | 95 | 26077 | Belenenses | 23.39 | ___:___:___ |
| 5 | Paulo Bruno Janeiro | 94 | 11305 | Litoral Alentejano | 24.72 | ___:___:___ |
| 6 | Bernardo Santos Clemente | 98 | 109157 | Ba/Bomcar | 24.86 | ___:___:___ |
| 7 | Carlos Flores Clara | 97 | 117120 | Gesloures | 24.93 | ___:___:___ |
| 8 | Afonso Lopes dos Santos | 95 | 14773 | Alcobaca | 25.08 | ___:___:___ |

| Prova 7 06-12-2014 | Femin., 100m Livres | | | | Absolutos Startlist |
|-----------------------|---------------------|--------------------------|--------|-----------------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 55.43 | Patricia Vilas Conceicao | CNA | S. António Cavaleiros | 20-12-2009 |
| Rec Nac Inf B | 1:01.63 | Ines Camacho Fernandes | SCP | Lisboa | 05-04-2009 |
| Rec Nac Inf A | 59.20 | Ines Camacho Fernandes | SCP | Tavira | 07-03-2010 |
| Rec Nac Juv B | 59.33 | Mariana Cunha Guerra | ASSSCC | Cantanhede | 11-12-2011 |
| Rec Nac Juv A | 58.04 | Ines Camacho Fernandes | SCP | Mealhada | 18-12-2011 |
| Rec Nac Jun16 | 56.78 | Maria Carolina Rosa | SCP | Leiria | 04-12-2009 |
| Rec Nac Jun17 | 56.54 | Diana Margarida Duraes | FCP | Porto | 07-12-2012 |
| Rec Nac Sen | 55.43 | Patricia Vilas Conceicao | CNA | S. António Cavaleiros | 20-12-2009 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | TP inscrição | |
|---------------------|----------------------------|-----|--------|-------------------------------|--------------|-------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Joana Gabriela Silva | 95 | 103945 | Colegio SMLamas | NT | ___:___:___ |
| 2 | Marta Novais Soares | 87 | 12463 | Viana Natacao | NT | ___:___:___ |
| 3 | Iolanda Marques Bodiao | 90 | 105406 | Natacao Olhao | 1:09.99 | ___:___:___ |
| 4 | Carolina Rocha Silva | 99 | 109386 | Sporting de Espinho | 1:05.46 | ___:___:___ |
| 5 | Francisca Ferreira Fonseca | 97 | 121585 | Nacional de Natacao | 1:06.02 | ___:___:___ |
| 6 | Constanca Filipa Rodrigues | 02 | 118480 | Benedita | 1:10.50 | ___:___:___ |
| 7 | Mafalda Fraga Fragoso | 94 | 14327 | Bombeiros Ponta Delgada | NT | ___:___:___ |
| 8 | Ana Raquel Lirio | 90 | 15206 | Ginasio Santo Tirso | NT | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Carolina Silva Moreira | 99 | 118910 | Natacao da Maia | 1:05.01 | ___:___:___ |
| 2 | Mariana Santos Ferreira | 00 | 112044 | Miranda do Corvo | 1:04.21 | ___:___:___ |
| 3 | Noemia Verdi Silva | 99 | 111770 | Fafe | 1:03.61 | ___:___:___ |
| 4 | Ana Pires Brito | 99 | 117031 | Colegio Monte Maior | 1:02.57 | ___:___:___ |
| 5 | Catarina Costa Fernandes | 99 | 117253 | Colegio Bernardette Romeira | 1:03.12 | ___:___:___ |
| 6 | Ana Ines Fernandes | 00 | 119258 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 1:04.01 | ___:___:___ |
| 7 | Sandra Patricia Oliveira | 99 | 112030 | Ginasio Figueirense | 1:04.86 | ___:___:___ |
| 8 | Ines Alexandra Freire | 01 | 122095 | Aminata | 1:05.07 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Ines Eira Pereira | 99 | 117517 | Estamos Juntos | 1:01.22 | ___:___:___ |
| 2 | Beatriz Mendes Viegas | 00 | 110689 | Tavira Natacao | 59.96 | ___:___:___ |
| 3 | Ana Goncalves Neto | 95 | 101958 | Fluvial Portuense | 59.83 | ___:___:___ |
| 4 | Jessica Teixeira Vieira | 91 | 104235 | Belenenses | 58.33 | ___:___:___ |
| 5 | Ana Filipa Martins | 97 | 104438 | Foca | 58.82 | ___:___:___ |
| 6 | Ines Jacinto Henriques | 00 | 120220 | Pimpoes/Cimai | 59.95 | ___:___:___ |
| 7 | Jessica Sousa Brito | 97 | 116847 | Portinado | 1:01.11 | ___:___:___ |
| 8 | Sofia Alexandra Nunes | 00 | 112322 | Laranjeiro | 1:01.81 | ___:___:___ |

| Prova 8 06-12-2014 | Masc., 100m Costas | | | | Absolutos Startlist |
|-----------------------|--------------------|-----------------------|-------|----------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 52.03 | Alexis Manacas Santos | FPN | Herning (DEN) | 14-12-2013 |
| Rec Nac Inf B | 1:04.76 | Alexandre Lages Ribas | EDV | Ponte da Barca | 09-05-2010 |
| Rec Nac Inf A | 1:00.97 | Alexandre Lages Ribas | EDV | Viseu | 11-03-2011 |
| Rec Nac Juv B | 57.38 | Gabriel Jose Lopes | CDL | Coimbra | 13-05-2012 |
| Rec Nac Juv A | 56.45 | Diogo Gomes Sousa | CNCVG | Porto | 04-12-2010 |
| Rec Nac Jun17 | 56.33 | Adriano Miguel Niz | CFV | Coimbra | 05-07-2003 |
| Rec Nac Jun18 | 53.88 | Alexis Manacas Santos | SCP | Leiria | 05-12-2009 |
| Rec Nac Sen | 52.03 | Alexis Manacas Santos | FPN | Herning (DEN) | 14-12-2013 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tempo | Tp inscrição |
|---------------------|-------------------------|-----|--------|-------------------------------|---------|--------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Jose Goncalo Nascimento | 93 | 10111 | Naval de Ponta Delgada | NT | ___:___:___ |
| 2 | Andre Sousa Goncalves | 97 | 105368 | Natacao Olhao | 1:08.28 | ___:___:___ |
| 3 | Hugo Moreira Martins | 94 | 108219 | Natacao de Valongo | 1:04.56 | ___:___:___ |
| 4 | Tiago Pastor Escada | 99 | 108853 | Aminata | 1:02.67 | ___:___:___ |
| 5 | Nuno Goncalo Santos | 96 | 101865 | Ba/Bomcar | 1:04.11 | ___:___:___ |
| 6 | Joao Pedro Barroso | 95 | 20392 | Ginasio Santo Tirso | 1:07.44 | ___:___:___ |
| 7 | Ruben Miguel Matos | 91 | 110419 | Nautico Abrantes | 1:12.04 | ___:___:___ |
| 8 | Diogo Magalhaes Moura | 95 | 104982 | Academico Viseu | NT | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Pedro Miguel Fernandes | 99 | 110494 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 1:02.31 | ___:___:___ |
| 2 | Ricardo Saraiva Pires | 98 | 107651 | Laranjeiro | 1:01.99 | ___:___:___ |
| 3 | Bruno Filipe Taborda | 95 | 106711 | Pimpoes/Cimai | 1:01.21 | ___:___:___ |
| 4 | Pedro Lobato Rijo | 91 | 13025 | Gesloures | 1:00.54 | ___:___:___ |
| 5 | Paulo Gabriel Magalhaes | 96 | 102527 | Fafe | 1:01.01 | ___:___:___ |
| 6 | Luis Filipe Soares | 98 | 105615 | Colegio SMLamas | 1:01.63 | ___:___:___ |
| 7 | Koen Weustink | 00 | 112240 | Ginasio de Vila Real | 1:02.02 | ___:___:___ |
| 8 | David Oliveira Gorgulho | 82 | 11302 | Litoral Alentejano | 1:02.66 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Joao Pedro Santos | 95 | 105859 | Estarreja | 1:00.12 | ___:___:___ |
| 2 | Joao Pedro Tarquinio | 97 | 106738 | Benedita | 59.32 | ___:___:___ |
| 3 | Viktor Kot | 98 | 109062 | Nautico da Marinha Grande | 58.48 | ___:___:___ |
| 4 | Rodrigo Pereira Lopes | 95 | 26077 | Belenenses | 55.89 | ___:___:___ |
| 5 | Tomas Machado Vale | 97 | 102229 | Viana Natacao | 58.37 | ___:___:___ |
| 6 | Joao Mota Correia | 97 | 102308 | Alcobaca | 58.97 | ___:___:___ |
| 7 | Ricardo Goncalves Moura | 98 | 107577 | Electrico Clube | 1:00.10 | ___:___:___ |
| 8 | Pedro Miguel Gamito | 96 | 118496 | Estoris | 1:00.22 | ___:___:___ |

| Prova 9 06-12-2014 | Femin., 200m Costas | | | | Absolutos Startlist |
|-----------------------|---------------------|--------------------------|-----|-------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 2:12.00 | Ana Antas Barros | SAD | Algés | 14-05-1993 |
| Rec Nac Inf B | 2:27.92 | Keissy Joselin Sousa | FCP | Alcobaça | 16-03-1997 |
| Rec Nac Inf A | 2:22.25 | Keissy Joselin Sousa | FCP | Algés | 15-03-1998 |
| Rec Nac Juv B | 2:17.86 | Catia Raquel Martinheira | LDC | Sines | 21-12-2008 |
| Rec Nac Juv A | 2:16.30 | Petra Quintela Chaves | SAD | Algés | 14-05-1993 |
| Rec Nac Jun16 | 2:12.80 | Petra Quintela Chaves | SAD | Algés | 31-05-1994 |
| Rec Nac Jun17 | 2:13.06 | Catia Raquel Martinheira | FPN | Uster (SUI) | 28-01-2012 |
| Rec Nac Sen | 2:12.00 | Ana Antas Barros | SAD | Algés | 14-05-1993 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tempo | Tp inscrição |
|---------------------|--------------------------|-----|--------|-------------------------------|---------|--------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Carolina Costa Fernandes | 99 | 116851 | Colegio Bernardette Romeira | 2:48.53 | ___:___:___ |
| 2 | Rita Correia Albergueiro | 00 | 117579 | Estamos Juntos | 2:40.59 | ___:___:___ |
| 3 | Joana Barros Soares | 00 | 120201 | Viana Natacao | 2:39.17 | ___:___:___ |
| 4 | Ana Sofia Ferreira | 99 | 109040 | Pimpoes/Cimai | 2:37.83 | ___:___:___ |
| 5 | Ines Almeida Gomes | 98 | 120186 | Nacional de Natacao | 2:38.30 | ___:___:___ |
| 6 | Beatriz Seixas Goncalves | 01 | 122060 | Colegio Monte Maior | 2:39.82 | ___:___:___ |
| 7 | Catarina Ataide Dias | 98 | 105007 | Sporting de Espinho | 2:44.38 | ___:___:___ |
| 8 | Carlota Ramos Carneiro | 02 | 124857 | Ginasio Santo Tirso | 2:57.06 | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Ines Silva Marques | 99 | 110560 | Natacao da Maia | 2:37.00 | ___:___:___ |
| 2 | Carolina Isabel Machado | 00 | 111445 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 2:36.56 | ___:___:___ |
| 3 | Beatriz Valadas Bilro | 00 | 123035 | Aminata | 2:31.66 | ___:___:___ |
| 4 | Maria Morgado Franco | 98 | 107311 | Portinado | 2:28.81 | ___:___:___ |
| 5 | Catarina Rego Borges | 99 | 107020 | Bombeiros Ponta Delgada | 2:29.50 | ___:___:___ |
| 6 | Filipa Oliveira Andrade | 97 | 110582 | Colegio SMLamas | 2:34.02 | ___:___:___ |
| 7 | Maria Beatriz Lopes | 00 | 119187 | Benedita | 2:36.99 | ___:___:___ |
| 8 | Carolina Saraiva Pires | 96 | 100272 | Laranjeiro | 2:37.00 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Ana Beatriz Meireles | 98 | 110663 | Fafe | 2:26.23 | ___:___:___ |
| 2 | Maria Dias Neves | 99 | 108078 | Miranda do Corvo | 2:24.78 | ___:___:___ |
| 3 | Miriam Filipe Marcos | 01 | 121690 | Natacao Olhao | 2:23.93 | ___:___:___ |
| 4 | Ana Raquel Ferreira | 98 | 102755 | Ginasio Figueirense | 2:20.56 | ___:___:___ |
| 5 | Lisa Marisa Soares | 95 | 25381 | Belenenses | 2:21.95 | ___:___:___ |
| 6 | Beatriz Sousa Grou | 96 | 15031 | Tavira Natacao | 2:24.07 | ___:___:___ |
| 7 | Francisca Santos Pereira | 98 | 102019 | Fluvial Portuense | 2:25.96 | ___:___:___ |
| 8 | Rosana Marinho Macedo | 99 | 111500 | Foca | 2:27.03 | ___:___:___ |

| Prova 10 06-12-2014 | Masc., 400m Livres | | | | Absolutos Startlist |
|------------------------|--------------------|-------------------------|------|----------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 3:45.58 | Fabio Manuel Pereira | FPN | Istambul (TUR) | 10-12-2009 |
| Rec Nac Inf B | 4:21.95 | Pedro Fontoura Oliveira | CFB | Santarém | 04-04-2003 |
| Rec Nac Inf A | 4:12.35 | Andre Vilas Ruivo | DNMG | Campo Maior | 29-03-2014 |
| Rec Nac Juv B | 4:03.22 | Joao Pedro Gil | ANAM | Algés | 08-07-2012 |
| Rec Nac Juv A | 3:59.31 | Joao Carlos Santos | ANAM | Algés | 08-07-2012 |
| Rec Nac Jun17 | 3:56.54 | Rui Filipe Costa | VSC | Feigueiras | 24-11-2007 |
| Rec Nac Jun18 | 3:50.52 | Adriano Miguel Niz | CFV | Fafe | 26-06-2004 |
| Rec Nac Sen | 3:45.58 | Fabio Manuel Pereira | FPN | Istambul (TUR) | 10-12-2009 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tp inscrição | | |
|---------------------|----------------------------|-----|--------|-------------------------------|--------------|-----|------|
| Série 1 de 3 | | | | | | | |
| 1 | Renato Torre Oliveira | 99 | 118157 | Viana Natacao | 4:50.05 | ___ | :___ |
| 2 | Bruno Rafael Meireles | 96 | 100245 | Laranjeiro | 4:36.22 | ___ | :___ |
| 3 | Joao Jose Calado | 01 | 120772 | Nautico Abrantes | 4:35.10 | ___ | :___ |
| 4 | Luis Carlos Fonseca | 98 | 111772 | Fafe | 4:28.75 | ___ | :___ |
| 5 | Bernardo Filipe Pereira | 96 | 116967 | Pimpoes/Cimai | 4:29.16 | ___ | :___ |
| 6 | Domingos Tiago Pinheiro | 98 | 118328 | Ginasio Santo Tirso | 4:35.59 | ___ | :___ |
| 7 | Albino Manuel Goncalves | 99 | 123698 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 4:45.80 | ___ | :___ |
| 8 | Filipe Ricardo Azevedo | 93 | 14907 | Aminata | NT | ___ | :___ |
| Série 2 de 3 | | | | | | | |
| 1 | Nuno Tiago Lopes | 98 | 110423 | Ginasio de Vila Real | 4:26.99 | ___ | :___ |
| 2 | Nelson Pereira Malheiros | 99 | 112269 | Litoral Alentejano | 4:18.68 | ___ | :___ |
| 3 | Humberto Fernandes Felguei | 98 | 105205 | Natacao de Valongo | 4:17.47 | ___ | :___ |
| 4 | Carlos Daniel Ramos | 96 | 110520 | Estarreja | 4:16.02 | ___ | :___ |
| 5 | Eduardo Manuel Goncalves | 98 | 112562 | Naval de Ponta Delgada | 4:16.29 | ___ | :___ |
| 6 | Joao Miguel Lopes | 96 | 103344 | Electrico Clube | 4:17.69 | ___ | :___ |
| 7 | Andre Sousa Goncalves | 97 | 105368 | Natacao Olhao | 4:20.31 | ___ | :___ |
| 8 | Alexandre Ferreira Amorim | 99 | 103953 | Colegio SMLamas | 4:28.38 | ___ | :___ |
| Série 3 de 3 | | | | | | | |
| 1 | Rafael Ladeiro Santos | 98 | 117122 | Gesloures | 4:14.06 | ___ | :___ |
| 2 | Pedro Rafael Garcia | 96 | 123689 | Academico Viseu | 4:11.15 | ___ | :___ |
| 3 | Miguel Angelo Silvestre | 97 | 103538 | Alcobaca | 4:07.20 | ___ | :___ |
| 4 | Guilherme Filipe Pina | 98 | 107450 | Benedita | 4:03.66 | ___ | :___ |
| 5 | Tomas Gomes Oliveira | 99 | 112715 | Nautico da Marinha Grande | 4:05.75 | ___ | :___ |
| 6 | Bruno Miguel Ramos | 97 | 109110 | Belenenses | 4:08.27 | ___ | :___ |
| 7 | Andre Vilas Ruivo | 00 | 112718 | Ba/Bomcar | 4:11.26 | ___ | :___ |
| 8 | Leonardo Rochinha Pedro | 98 | 111381 | Estoris | 4:15.24 | ___ | :___ |

| Prova 11 06-12-2014 | Femin., 200m Estilos | | | | Absolutos Startlist |
|------------------------|----------------------|------------------------|-------|-----------------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 2:14.28 | Victoria Kaminskaya | PIMP | Porto | 08-12-2012 |
| Rec Nac Inf B | 2:30.96 | Filipa Vilas Ruivo | DNMG | Alcobaça | 13-06-2009 |
| Rec Nac Inf A | 2:25.08 | Ines Camacho Fernandes | SCP | Tavira | 06-03-2010 |
| Rec Nac Juv B | 2:20.93 | Susana Patricia Miguel | SFUAP | Penafiel | 20-03-2004 |
| Rec Nac Juv A | 2:18.59 | Catarina Tiago Nunes | SFUAP | S. Antonio Cavaleiros | 19-12-2009 |
| Rec Nac Jun16 | 2:14.94 | Maria Carolina Rosa | SCP | S. António Cavaleiros | 19-12-2009 |
| Rec Nac Jun17 | 2:16.62 | Victoria Kaminskaya | FPN | Uster (SUI) | 28-01-2012 |
| Rec Nac Sen | 2:14.28 | Victoria Kaminskaya | PIMP | Porto | 08-12-2012 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tempo | Tp inscrição |
|---------------------|----------------------------|-----|--------|-------------------------------|---------|--------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Joana Marques Maia | 91 | 25067 | Natacao da Maia | NT | ___:___:___ |
| 2 | Ines Bicho Fadista | 00 | 122092 | Aminata | 2:45.87 | ___:___:___ |
| 3 | Rita Sofia Ferreira | 01 | 112032 | Ginasio Figueirense | 2:42.41 | ___:___:___ |
| 4 | Filipa Andreia Costa | 98 | 109094 | Colegio Monte Maior | 2:41.36 | ___:___:___ |
| 5 | Catarina Isabel Branco | 99 | 118331 | Ginasio Santo Tirso | 2:42.13 | ___:___:___ |
| 6 | Filipa Viamonte Fernandes | 02 | 122198 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 2:42.98 | ___:___:___ |
| 7 | Mariana Leal Lopes | 99 | 121142 | Colegio Bernardette Romeira | 2:52.79 | ___:___:___ |
| 8 | Ana Pinho Rodrigues | 94 | 13372 | Estamos Juntos | NT | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Mariana Oliveira Ribeiro | 01 | 112134 | Colegio SMLamas | 2:38.46 | ___:___:___ |
| 2 | Teresa Manuela Aires | 96 | 105004 | Sporting de Espinho | 2:37.43 | ___:___:___ |
| 3 | Rita Ferreira Couto | 98 | 101726 | Bombeiros Ponta Delgada | 2:36.38 | ___:___:___ |
| 4 | Ines Lucas Alves | 98 | 104738 | Fluvial Portuense | 2:36.35 | ___:___:___ |
| 5 | Dalia Sofia Curto | 95 | 108816 | Nacional de Natacao | 2:36.37 | ___:___:___ |
| 6 | Carolina Lourenco Matos | 98 | 109647 | Benedita | 2:36.99 | ___:___:___ |
| 7 | Mariana Domingues Paz | 98 | 108077 | Miranda do Corvo | 2:37.75 | ___:___:___ |
| 8 | Beatriz Rodrigues Oliveira | 01 | 122175 | Fafe | 2:39.79 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Carolina Maeiro Augusto | 00 | 109750 | Natacao Olhao | 2:31.48 | ___:___:___ |
| 2 | Ana Miguel Pinto | 99 | 107478 | Viana Natacao | 2:30.56 | ___:___:___ |
| 3 | Rita Teixeira Costa | 97 | 109314 | Belenenses | 2:27.09 | ___:___:___ |
| 4 | Victoria Kaminskaya | 95 | 102313 | Pimpoes/Cimai | 2:14.53 | ___:___:___ |
| 5 | Ana Mendez Ibanez | 94 | 132943 | Tavira Natacao | 2:25.99 | ___:___:___ |
| 6 | Maria Rachadell Pereira | 98 | 104612 | Portinado | 2:28.74 | ___:___:___ |
| 7 | Bruna Martins Riesenberger | 97 | 105541 | Laranjeiro | 2:30.77 | ___:___:___ |
| 8 | Beatriz Ribeiro Cunha | 01 | 118314 | Foca | 2:34.94 | ___:___:___ |

| Prova 12 06-12-2014 | Masc., 4 x 100m Livres | | | | Absolutos Startlist |
|------------------------|------------------------|---|------|-----------------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 3:17.44 | Clube Natacao da Amadora | CNA | S. António Cavaleiros | 19-12-2009 |
| Rec Nac Inf B | 4:05.06 | Grupo Desp. Natacao V. N. FamalicGDNVNF | | Vila Praia Ancora | 28-06-2013 |
| Rec Nac Inf | 3:48.35 | Grupo Desp. Natacao V. N. FamalicGDNVNF | | Cantanhede | 29-03-2014 |
| Rec Nac Inf A | 3:48.35 | Grupo Desp. Natacao V. N. FamalicGDNVNF | | Cantanhede | 29-03-2014 |
| Rec Nac Juv B | 3:43.53 | Futebol Clube do Porto | FCP | Braga | 04-03-2012 |
| Rec Nac Juv | 3:34.94 | Clube Naval do Funchal | CNF | Funchal | 11-07-2014 |
| Rec Nac Juv A | 3:34.94 | Clube Naval do Funchal | CNF | Funchal | 11-07-2014 |
| Rec Nac Jun | 3:29.42 | Associacao Naval Amorense | ANAM | Porto | 09-12-2012 |
| Rec Nac Sen | 3:17.44 | Clube Natacao da Amadora | CNA | S. António Cavaleiros | 19-12-2009 |

| Pista | NFed | Clube | Tempo | Tp inscrição |
|---------------------|------|-------------------------------|---------|--------------|
| Série 1 de 3 | | | | |
| 1 | | Colegio SMLamas | 4:15.66 | ___:___:___ |
| 2 | | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 4:10.33 | ___:___:___ |
| 3 | | Natacao Olhao | 3:54.78 | ___:___:___ |
| 4 | | Electrico Clube | 3:50.00 | ___:___:___ |
| 5 | | Litoral Alentejano | 3:51.92 | ___:___:___ |
| 6 | | Aminata | 4:04.30 | ___:___:___ |
| 7 | | Viana Natacao | 4:15.54 | ___:___:___ |
| 8 | | Ginasio Santo Tirso | 6:08.74 | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | |
| 1 | | Natacao de Valongo | 3:48.56 | ___:___:___ |
| 2 | | Laranjeiro | 3:48.03 | ___:___:___ |
| 3 | | Estarreja | 3:44.81 | ___:___:___ |
| 4 | | Benedita | 3:42.87 | ___:___:___ |
| 5 | | Ginasio de Vila Real | 3:43.04 | ___:___:___ |
| 6 | | Naval de Ponta Delgada | 3:46.14 | ___:___:___ |
| 7 | | Pimpoes/Cimai | 3:48.13 | ___:___:___ |
| 8 | | Nautico Abrantes | 3:49.89 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | |
| 1 | | Geslours | 3:40.54 | ___:___:___ |
| 2 | | Alcobaca | 3:39.83 | ___:___:___ |
| 3 | | Ba/Bomcar | 3:38.59 | ___:___:___ |
| 4 | | Belenenses | 3:30.96 | ___:___:___ |
| 5 | | Academico Viseu | 3:38.16 | ___:___:___ |
| 6 | | Fafe | 3:39.15 | ___:___:___ |
| 7 | | Estoris | 3:40.41 | ___:___:___ |
| 8 | | Nautico da Marinha Grande | 3:41.57 | ___:___:___ |

| Prova 13 06-12-2014 | Femin., 4 x 100m Estilos | | | Absolutos Startlist | |
|------------------------|--------------------------|-----------------------------------|--------|------------------------|------------|
| Rec Nac Absoluto | 4:06.14 | Futebol Clube do Porto/Dolce Vita | FCP | S. António Cavaleiros | 19-12-2009 |
| Rec Nac Inf B | 4:57.35 | Grupo Desp. Natacao V. N. Famalic | GDNVNF | Ponte da Barca | 06-03-2010 |
| Rec Nac Inf | 4:40.29 | tempo limite | | | |
| Rec Nac Inf A | 4:40.29 | Grupo Desp. Natacao V. N. Famalic | GDNVNF | Viseu | 12-03-2011 |
| Rec Nac Juv B | 4:33.40 | Sport Lisboa e Benfica | SLB | Reboleira | 15-06-2006 |
| Rec Nac Juv | 4:33.40 | tempo limite | | | |
| Rec Nac Juv A | 4:33.40 | tempo limite | | | |
| Rec Nac Jun | 4:16.94 | Sporting Clube de Portugal | SCP | Leiria | 04-12-2009 |
| Rec Nac Sen | 4:06.14 | Futebol Clube do Porto/Dolce Vita | FCP | S. António Cavaleiros | 19-12-2009 |

| Pista | NFed | Clube | Tempo | Tp inscrição |
|---------------------|------|-------------------------------|---------|--------------|
| Série 1 de 3 | | | | |
| 1 | | Aminata | 5:22.82 | ___:___:___ |
| 2 | | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 5:06.99 | ___:___:___ |
| 3 | | Colegio Monte Maior | 5:03.32 | ___:___:___ |
| 4 | | Viana Natacao | 4:57.90 | ___:___:___ |
| 5 | | Sporting de Espinho | 4:58.44 | ___:___:___ |
| 6 | | Benedita | 5:06.87 | ___:___:___ |
| 7 | | Natacao Olhao | 5:14.05 | ___:___:___ |
| 8 | | Ginasio Santo Tirso | 5:25.13 | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | |
| 1 | | Colegio Bernardette Romeira | 4:54.56 | ___:___:___ |
| 2 | | Miranda do Corvo | 4:51.31 | ___:___:___ |
| 3 | | Colegio SMLamas | 4:48.40 | ___:___:___ |
| 4 | | Fafe | 4:46.18 | ___:___:___ |
| 5 | | Natacao da Maia | 4:46.67 | ___:___:___ |
| 6 | | Nacional de Natacao | 4:50.94 | ___:___:___ |
| 7 | | Estamos Juntos | 4:51.87 | ___:___:___ |
| 8 | | Bombeiros Ponta Delgada | 4:56.50 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | |
| 1 | | Foca | 4:43.69 | ___:___:___ |
| 2 | | Pimpoes/Cimai | 4:38.77 | ___:___:___ |
| 3 | | Ginasio Figueirense | 4:34.73 | ___:___:___ |
| 4 | | Belenenses | 4:24.42 | ___:___:___ |
| 5 | | Portinado | 4:32.95 | ___:___:___ |
| 6 | | Tavira Natacao | 4:36.61 | ___:___:___ |
| 7 | | Fluvial Portuense | 4:41.24 | ___:___:___ |
| 8 | | Laranjeiro | 4:45.17 | ___:___:___ |

| Prova 14 07-12-2014 | Masc., 800m Livres | | | | Absolutos Startlist |
|------------------------|--------------------|----------------------|------|-----------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 7:56.89 | Pedro Miguel Pinotes | SCP | Felgueiras | 21-12-2013 |
| Rec Nac Inf B | 9:07.20 | Andre Vilas Ruivo | DNMG | Leiria | 03-03-2013 |
| Rec Nac Inf A | 8:36.36 | Andre Vilas Ruivo | DNMG | Nazaré | 25-05-2014 |
| Rec Nac Juv B | 8:27.18 | Rui Filipe Costa | VSC | Senhora da Hora | 13-05-2006 |
| Rec Nac Juv A | 8:09.43 | Rui Filipe Costa | VSC | Senhora da Hora | 12-05-2007 |
| Rec Nac Jun17 | 8:00.80 | Gustavo Manuel Santa | CNLA | Leiria | 06-12-2009 |
| Rec Nac Jun18 | 8:00.39 | Rafael Lourenco Gil | ANAM | Felgueiras | 21-12-2013 |
| Rec Nac Sen | 7:56.89 | Pedro Miguel Pinotes | SCP | Felgueiras | 21-12-2013 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | TP inscrição | |
|---------------------|---------------------------|-----|--------|-------------------------------|--------------|-------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Domingos Tiago Pinheiro | 98 | 118328 | Ginasio Santo Tirso | NT | ___:___:___ |
| 2 | Alexandre Ferreira Amorim | 99 | 103953 | Colegio SMLamas | NT | ___:___:___ |
| 3 | Jose Miguel Rodrigues | 97 | 106741 | Natacao de Valongo | 9:35.00 | ___:___:___ |
| 4 | Leonardo Rochinha Pedro | 98 | 111381 | Estoris | 9:29.80 | ___:___:___ |
| 5 | Joao Jose Calado | 01 | 120772 | Nautico Abrantes | 9:30.98 | ___:___:___ |
| 6 | Albino Manuel Goncalves | 99 | 123698 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 9:37.89 | ___:___:___ |
| 7 | Nuno Tiago Lopes | 98 | 110423 | Ginasio de Vila Real | NT | ___:___:___ |
| 8 | Filipe Ricardo Azevedo | 93 | 14907 | Aminata | NT | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Luis Carlos Fonseca | 98 | 111772 | Fafe | 9:19.64 | ___:___:___ |
| 2 | Daniel Filipe Cazeiro | 97 | 104378 | Laranjeiro | 9:15.72 | ___:___:___ |
| 3 | Eduardo Manuel Goncalves | 98 | 112562 | Naval de Ponta Delgada | 9:10.00 | ___:___:___ |
| 4 | Nelson Pereira Malheiros | 99 | 112269 | Litoral Alentejano | 9:00.14 | ___:___:___ |
| 5 | Bruno Miguel Ramos | 97 | 109110 | Belenenses | 9:06.55 | ___:___:___ |
| 6 | Joao Silverio Duarte | 99 | 111461 | Electrico Clube | 9:14.97 | ___:___:___ |
| 7 | Sebastiao Mendes Gomes | 00 | 117930 | Pimpoes/Cimai | 9:19.64 | ___:___:___ |
| 8 | Joao Eduardo Ilha | 98 | 109749 | Natacao Olhao | 9:26.07 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Tomas Machado Vale | 97 | 102229 | Viana Natacao | 8:55.51 | ___:___:___ |
| 2 | Tomas Gomes Oliveira | 99 | 112715 | Nautico da Marinha Grande | 8:38.20 | ___:___:___ |
| 3 | Joao Miguel Cardoso | 97 | 109124 | Gesloures | 8:35.07 | ___:___:___ |
| 4 | Guilherme Filipe Pina | 98 | 107450 | Benedita | 8:26.62 | ___:___:___ |
| 5 | Miguel Angelo Silvestre | 97 | 103538 | Alcobaca | 8:32.59 | ___:___:___ |
| 6 | Andre Vilas Ruivo | 00 | 112718 | Ba/Bomcar | 8:36.36 | ___:___:___ |
| 7 | Pedro Rafael Garcia | 96 | 123689 | Academico Viseu | 8:41.78 | ___:___:___ |
| 8 | Carlos Daniel Ramos | 96 | 110520 | Estarreja | 8:59.37 | ___:___:___ |

Prova 15
07-12-2014

Femin., 100m Mariposa

Absolutos
Startlist

| | | | | | |
|------------------|---------|-----------------------|--------|-----------------------|------------|
| Rec Nac Absoluto | 58.31 | Sara Freitas Oliveira | FPN | Dubai (UAE) | 18-12-2010 |
| Rec Nac Inf B | 1:06.89 | Ana Margarida Guedes | GCVR | Espinho | 25-05-2013 |
| Rec Nac Inf A | 1:03.28 | Ana Margarida Guedes | GCVR | Vila Real | 10-06-2014 |
| Rec Nac Juv B | 1:04.12 | Mariana Cunha Guerra | ASSSCC | Cantanhede | 11-12-2011 |
| Rec Nac Juv A | 1:03.14 | Ana Rita Francisco | SFUAP | Algés | 19-03-1995 |
| Rec Nac Jun16 | 1:01.56 | Filipa Vilas Tiago | SCP | S. António Cavaleiros | 20-12-2009 |
| Rec Nac Jun17 | 59.65 | Sara Francisco Cruz | ADBA | Leiria | 05-12-2009 |
| Rec Nac Sen | 58.31 | Sara Freitas Oliveira | FPN | Dubai (UAE) | 18-12-2010 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tp inscrição | |
|---------------------|----------------------------|-----|--------|-------------------------------|--------------|-------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Andreia Catarina Gomes | 94 | 103701 | Fluvial Portuense | NT | ___:___:___ |
| 2 | Ana Ines Fernandes | 00 | 119258 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 1:16.49 | ___:___:___ |
| 3 | Rita Afonso Belo | 02 | 123254 | Benedita | 1:13.94 | ___:___:___ |
| 4 | Maria Ines Ferreira | 00 | 116953 | Miranda do Corvo | 1:13.05 | ___:___:___ |
| 5 | Nina Pinto Ribeiro | 02 | 116914 | Foca | 1:13.33 | ___:___:___ |
| 6 | Ines Alexandra Freire | 01 | 122095 | Aminata | 1:14.68 | ___:___:___ |
| 7 | Mariana Leal Lopes | 99 | 121142 | Colegio Bernardette Romeira | 1:22.36 | ___:___:___ |
| 8 | Puerto Gonzalez Garrido | 98 | 132944 | Tavira Natacao | NT | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Ines Eira Pereira | 99 | 117517 | Estamos Juntos | 1:11.91 | ___:___:___ |
| 2 | Miriam Filipe Marcos | 01 | 121690 | Natacao Olhao | 1:11.05 | ___:___:___ |
| 3 | Rute Sofia Teixeira | 90 | 15202 | Ginasio Santo Tirso | 1:10.94 | ___:___:___ |
| 4 | Ana Estevinha Silva | 99 | 120794 | Ginasio Figueirense | 1:10.18 | ___:___:___ |
| 5 | Beatriz Rodrigues Oliveira | 01 | 122175 | Fafe | 1:10.21 | ___:___:___ |
| 6 | Sofia Alexandra Nunes | 00 | 112322 | Laranjeiro | 1:10.95 | ___:___:___ |
| 7 | Mariana Oliveira Ribeiro | 01 | 112134 | Colegio SMLamas | 1:11.80 | ___:___:___ |
| 8 | Teresa Manuela Aires | 96 | 105004 | Sporting de Espinho | 1:12.09 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Ana Miguel Pinto | 99 | 107478 | Viana Natacao | 1:09.57 | ___:___:___ |
| 2 | Filipa Andreia Costa | 98 | 109094 | Colegio Monte Maior | 1:09.35 | ___:___:___ |
| 3 | Filipa Vilas Tiago | 94 | 10634 | Nacional de Natacao | 1:06.30 | ___:___:___ |
| 4 | Rita Teixeira Costa | 97 | 109314 | Belenenses | 1:05.01 | ___:___:___ |
| 5 | Ines Jacinto Henriques | 00 | 120220 | Pimpoes/Cimai | 1:06.11 | ___:___:___ |
| 6 | Carolina Santos Silva | 86 | 23208 | Natacao da Maia | 1:07.63 | ___:___:___ |
| 7 | Jessica Sousa Brito | 97 | 116847 | Portinado | 1:09.35 | ___:___:___ |
| 8 | Catarina Rego Borges | 99 | 107020 | Bombeiros Ponta Delgada | 1:09.82 | ___:___:___ |

| Prova 16 07-12-2014 | Masc., 200m Mariposa | | | | Absolutos Startlist |
|------------------------|----------------------|-------------------------|------|----------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 1:53.39 | Diogo Filipe Carvalho | FPN | Istambul (TUR) | 12-12-2009 |
| Rec Nac Inf B | 2:19.18 | Andre Vilas Ruivo | DNMG | Nazaré | 01-06-2013 |
| Rec Nac Inf A | 2:12.42 | Tomas Miguel Freitas | CDN | Funchal | 11-07-2004 |
| Rec Nac Juv B | 2:07.06 | Pedro Diogo Oliveira | CNRM | Entroncamento | 24-05-2003 |
| Rec Nac Juv A | 2:03.38 | Diogo Parrilha da Silva | CNAL | Alcobaça | 13-06-2009 |
| Rec Nac Jun17 | 1:59.93 | Diogo Filipe Carvalho | CGA | Mealhada | 05-03-2005 |
| Rec Nac Jun18 | 1:58.64 | Diogo Filipe Carvalho | CGA | Tomar | 09-12-2005 |
| Rec Nac Sen | 1:53.39 | Diogo Filipe Carvalho | FPN | Istambul (TUR) | 12-12-2009 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | TP inscrição | |
|---------------------|-------------------------|-----|--------|-------------------------------|--------------|-------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Tomas Tinoco Barros | 99 | 118611 | Ginasio de Vila Real | NT | ___:___:___ |
| 2 | Afonso Filipe Gaspar | 97 | 109947 | Nautico Abrantes | 2:36.16 | ___:___:___ |
| 3 | Joao Francisco Santos | 99 | 111188 | Viana Natacao | 2:30.50 | ___:___:___ |
| 4 | Fernando Jorge Rosado | 88 | 12553 | Laranjeiro | 2:24.92 | ___:___:___ |
| 5 | Miguel Martins Baltazar | 98 | 104338 | Aminata | 2:28.71 | ___:___:___ |
| 6 | Andre Tavares Grenho | 99 | 120605 | Gesloures | 2:30.65 | ___:___:___ |
| 7 | Joao Nogueira Costa | 01 | 124315 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 2:56.29 | ___:___:___ |
| 8 | Paulo Filipe Miranda | 97 | 110626 | Fafe | NT | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Pedro Miguel Rodrigues | 97 | 103539 | Pimpoes/Cimai | 2:18.72 | ___:___:___ |
| 2 | David Andre Almeida | 97 | 20340 | Ginasio Santo Tirso | 2:18.04 | ___:___:___ |
| 3 | Gil Vasco Goncalves | 97 | 25254 | Litoral Alentejano | 2:14.61 | ___:___:___ |
| 4 | Filipe Fonte Cunha | 98 | 125628 | Academico Viseu | 2:14.50 | ___:___:___ |
| 5 | Nuno Valerio Silva | 97 | 110973 | Nautico da Marinha Grande | 2:14.53 | ___:___:___ |
| 6 | Joao Paulo Capitaio | 96 | 109592 | Colegio SMLamas | 2:17.15 | ___:___:___ |
| 7 | Joao Silverio Duarte | 99 | 111461 | Electrico Clube | 2:18.41 | ___:___:___ |
| 8 | Pedro Daniel Figueira | 98 | 120371 | Estarreja | 2:20.25 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Mauro Filipe Viegas | 95 | 26428 | Natacao Olhao | 2:13.20 | ___:___:___ |
| 2 | Nuno Goncalo Santos | 96 | 101865 | Ba/Bomcar | 2:11.38 | ___:___:___ |
| 3 | Diogo Carrasco Correia | 95 | 26151 | Belenenses | 2:08.43 | ___:___:___ |
| 4 | Carlos Lopes Pedrosa | 94 | 102149 | Naval de Ponta Delgada | 2:04.37 | ___:___:___ |
| 5 | Miguel Bras Sergio | 95 | 100925 | Estoris | 2:04.78 | ___:___:___ |
| 6 | Jose Pedro Bugalho | 96 | 109161 | Alcobaca | 2:09.77 | ___:___:___ |
| 7 | Joao Pedro Tarquinio | 97 | 106738 | Benedita | 2:12.07 | ___:___:___ |
| 8 | Pedro Nuno Vieira | 98 | 106742 | Natacao de Valongo | 2:14.29 | ___:___:___ |

Prova 17
07-12-2014

Femin., 100m Bruços

Absolutos
Startlist

| | | | | | |
|------------------|---------|------------------------|------|-----------------------|------------|
| Rec Nac Absoluto | 1:07.17 | Diana Duarte Gomes | CNA | S. António Cavaleiros | 19-12-2009 |
| Rec Nac Inf B | 1:17.79 | Mariana Ferrinha Cunha | AAC | Coimbra | 19-03-1995 |
| Rec Nac Inf A | 1:13.43 | Raquel Gomes Pereira | SANL | Abrantes | 13-04-2013 |
| Rec Nac Juv B | 1:11.76 | Diana Duarte Gomes | ABVE | Reboleira | 28-06-2003 |
| Rec Nac Juv A | 1:09.59 | Diana Duarte Gomes | ABVE | Tomar | 13-03-2004 |
| Rec Nac Jun16 | 1:08.85 | Ana Pinho Rodrigues | AEJ | Ponte de Sôr | 13-12-2009 |
| Rec Nac Jun17 | 1:09.02 | Diana Duarte Gomes | FPN | Belo Horizonte (BRA) | 10-02-2006 |
| Rec Nac Sen | 1:07.17 | Diana Duarte Gomes | CNA | S. António Cavaleiros | 19-12-2009 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tempo | Tp inscrição |
|---------------------|--------------------------|-----|--------|-------------------------------|---------|--------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Beatriz Moniz Oliveira | 00 | 111791 | Bombeiros Ponta Delgada | 1:26.78 | ___:___:___ |
| 2 | Catarina Filipa Lei | 99 | 109387 | Sporting de Espinho | 1:24.67 | ___:___:___ |
| 3 | Maria Cecilia Lopes | 00 | 125745 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 1:23.16 | ___:___:___ |
| 4 | Beatriz Antunes Carvalho | 99 | 117036 | Colegio Monte Maior | 1:20.74 | ___:___:___ |
| 5 | Cristiana Silva Ulpiano | 95 | 100250 | Laranjeiro | 1:22.52 | ___:___:___ |
| 6 | Joana Gabriela Silva | 95 | 103945 | Colegio SMLamas | 1:23.28 | ___:___:___ |
| 7 | Ines Bicho Fadista | 00 | 122092 | Aminata | 1:26.39 | ___:___:___ |
| 8 | Ana Leonor Dias | 02 | 129302 | Colegio Bernardette Romeira | 1:44.27 | ___:___:___ |

| | | | | | | |
|---------------------|--------------------------|----|--------|---------------------|---------|-------------|
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Ines Evangelista Bastos | 98 | 110627 | Fafe | 1:20.00 | ___:___:___ |
| 2 | Mariana Domingues Paz | 98 | 108077 | Miranda do Corvo | 1:19.30 | ___:___:___ |
| 3 | Beatriz Ribeiro Cunha | 01 | 118314 | Foca | 1:19.11 | ___:___:___ |
| 4 | Carolina Maeiro Augusto | 00 | 109750 | Natacao Olhao | 1:17.72 | ___:___:___ |
| 5 | Angelica Maria Andre | 94 | 15497 | Fluvial Portuense | 1:18.62 | ___:___:___ |
| 6 | Catarina Isabel Branco | 99 | 118331 | Ginasio Santo Tirso | 1:19.20 | ___:___:___ |
| 7 | Margarida Peixoto Pelaio | 98 | 107967 | Ginasio Figueirense | 1:19.79 | ___:___:___ |
| 8 | Carolina Cameira Sousa | 99 | 107550 | Viana Natacao | 1:20.22 | ___:___:___ |

| | | | | | | |
|---------------------|-----------------------------|----|--------|---------------------|---------|-------------|
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Carolina Lourenco Matos | 98 | 109647 | Benedita | 1:16.90 | ___:___:___ |
| 2 | Joana Marques Maia | 91 | 25067 | Natacao da Maia | 1:15.61 | ___:___:___ |
| 3 | Diana Duarte Gomes | 89 | 20632 | Belenenses | 1:13.84 | ___:___:___ |
| 4 | Victoria Kaminskaya | 95 | 102313 | Pimpoes/Cimai | 1:09.83 | ___:___:___ |
| 5 | Ana Pinho Rodrigues | 94 | 13372 | Estamos Juntos | 1:09.90 | ___:___:___ |
| 6 | Mariana Manhita Correia | 98 | 110738 | Tavira Natacao | 1:14.48 | ___:___:___ |
| 7 | Mafalda Alexandra Henriques | 98 | 105308 | Nacional de Natacao | 1:16.32 | ___:___:___ |
| 8 | Maria Rachadell Pereira | 98 | 104612 | Portinado | 1:16.93 | ___:___:___ |

| Prova 18 07-12-2014 | Masc., 200m Bruços | | | | Absolutos Startlist |
|------------------------|--------------------|------------------------|--------|----------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 2:05.59 | Carlos Esteves Almeida | FPN | Chartres (FRA) | 25-11-2012 |
| Rec Nac Inf B | 2:37.57 | Tomas Miguel Freitas | CDN | Funchal | 13-07-2003 |
| Rec Nac Inf A | 2:29.59 | Luis Manuel Fernandes | GDNVNF | Cantanhede | 08-03-2009 |
| Rec Nac Juv B | 2:20.22 | Andre Goncalo Santos | LSC | Braga | 03-03-2012 |
| Rec Nac Juv A | 2:18.22 | Andre Goncalo Santos | LSC | Felgueiras | 08-03-2013 |
| Rec Nac Jun17 | 2:16.77 | Jose Guilherme Couto | SCP | Algés | 18-03-1995 |
| Rec Nac Jun18 | 2:14.00 | Pedro Miguel Agostinho | SCP | Leiria | 04-12-2009 |
| Rec Nac Sen | 2:05.59 | Carlos Esteves Almeida | FPN | Chartres (FRA) | 25-11-2012 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | TP inscrição | |
|---------------------|----------------------|-----|--------|-------------------------------|--------------|-------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Bruno Manuel Viegas | 91 | 26429 | Natacao Olhao | NT | ___:___:___ |
| 2 | Rui Pedro Horta | 94 | 100248 | Laranjeiro | NT | ___:___:___ |
| 3 | Pedro Silva Vaz | 98 | 111379 | Estoris | 2:54.19 | ___:___:___ |
| 4 | Hugo Filipe Correia | 99 | 118621 | Litoral Alentejano | 2:48.43 | ___:___:___ |
| 5 | Simao Lopes Ferreira | 00 | 122168 | Fafe | 2:51.95 | ___:___:___ |
| 6 | Luis Diogo Luz | 99 | 120575 | Ginasio de Vila Real | 2:59.41 | ___:___:___ |
| 7 | Luis Manuel Gomes | 88 | 16043 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | NT | ___:___:___ |
| 8 | Tiago Sobral Coelho | 95 | 20393 | Ginasio Santo Tirso | NT | ___:___:___ |

| | | | | | | |
|---------------------|-------------------------|----|--------|---------------------------|---------|-------------|
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Goncalo Santos Oliveira | 00 | 107484 | Viana Natacao | 2:46.75 | ___:___:___ |
| 2 | Diogo Vicente Silva | 98 | 107040 | Nautico da Marinha Grande | 2:36.14 | ___:___:___ |
| 3 | Leonardo Peralta Reis | 96 | 25450 | Benedita | 2:33.41 | ___:___:___ |
| 4 | Joao Pedro Santos | 95 | 105859 | Estarreja | 2:31.77 | ___:___:___ |
| 5 | Nuno Miguel Feliciano | 95 | 24775 | Alcobaca | 2:32.10 | ___:___:___ |
| 6 | Miguel Angelo Martins | 98 | 109564 | Aminata | 2:35.90 | ___:___:___ |
| 7 | Bruno Miguel Cavadas | 89 | 23279 | Natacao de Valongo | 2:42.61 | ___:___:___ |
| 8 | Joao Pedro Gil | 98 | 111460 | Electrico Clube | 2:46.93 | ___:___:___ |

| | | | | | | |
|---------------------|---------------------------|----|--------|------------------------|---------|-------------|
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Filipe Miguel Gomes | 97 | 107284 | Ba/Bomcar | 2:28.97 | ___:___:___ |
| 2 | Simao Miguel Capitao | 97 | 109596 | Colegio SMLamas | 2:23.75 | ___:___:___ |
| 3 | Antonio Fernandes Carrico | 98 | 106926 | Pimpoes/Cimai | 2:23.13 | ___:___:___ |
| 4 | Francisco Robalo Quintas | 95 | 26501 | Belenenses | 2:19.25 | ___:___:___ |
| 5 | Andre Magalhaes Moura | 98 | 104988 | Academico Viseu | 2:23.04 | ___:___:___ |
| 6 | Manuel Matos Sequeira | 87 | 10631 | Gesloures | 2:23.49 | ___:___:___ |
| 7 | Joao Pedro Braga | 94 | 25892 | Naval de Ponta Delgada | 2:24.28 | ___:___:___ |
| 8 | Andre Filipe Mendes | 92 | 100307 | Nautico Abrantes | 2:29.15 | ___:___:___ |

| Prova 19 07-12-2014 | Femin., 50m Livres | | | | Absolutos Startlist |
|------------------------|--------------------|--------------------------|--------|-----------------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 24.94 | Patricia Vilas Conceicao | CNA | S. António Cavaleiros | 20-12-2009 |
| Rec Nac Inf B | 28.89 | Ana Margarida Guedes | GCVR | Vila Real | 16-02-2013 |
| Rec Nac Inf A | 27.76 | Ana Margarida Guedes | GCVR | Espinho | 17-05-2014 |
| Rec Nac Juv B | 26.95 | Beatriz Mendes Viegas | SANALG | Abrantes | 12-04-2014 |
| Rec Nac Juv A | 26.91 | Sofia Pavao Machado | CNPD | Ponta Delgada | 02-05-2009 |
| Rec Nac Jun16 | 26.14 | Maria Carolina Rosa | SCP | S. António Cavaleiros | 20-12-2009 |
| Rec Nac Jun17 | 26.50 | Ana Filipa Pardal | CNCVG | Tomar | 10-12-2005 |
| Rec Nac Sen | 24.94 | Patricia Vilas Conceicao | CNA | S. António Cavaleiros | 20-12-2009 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | TP inscrição | |
|---------------------|----------------------------|-----|--------|-------------------------------|--------------|-------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Rita Sofia Ferreira | 01 | 112032 | Ginasio Figueirense | NT | ___:___:___ |
| 2 | Sara Silva Azevedo | 91 | 15837 | Estamos Juntos | NT | ___:___:___ |
| 3 | Rute Sofia Teixeira | 90 | 15202 | Ginasio Santo Tirso | 30.46 | ___:___:___ |
| 4 | Ana Ines Fernandes | 00 | 119258 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 29.92 | ___:___:___ |
| 5 | Carolina Costa Fernandes | 99 | 116851 | Colegio Bernardette Romeira | 30.34 | ___:___:___ |
| 6 | Iolanda Marques Bodiao | 90 | 105406 | Natacao Olhao | 32.08 | ___:___:___ |
| 7 | Mafalda Fraga Fragoso | 94 | 14327 | Bombeiros Ponta Delgada | NT | ___:___:___ |
| 8 | Ines Mendes Paulo | 96 | 106126 | Colegio Monte Maior | NT | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Carolina Rocha Silva | 99 | 109386 | Sporting de Espinho | 29.79 | ___:___:___ |
| 2 | Ines Alexandra Freire | 01 | 122095 | Aminata | 29.58 | ___:___:___ |
| 3 | Francisca Ferreira Fonseca | 97 | 121585 | Nacional de Natacao | 29.39 | ___:___:___ |
| 4 | Beatriz Neves Cardoso | 98 | 105741 | Colegio SMLamas | 28.98 | ___:___:___ |
| 5 | Marta Novais Soares | 87 | 12463 | Viana Natacao | 29.26 | ___:___:___ |
| 6 | Marta Marques Costa | 98 | 107322 | Pimpoes/Cimai | 29.55 | ___:___:___ |
| 7 | Mariana Santos Ferreira | 00 | 112044 | Miranda do Corvo | 29.71 | ___:___:___ |
| 8 | Rita Afonso Belo | 02 | 123254 | Benedita | 29.80 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Andreia Catarina Gomes | 94 | 103701 | Fluvial Portuense | 28.75 | ___:___:___ |
| 2 | Ana Filipa Martins | 97 | 104438 | Foca | 27.07 | ___:___:___ |
| 3 | Beatriz Mendes Viegas | 00 | 110689 | Tavira Natacao | 26.95 | ___:___:___ |
| 4 | Jessica Teixeira Vieira | 91 | 104235 | Belenenses | 26.72 | ___:___:___ |
| 5 | Jessica Sousa Brito | 97 | 116847 | Portinado | 26.80 | ___:___:___ |
| 6 | Bruna Martins Riesenberger | 97 | 105541 | Laranjeiro | 27.03 | ___:___:___ |
| 7 | Noemia Verdi Silva | 99 | 111770 | Fafe | 28.59 | ___:___:___ |
| 8 | Carolina Santos Silva | 86 | 23208 | Natacao da Maia | 28.83 | ___:___:___ |

| Prova 20 07-12-2014 | Masc., 100m Livres | | | | Absolutos Startlist |
|------------------------|--------------------|------------------------------|-------|------------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 47.64 | Alexandre Escudier Agostinho | FPN | Istambul (TUR) | 11-12-2009 |
| Rec Nac Inf B | 57.40 | Tiago Filipe Pereira | DNMG | Caldas da Rainha | 11-07-2004 |
| Rec Nac Inf A | 54.93 | Joao Cruz Castro | CSM | Funchal | 12-04-2014 |
| Rec Nac Juv B | 52.59 | Diogo Gomes Sousa | CNCVG | Ponte de Sôr | 13-12-2009 |
| Rec Nac Juv A | 50.82 | Tiago Andre Venancio | CNS | Braga | 23-03-2003 |
| Rec Nac Jun17 | 49.87 | Tiago Andre Venancio | CNS | estoril | 14-02-2004 |
| Rec Nac Jun18 | 48.38 | Tiago Andre Venancio | CNS | Cantanhede | 20-12-2004 |
| Rec Nac Sen | 47.64 | Alexandre Escudier Agostinho | FPN | Istambul (TUR) | 11-12-2009 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tp inscrição | |
|---------------------|----------------------------|-----|--------|-------------------------------|--------------|-------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Joao Pedro Barroso | 95 | 20392 | Ginasio Santo Tirso | 58.12 | ___:___:___ |
| 2 | Tiago Joao Meira | 96 | 25816 | Viana Natacao | 57.51 | ___:___:___ |
| 3 | Pedro Henrique Torres | 95 | 112639 | Laranjeiro | 56.41 | ___:___:___ |
| 4 | Frederico Sousa Soares | 96 | 104260 | Estoris | 56.11 | ___:___:___ |
| 5 | Rafael Arrojado Ferreira | 94 | 108106 | Estarreja | 56.22 | ___:___:___ |
| 6 | Joao Mauricio Gaspar | 97 | 116619 | Nautico Abrantes | 57.28 | ___:___:___ |
| 7 | Bernardo Pastor Escada | 99 | 108852 | Aminata | 57.65 | ___:___:___ |
| 8 | Andre Sousa Goncalves | 97 | 105368 | Natacao Olhao | 58.39 | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Koen Weustink | 00 | 112240 | Ginasio de Vila Real | 55.82 | ___:___:___ |
| 2 | Bruno Filipe Taborda | 95 | 106711 | Pimpoes/Cimai | 55.75 | ___:___:___ |
| 3 | Guilherme Filipe Pina | 98 | 107450 | Benedita | 55.15 | ___:___:___ |
| 4 | Humberto Fernandes Felguei | 98 | 105205 | Natacao de Valongo | 54.91 | ___:___:___ |
| 5 | Alexandre Ferreira Amorim | 99 | 103953 | Colegio SMLamas | 55.11 | ___:___:___ |
| 6 | Ricardo Goncalves Moura | 98 | 107577 | Electrico Clube | 55.23 | ___:___:___ |
| 7 | Pedro Rafael Garcia | 96 | 123689 | Academico Viseu | 55.78 | ___:___:___ |
| 8 | Vitor Monteiro Cunha | 97 | 110625 | Fafe | 55.87 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Bernardo Santos Clemente | 98 | 109157 | Ba/Bomcar | 54.46 | ___:___:___ |
| 2 | Mauro Cabral Costa | 93 | 11160 | Litoral Alentejano | 53.79 | ___:___:___ |
| 3 | Carlos Flores Clara | 97 | 117120 | Gesloures | 52.83 | ___:___:___ |
| 4 | Fabio Andre Figueira | 88 | 11084 | Belenenses | 51.00 | ___:___:___ |
| 5 | Carlos Lopes Pedrosa | 94 | 102149 | Naval de Ponta Delgada | 52.10 | ___:___:___ |
| 6 | Pedro Miguel Fernandes | 99 | 110494 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 53.33 | ___:___:___ |
| 7 | Miguel Monteiro Diogo | 93 | 10164 | Alcobaca | 54.42 | ___:___:___ |
| 8 | Jonatas da Fonseca Gaspar | 88 | 10339 | Nautico da Marinha Grande | 54.73 | ___:___:___ |

| Prova 21 07-12-2014 | Femin., 100m Costas | | | | Absolutos Startlist |
|------------------------|---------------------|------------------------|-------|-----------------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 1:00.69 | Marta Vieira Marinho | FCP | S. António Cavaleiros | 19-12-2009 |
| Rec Nac Inf B | 1:09.96 | Ana Margarida Guedes | SARNN | Abrantes | 13-04-2013 |
| Rec Nac Inf A | 1:05.36 | Ines Camacho Fernandes | SCP | Tavira | 05-03-2010 |
| Rec Nac Juv B | 1:02.96 | Ines Camacho Fernandes | SCP | Alapraia | 12-02-2011 |
| Rec Nac Juv A | 1:01.43 | Ines Camacho Fernandes | SCP | Mealhada | 17-12-2011 |
| Rec Nac Jun16 | 1:01.55 | Ines Camacho Fernandes | SCP | Porto | 08-12-2013 |
| Rec Nac Jun17 | 1:01.56 | Ines Camacho Fernandes | SCP | Felgueiras | 22-12-2013 |
| Rec Nac Sen | 1:00.69 | Marta Vieira Marinho | FCP | S. António Cavaleiros | 19-12-2009 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tp inscrição | |
|---------------------|---------------------------|-----|--------|-------------------------------|--------------|-------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Carolina Costa Fernandes | 99 | 116851 | Colegio Bernardette Romeira | 1:18.83 | ___:___:___ |
| 2 | Catarina Ataíde Dias | 98 | 105007 | Sporting de Espinho | 1:16.41 | ___:___:___ |
| 3 | Rita Correia Albergueiro | 00 | 117579 | Estamos Juntos | 1:14.97 | ___:___:___ |
| 4 | Joana Barros Soares | 00 | 120201 | Viana Natacao | 1:14.20 | ___:___:___ |
| 5 | Ines Silva Marques | 99 | 110560 | Natacao da Maia | 1:14.71 | ___:___:___ |
| 6 | Leonor Castanheira Pedras | 99 | 117229 | Pimpoes/Cimai | 1:15.59 | ___:___:___ |
| 7 | Filipa Viamonte Fernandes | 02 | 122198 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 1:17.19 | ___:___:___ |
| 8 | Raquel Sofia Lima | 98 | 118326 | Ginasio Santo Tirso | 1:28.93 | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Ines Almeida Gomes | 98 | 120186 | Nacional de Natacao | 1:13.65 | ___:___:___ |
| 2 | Carolina Saraiva Pires | 96 | 100272 | Laranjeiro | 1:12.50 | ___:___:___ |
| 3 | Filipa Oliveira Andrade | 97 | 110582 | Colegio SMLamas | 1:11.03 | ___:___:___ |
| 4 | Rosana Marinho Macedo | 99 | 111500 | Foca | 1:09.00 | ___:___:___ |
| 5 | Beatriz Valadas Bilro | 00 | 123035 | Aminata | 1:10.79 | ___:___:___ |
| 6 | Mafalda Fraga Fragoso | 94 | 14327 | Bombeiros Ponta Delgada | 1:12.31 | ___:___:___ |
| 7 | Maria Beatriz Lopes | 00 | 119187 | Benedita | 1:13.11 | ___:___:___ |
| 8 | Beatriz Seixas Goncalves | 01 | 122060 | Colegio Monte Maior | 1:14.02 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Maria Dias Neves | 99 | 108078 | Miranda do Corvo | 1:08.65 | ___:___:___ |
| 2 | Maria Morgado Franco | 98 | 107311 | Portinado | 1:07.12 | ___:___:___ |
| 3 | Ana Raquel Ferreira | 98 | 102755 | Ginasio Figueirense | 1:06.29 | ___:___:___ |
| 4 | Beatriz Sousa Grou | 96 | 15031 | Tavira Natacao | 1:06.15 | ___:___:___ |
| 5 | Lisa Marisa Soares | 95 | 25381 | Belenenses | 1:06.29 | ___:___:___ |
| 6 | Miriam Filipe Marcos | 01 | 121690 | Natacao Olhao | 1:06.85 | ___:___:___ |
| 7 | Francisca Santos Pereira | 98 | 102019 | Fluvial Portuense | 1:07.73 | ___:___:___ |
| 8 | Ana Beatriz Meireles | 98 | 110663 | Fafe | 1:08.79 | ___:___:___ |

| Prova 22 07-12-2014 | Masc., 200m Costas | | | | Absolutos Startlist |
|------------------------|--------------------|----------------------|---------|-----------------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 1:53.06 | Pedro Diogo Oliveira | FPN | Chartres (FRA) | 22-11-2012 |
| Rec Nac Inf B | 2:15.27 | Andre Vilas Ruivo | DNMG | S. António Cavaleiros | 16-03-2013 |
| Rec Nac Inf A | 2:09.17 | Joao Alexandre Vital | ADRCIMM | Algés | 29-06-2012 |
| Rec Nac Juv B | 2:04.99 | Joao Alexandre Vital | ADRCIMM | Alapraia | 09-03-2013 |
| Rec Nac Juv A | 2:01.43 | Diogo Gomes Sousa | CNCVG | Algés | 04-06-2011 |
| Rec Nac Jun17 | 1:59.34 | Adriano Miguel Niz | | Alges | 16-05-2003 |
| Rec Nac Jun18 | 1:58.37 | Adriano Miguel Niz | CFV | Figueira da Foz | 03-07-2004 |
| Rec Nac Sen | 1:53.06 | Pedro Diogo Oliveira | FPN | Chartres (FRA) | 22-11-2012 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | TP inscrição | | |
|---------------------|----------------------------|-----|--------|-------------------------------|--------------|-------------|--|
| Série 1 de 3 | | | | | | | |
| 1 | Miguel Rodrigues Silva | 97 | 123948 | Nautico Abrantes | NT | ___:___:___ | |
| 2 | Joao Pinto Freitas | 01 | 122926 | Fafe | 2:25.22 | ___:___:___ | |
| 3 | David Andre Almeida | 97 | 20340 | Ginasio Santo Tirso | 2:18.05 | ___:___:___ | |
| 4 | David Oliveira Gorgulho | 82 | 11302 | Litoral Alentejano | 2:17.04 | ___:___:___ | |
| 5 | Bruno Filipe Taborda | 95 | 106711 | Pimpoes/Cimai | 2:17.41 | ___:___:___ | |
| 6 | Pedro Miguel Fernandes | 99 | 110494 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 2:18.22 | ___:___:___ | |
| 7 | Joao Eduardo Ilha | 98 | 109749 | Natacao Olhao | 2:32.13 | ___:___:___ | |
| 8 | Jose Goncalo Nascimento | 93 | 10111 | Naval de Ponta Delgada | NT | ___:___:___ | |
| Série 2 de 3 | | | | | | | |
| 1 | Diogo Magalhaes Moura | 95 | 104982 | Academico Viseu | 2:14.84 | ___:___:___ | |
| 2 | Koen Weustink | 00 | 112240 | Ginasio de Vila Real | 2:14.07 | ___:___:___ | |
| 3 | Humberto Fernandes Felguei | 98 | 105205 | Natacao de Valongo | 2:13.54 | ___:___:___ | |
| 4 | Luis Filipe Soares | 98 | 105615 | Colegio SMLamas | 2:12.49 | ___:___:___ | |
| 5 | Francisco Rogerio Santos | 98 | 120268 | Benedita | 2:12.66 | ___:___:___ | |
| 6 | Andre Vilas Ruivo | 00 | 112718 | Ba/Bomcar | 2:13.88 | ___:___:___ | |
| 7 | Ricardo Saraiva Pires | 98 | 107651 | Laranjeiro | 2:14.72 | ___:___:___ | |
| 8 | Carlos Daniel Ramos | 96 | 110520 | Estarreja | 2:15.74 | ___:___:___ | |
| Série 3 de 3 | | | | | | | |
| 1 | Ricardo Goncalves Moura | 98 | 107577 | Electrico Clube | 2:11.25 | ___:___:___ | |
| 2 | Pedro Lobato Rijo | 91 | 13025 | Gesloures | 2:09.90 | ___:___:___ | |
| 3 | Joao Mota Correia | 97 | 102308 | Alcobaca | 2:06.87 | ___:___:___ | |
| 4 | Rodrigo Pereira Lopes | 95 | 26077 | Belenenses | 2:02.64 | ___:___:___ | |
| 5 | Tomas Machado Vale | 97 | 102229 | Viana Natacao | 2:06.64 | ___:___:___ | |
| 6 | Viktor Kot | 98 | 109062 | Nautico da Marinha Grande | 2:07.70 | ___:___:___ | |
| 7 | Pedro Miguel Gamito | 96 | 118496 | Estoris | 2:10.34 | ___:___:___ | |
| 8 | Tiago Pastor Escada | 99 | 108853 | Aminata | 2:11.70 | ___:___:___ | |

| Prova 23 07-12-2014 | Femin., 400m Livres | | | | Absolutos Startlist |
|------------------------|---------------------|-------------------------|-------|------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 4:13.97 | Sara Beatriz Loureiro | FCP | Leiria | 05-12-2009 |
| Rec Nac Inf B | 4:38.40 | Filipa Vilas Ruivo | DNMG | Alcobaça | 13-06-2009 |
| Rec Nac Inf A | 4:25.30 | Alexandra Maria Silva | FCP | Porto | 19-07-1980 |
| Rec Nac Juv B | 4:23.08 | Susana Patricia Miguel | SFUAP | Alhandra | 15-05-2004 |
| Rec Nac Juv A | 4:18.39 | Ana Claudia Santos | SFUAP | Cantanhede | 20-12-2004 |
| Rec Nac Jun16 | 4:16.18 | Tamila Hryhorivna Holub | SCB | Felgueiras | 15-11-2014 |
| Rec Nac Jun17 | 4:14.95 | Joana Aguiar Rodrigues | FCP | Leiria | 05-12-2009 |
| Rec Nac Sen | 4:13.97 | Sara Beatriz Loureiro | FCP | Leiria | 05-12-2009 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tp inscrição | |
|---------------------|---------------------------|-----|--------|-------------------------------|--------------|-------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Mariana Sebastiao Mendes | 01 | 126564 | Portinado | 5:21.54 | ___:___:___ |
| 2 | Ana Sofia Ramos | 97 | 102593 | Fafe | 5:05.52 | ___:___:___ |
| 3 | Filipa Silva Cruz | 92 | 10928 | Laranjeiro | 5:04.75 | ___:___:___ |
| 4 | Luana Rafaela Resende | 97 | 106443 | Estamos Juntos | 5:02.86 | ___:___:___ |
| 5 | Salome Pinto Monteiro | 98 | 109388 | Sporting de Espinho | 5:04.37 | ___:___:___ |
| 6 | Maria Beatriz Lopes | 00 | 119187 | Benedita | 5:05.43 | ___:___:___ |
| 7 | Ana Margarida Cruz | 00 | 123556 | Aminata | 5:05.95 | ___:___:___ |
| 8 | Ana Carmo Pinheiro | 02 | 124856 | Ginasio Santo Tirso | 5:24.24 | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Ana Sofia Filipe | 95 | 26887 | Nacional de Natacao | 4:58.54 | ___:___:___ |
| 2 | Carolina Isabel Machado | 00 | 111445 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 4:56.47 | ___:___:___ |
| 3 | Maria Ines Ferreira | 00 | 116953 | Miranda do Corvo | 4:48.59 | ___:___:___ |
| 4 | Catarina Costa Fernandes | 99 | 117253 | Colegio Bernardette Romeira | 4:45.57 | ___:___:___ |
| 5 | Violante Pascoal Fontoura | 97 | 101153 | Viana Natacao | 4:47.51 | ___:___:___ |
| 6 | Ana Carolina Gomes | 97 | 117127 | Pimpoes/Cimai | 4:50.38 | ___:___:___ |
| 7 | Rita Ferreira Couto | 98 | 101726 | Bombeiros Ponta Delgada | 4:57.16 | ___:___:___ |
| 8 | Elisa Sauval Goncalves | 02 | 124069 | Natacao Olhao | 4:58.58 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Ana Pires Brito | 99 | 117031 | Colegio Monte Maior | 4:43.90 | ___:___:___ |
| 2 | Ana Filipa Martins | 97 | 104438 | Foca | 4:42.38 | ___:___:___ |
| 3 | Carolina Silva Moreira | 99 | 118910 | Natacao da Maia | 4:41.32 | ___:___:___ |
| 4 | Ana Goncalves Neto | 95 | 101958 | Fluvial Portuense | 4:26.29 | ___:___:___ |
| 5 | Beatriz Neves Cardoso | 98 | 105741 | Colegio SMLamas | 4:39.27 | ___:___:___ |
| 6 | Margarida Peixoto Pelaio | 98 | 107967 | Ginasio Figueirense | 4:42.00 | ___:___:___ |
| 7 | Joana Miguel Alexandre | 99 | 111432 | Belenenses | 4:43.20 | ___:___:___ |
| 8 | Beatriz Mendes Viegas | 00 | 110689 | Tavira Natacao | 4:45.15 | ___:___:___ |

| Prova 24 07-12-2014 | Masc., 200m Estilos | | | | Absolutos Startlist |
|------------------------|---------------------|-----------------------|------|----------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 1:54.58 | Diogo Filipe Carvalho | FPN | Istambul (TUR) | 10-12-2009 |
| Rec Nac Inf B | 2:17.96 | Andre Vilas Ruivo | DNMG | Nazaré | 02-06-2013 |
| Rec Nac Inf A | 2:13.38 | Tomas Miguel Freitas | CDN | Funchal | 17-07-2004 |
| Rec Nac Juv B | 2:08.27 | Diogo Filipe Carvalho | CGA | Fafe | 10-05-2003 |
| Rec Nac Juv A | 2:05.34 | Diogo Filipe Carvalho | CGA | Aveiro | 15-05-2004 |
| Rec Nac Jun17 | 2:02.96 | Diogo Filipe Carvalho | CGA | Mealhada | 06-03-2005 |
| Rec Nac Jun18 | 2:00.80 | Diogo Filipe Carvalho | CGA | Alapraia | 11-02-2005 |
| Rec Nac Sen | 1:54.58 | Diogo Filipe Carvalho | FPN | Istambul (TUR) | 10-12-2009 |

| Pista | Nome | Ano | NFed | Clube | Tempo | Tp inscrição |
|---------------------|-------------------------|-----|--------|-------------------------------|---------|--------------|
| Série 1 de 3 | | | | | | |
| 1 | Luis Filipe Rato | 81 | 26260 | Ginasio Santo Tirso | 2:35.15 | ___:___:___ |
| 2 | Albino Manuel Goncalves | 99 | 123698 | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 2:27.20 | ___:___:___ |
| 3 | Joao Francisco Santos | 99 | 111188 | Viana Natacao | 2:24.78 | ___:___:___ |
| 4 | Miguel Martins Baltazar | 98 | 104338 | Aminata | 2:20.41 | ___:___:___ |
| 5 | Hugo Filipe Correia | 99 | 118621 | Litoral Alentejano | 2:22.40 | ___:___:___ |
| 6 | Diogo Ferreira Neves | 98 | 108221 | Natacao de Valongo | 2:25.80 | ___:___:___ |
| 7 | Joao Pedro Gil | 98 | 111460 | Electrico Clube | 2:33.91 | ___:___:___ |
| 8 | Mauro Filipe Viegas | 95 | 26428 | Natacao Olhao | NT | ___:___:___ |

| | | | | | | |
|---------------------|---------------------------|----|--------|---------------------------|---------|-------------|
| Série 2 de 3 | | | | | | |
| 1 | Joao Francisco Silva | 97 | 103567 | Nautico da Marinha Grande | 2:18.40 | ___:___:___ |
| 2 | Leonardo Peralta Reis | 96 | 25450 | Benedita | 2:14.27 | ___:___:___ |
| 3 | Antonio Fernandes Carrico | 98 | 106926 | Pimpoes/Cimai | 2:12.62 | ___:___:___ |
| 4 | Simao Miguel Capitao | 97 | 109596 | Colegio SMLamas | 2:12.36 | ___:___:___ |
| 5 | Manuel Matos Sequeira | 87 | 10631 | Geslours | 2:12.39 | ___:___:___ |
| 6 | Andre Filipe Mendes | 92 | 100307 | Nautico Abrantes | 2:13.33 | ___:___:___ |
| 7 | Ricardo Daniel Goncalves | 96 | 103320 | Ginasio de Vila Real | 2:15.28 | ___:___:___ |
| 8 | Paulo Filipe Miranda | 97 | 110626 | Fafe | 2:20.31 | ___:___:___ |

| | | | | | | |
|---------------------|-------------------------|----|--------|------------------------|---------|-------------|
| Série 3 de 3 | | | | | | |
| 1 | Miguel Angelo Alves | 96 | 104760 | Laranjeiro | 2:12.07 | ___:___:___ |
| 2 | Bernardo Joao Filipe | 97 | 106702 | Ba/Bomcar | 2:11.52 | ___:___:___ |
| 3 | Joao Pedro Braga | 94 | 25892 | Naval de Ponta Delgada | 2:09.25 | ___:___:___ |
| 4 | Andre Bras Goncalves | 88 | 14767 | Belenenses | 2:07.37 | ___:___:___ |
| 5 | Afonso Lopes dos Santos | 95 | 14773 | Alcobaca | 2:08.03 | ___:___:___ |
| 6 | Andre Magalhaes Moura | 98 | 104988 | Academico Viseu | 2:10.02 | ___:___:___ |
| 7 | Miguel Bras Sergio | 95 | 100925 | Estoris | 2:11.64 | ___:___:___ |
| 8 | Joao Pedro Santos | 95 | 105859 | Estarreja | 2:12.32 | ___:___:___ |

| Prova 25 07-12-2014 | Femin., 4 x 100m Livres | | | | Absolutos Startlist |
|------------------------|-------------------------|-----------------------------------|--------|----------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 3:44.99 | Futebol Clube do Porto/Dolce Vita | FCP | Porto | 04-12-2010 |
| Rec Nac Inf B | 4:28.19 | Grupo Desp. Natacao V. N. Famalic | GDNVNF | Ponte da Barca | 07-03-2010 |
| Rec Nac Inf | 4:14.93 | tempo limite | | | |
| Rec Nac Inf A | 4:14.93 | Clube Desportivo Nacional | CDN | Funchal | 25-07-2013 |
| Rec Nac Juv B | 4:08.36 | Sporting Clube de Portugal | SCP | Guimarães | 10-03-2002 |
| Rec Nac Juv | 4:08.36 | tempo limite | | | |
| Rec Nac Juv A | 4:08.36 | tempo limite | | | |
| Rec Nac Jun | 3:56.01 | Sporting Clube de Portugal | SCP | Leiria | 06-12-2009 |
| Rec Nac Sen | 3:44.99 | Futebol Clube do Porto/Dolce Vita | FCP | Porto | 04-12-2010 |

| Pista | NFed | Clube | Tempo | Tp inscrição |
|---------------------|------|-------------------------------|---------|--------------|
| Série 1 de 3 | | | | |
| 1 | | Foca | 5:17.61 | ___:___:___ |
| 2 | | Colegio SMLamas | 4:38.11 | ___:___:___ |
| 3 | | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 4:34.58 | ___:___:___ |
| 4 | | Bombeiros Ponta Delgada | 4:29.16 | ___:___:___ |
| 5 | | Aminata | 4:29.53 | ___:___:___ |
| 6 | | Colegio Monte Maior | 4:37.62 | ___:___:___ |
| 7 | | Fafe | 4:50.58 | ___:___:___ |
| 8 | | Ginasio Santo Tirso | 5:19.41 | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | |
| 1 | | Natacao da Maia | 4:26.74 | ___:___:___ |
| 2 | | Natacao Olhao | 4:23.81 | ___:___:___ |
| 3 | | Nacional de Natacao | 4:22.25 | ___:___:___ |
| 4 | | Miranda do Corvo | 4:21.33 | ___:___:___ |
| 5 | | Colegio Bernardette Romeira | 4:22.02 | ___:___:___ |
| 6 | | Sporting de Espinho | 4:22.40 | ___:___:___ |
| 7 | | Viana Natacao | 4:26.42 | ___:___:___ |
| 8 | | Benedita | 4:28.68 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | |
| 1 | | Tavira Natacao | 4:16.03 | ___:___:___ |
| 2 | | Laranjeiro | 4:08.69 | ___:___:___ |
| 3 | | Pimpoes/Cimai | 4:08.26 | ___:___:___ |
| 4 | | Belenenses | 3:57.79 | ___:___:___ |
| 5 | | Portinado | 4:04.53 | ___:___:___ |
| 6 | | Ginasio Figueirense | 4:08.40 | ___:___:___ |
| 7 | | Fluvial Portuense | 4:11.66 | ___:___:___ |
| 8 | | Estamos Juntos | 4:21.28 | ___:___:___ |

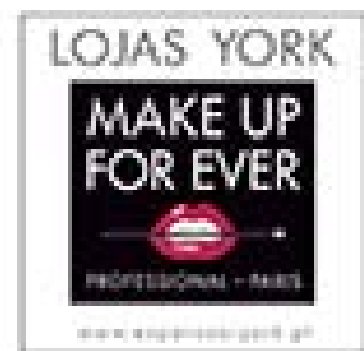
| Prova 26 07-12-2014 | Masc., 4 x 100m Estilos | | | | Absolutos Startlist |
|------------------------|-------------------------|---|-----|-----------------------|------------------------|
| Rec Nac Absoluto | 3:35.10 | Clube Natacao da Amadora | CNA | S. António Cavaleiros | 19-12-2009 |
| Rec Nac Inf B | 4:35.54 | Grupo Desp. Natacao V. N. FamalicGDNVNF | | Porto | 17-03-2013 |
| Rec Nac Inf | 4:12.50 | Grupo Desp. Natacao V. N. FamalicGDNVNF | | Cantanhede | 30-03-2014 |
| Rec Nac Inf A | 4:12.50 | Grupo Desp. Natacao V. N. FamalicGDNVNF | | Cantanhede | 30-03-2014 |
| Rec Nac Juv B | 4:07.59 | Grupo Desportivo Natacao V. N. FaiGDNVNF | | Fluvial | 23-11-2014 |
| Rec Nac Juv | 3:59.81 | Sporting Clube de Braga | SCB | Ponte da Barca | 06-07-2014 |
| Rec Nac Juv A | 4:01.13 | Sport Alges e Dafundo | SAD | Tomar | 15-12-2013 |
| Rec Nac Jun | 3:51.87 | Soc. Filarm. Uniao Artistica PiedensSFUAP | | Mealhada | 24-03-2000 |
| Rec Nac Sen | 3:35.10 | Clube Natacao da Amadora | CNA | S. António Cavaleiros | 19-12-2009 |

| Pista | NFed | Clube | Tempo | Tp inscrição |
|---------------------|------|-------------------------------|---------|--------------|
| Série 1 de 3 | | | | |
| 1 | | Nautico Abrantes | 4:27.61 | ___:___:___ |
| 2 | | Vitoria de Guimaraes/Olicargo | 4:22.37 | ___:___:___ |
| 3 | | Viana Natacao | 4:20.06 | ___:___:___ |
| 4 | | Litoral Alentejano | 4:17.26 | ___:___:___ |
| 5 | | Aminata | 4:18.44 | ___:___:___ |
| 6 | | Natacao Olhao | 4:21.83 | ___:___:___ |
| 7 | | Ginasio Santo Tirso | 4:23.08 | ___:___:___ |
| 8 | | Fafe | 4:49.24 | ___:___:___ |
| Série 2 de 3 | | | | |
| 1 | | Estarreja | 4:16.67 | ___:___:___ |
| 2 | | Natacao de Valongo | 4:11.94 | ___:___:___ |
| 3 | | Pimpoes/Cimai | 4:09.71 | ___:___:___ |
| 4 | | Estoris | 4:07.90 | ___:___:___ |
| 5 | | Naval de Ponta Delgada | 4:09.55 | ___:___:___ |
| 6 | | Colegio SMLamas | 4:09.81 | ___:___:___ |
| 7 | | Electrico Clube | 4:15.97 | ___:___:___ |
| 8 | | Ginasio de Vila Real | 4:16.71 | ___:___:___ |
| Série 3 de 3 | | | | |
| 1 | | Benedita | 4:04.58 | ___:___:___ |
| 2 | | Laranjeiro | 4:04.09 | ___:___:___ |
| 3 | | Gesloures | 4:02.71 | ___:___:___ |
| 4 | | Belenenses | 3:52.93 | ___:___:___ |
| 5 | | Alcobaca | 4:01.81 | ___:___:___ |
| 6 | | Academico Viseu | 4:03.53 | ___:___:___ |
| 7 | | Ba/Bomcar | 4:04.39 | ___:___:___ |
| 8 | | Nautico da Marinha Grande | 4:04.67 | ___:___:___ |

Bial
ao serviço da sua Saúde

Kindler[®]
+SPORT
geração em movimento

Fruut
O Snack Saudável



 **cosmos**



INSTITUTO PORTUGUÊS DO
DESPORTO E JUVENTUDE, I.P.