

PROGRAMA

Dia/Jornada	Aquecimento	Início	Provas
6ª feira 10 de Abril 1ª Jornada	15H00 15H50	16H00 20H00	- Figuras Júnior - Figuras Juvenil - Figuras Infantil - Esq. Livre Combinados Absoluto
Sábado 11 Abril 2ª Jornada 1ª Sessão	08H00 08H50	09H00 11H30	- Esq. Técnico Solos - Esq. Livre Solos Infantil - Esq. Livre Duetos Júnior <i>Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas</i> - Esq. Livre Equipas Juvenil - Esq. Técnicos Duetos
Sábado, 11 Abril 2ª Jornada 2ª Sessão	14H00 14H50	15H00 18h00	<i>Desfile dos participantes</i> - Esq. Livre Duetos Juvenil - Esq. Livre Combinado Infantil - Esq. Livre Combinado Júnior - Esq. Técnico Equipa <i>Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas</i>
Domingo, 12 Abril 3ª Jornada 1ª Sessão	08h00 08h50	09H00 12H30	- Esq. Livre Duetos Sénior - Esq. Livre Solos Juvenil - Esq. Livre Duetos Infantil <i>Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas</i> - Esq. Livre Equipas Júnior - Esq. Livre Equipas Sénior
Domingo, 12 Abril 3ª Jornada 2ª Sessão	14H00 14H50	15H00 16h30	- Esq. Livre Equipa Infantil - Esq. Livre Solos Sénior - Esq. Livre Solo Júnior - Esq. Livre Combinado Juvenil <i>Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas</i>

CLUBES PARTICIPANTES

CLUBE	Inf.	Juv.	Jun.	Sen.	TOTAL
ADBA . Associação Desportiva Cultural Rec. Bairro dos Anjos	07	01	00	00	08
AMINATA – Évora Clube de Natação	09	07	10	04	30
BÚZIOS – Associação Nadadores Salvadores Coruche	06	00	01	00	07
CFP – Clube Fluvial Portuense	04	04	00	00	08
CNA – Clube Natação da Amadora	02	01	03	02	08
CRM – Centro Recreativo Murtoense	06	02	00	00	08
FBSC – Fundação Beatriz Santos Clube	00	03	01	00	04
FOCA – Clube Natação de Felgueiras	08	04	06	05	23
GESL – Gesloures E.M.	06	07	08	01	22
LSXXI – Lousada Séc. XXI	04	02	00	00	06
OSCN – OvarSincro – Clube de Natação	07	05	04	00	16
SAD – Sport Algés e Dafundo	00	01	01	00	02
TLF – Tempo Livre Fiscal	01	02	04	00	07
TOTAL	60	39	38	12	151

6ª FEIRA, 10ABR2015

1ª JORNADA -16H00

FIGURAS – CATEGORIA JUNIOR

OPCIONAIS – GRUPO 1

330c - Aurora, ½ volta rápida

154 - Londres

Inicia a atleta numero	Painel 1		Painel 2	
	Fig 1 Obrigatória	Fig 3 Opcional	Fig 2 Obrigatória	Fig 4 Opcional
	1	20	10	30

Pré – Swimmer –

Helena Sanches Gomes FOCA – Fig. Obrigatórias

Ana Margarida Magalhaes FOCA – Fig.Opcionais

1	Ana Catarina Jesus	OSCN
2	Carolina Ruivo Chalana	AMINAT
3	Filipa Alexandra Anacleto	AMINAT
4	Maria do Carmo Martins	AMINAT
5	Barbara Lopes Espadinha	CNA
6	Catarina Cunha Sousa	FOCA
7	Carolina Correia Melo	SAD
8	Alexandra Nogueira Costa	GESL
9	Mariana Castres Pereira	BUZIOS
10	Ana Isabel Baptista	FOCA
11	Diana Sanches Gomes	FOCA
12	Marta Ribeiro Dias	GESL
13	Rita Gomes Matos	TLF
14	Maria Beatriz Goncalves	GESL
15	Luisa Fernandes Pereira	GESL
16	Maria Adriana Sousa	FOCA
17	Ines David Saragoca	AMINAT
18	Filipa Abreu Faria	OSCN
19	Ana Margarida Teixeira	FOCA
20	Francisca Lurdes Magalhaes	FOCA
21	Maria Margarida Goncalves	GESL
22	Ana Margarida Calcona	AMINAT
23	Mariana Sofia Correia	AMINAT
24	Barbara Nogueira Costa	GESL
25	Ines Fernandes Abreu	TLF
26	Ines Lapinha Lourenco	FBSC
27	Cheila Morais Vieira	GESL
28	Ana Filipa Novais	TLF
29	Ines Rodrigues Fernandes	CNA
30	Andreia Filipa Bartolomeu	AMINAT
31	Maria Leonor Miranda	GESL
32	Ana Sofia Ramalho	AMINAT
33	Mariana Simao Oliveira	OSCN
34	Mariana Duarte Vagos	CNA
35	Raquel Eleuterio Cruz	AMINAT
36	Ana Catarina Ferreira	TLF
37	Catarina Isabel Carvalho	AMINAT
38	Ema Silva Ventura	OSCN

FIGURAS – CATEGORIA JUVENIL

OPCIONAIS – GRUPO 1

342 – Garça

115 – Catalina

Inicia a atleta numero	Painel 1		Painel 2	
	Fig 1 Obrigatória	Fig 3 Opcional	Fig 2 Obrigatória	Fig 4 Opcional
	1	20	10	30

Pré – Swimmer –

Ana Isabel Baptista FOCA– Fig. Obrigatórias

Andreia Filipa Bartolomeu AMINATA – Fig.Opcionais

1	Laura Ribeiro Cunha	FOCA
2	Maria Joao Pastor	TLF
3	Solange Graca Cardoso	GESL
4	Marta Margarida Costa	OSCN
5	Catarina Ferreira Sousa	GESL
6	Beatriz Silva Prates	OSCN
7	Helena Isabel Santos	AMINAT
8	Daniela Carmelo Pina	AMINAT
9	Filipa Morgadinho Coelho	GESL
10	Ana Gaspar Silva	FBSC
11	Beatriz Sa Cunha	OSCN
12	Ana Margarida Caeiro	AMINAT
13	Maria Antunes Paiva	FBSC
14	Filipa Andreia Lopes	FBSC
15	Beatriz Machado Braga	CFP
16	Andreia Mesquita Miranda	CFP
17	Lara Monica Silva	FOCA
18	Mafalda Sousa Mendes	AMINAT
19	Patricia Vilela Braga	CFP
20	Maria Beatriz Fernandes	TLF
21	Joana Catarina Pacheco	LSXXI
22	Ines Diana Fernandes	ADBA
23	Margarida Carmo Santiago	CRM
24	Ana Beatriz Sousa	LSXXI
25	Francisca Sena Fonseca	GESL
26	Maria Ines Cerqueira	CFP
27	Mafalda Sofia Silva	CNA
28	Ana Margarida Carreira	AMINAT
29	Daniela Pereira Chambel	GESL
30	Mariana Rodrigues Valente	OSCN
31	Beatriz Cruz Gama	OSCN
32	Ines Silva Valente	CRM
33	Bruna Melo Garcia	SAD
34	Telma Barros Teixeira	FOCA
35	Carolina Silva Nogueira	GESL
36	Sofia Ines Guerreiro	AMINAT
37	Mariana Silva Teixeira	FOCA
38	Ana Carolina Silva	AMINAT
39	Ana Beatriz Fernandes	GESL

FIGURAS – CATEGORIA INFANTIL

OPCIONAIS – GRUPO 2

311 – Pontapé na Lua

360 – Passeio à frente

Inicia a atleta numero

Painel 1 Fig 1 Obrigatória	Painel 2 Fig 3 Opcional	Painel 1 Fig 2 Obrigatória	Painel 2 Fig 4 Opcional
1	30	15	45

Pré – Swimmer –

Joana Catarina Pacheco LSXXI– Fig. Obrigatórias

Maria João Pastor TLF– Fig. Opcionais

1	Maria Lazutina	GESL
2	Margarida Alves Mendes	CNA
3	Margarida Filipa Gomes	ADBA
4	Joana Alves Martins	CNA
5	Francisca Soares Tomaz	BUZIOS
6	Maria Eduarda Oliveira	ADBA
7	Dora Alexandra Bras	ADBA
8	Gabriela Salema Fernandes	ADBA
9	Jessica Sofia Santos	CRM
10	Beatriz Cerqueira Teixeira	FOCA
11	Mariana Nogueira Ganhao	AMINAT
12	Mariana Sousa Rocha	CFP
13	Susana Marques Silva	ADBA
14	Debora Luis Lopes	BUZIOS
15	Joana Manuela Fernandes	FOCA
16	Leonor Maria Mira	BUZIOS
17	Matilde Faustino Pereira	ADBA
18	Beatriz Filipa Alves	GESL
19	Mariana Sofia Santos	AMINAT
20	Joana Oliveira Fonseca	OSCN
21	Carlota Sena Fonseca	GESL
22	Madalena Carrico Brazao	AMINAT
23	Matilde Cruz Gama	OSCN
24	Clara Maio Alves	OSCN
25	Sara Moises Calisto	CRM
26	Madalena Comendinha Caeiro	AMINAT
27	Maria Laura Brotas	BUZIOS
28	Jane Silva Costa	CFP
29	Mariana Goncalves Carvalho	FOCA
30	Sofia Silva Orvalho	AMINAT
31	Mafalda Ventura Azevedo	FOCA
32	Leonor Machado Capucho	AMINAT
33	Sofia Santos Tavares	OSCN
34	Catarina Sofia Samora	AMINAT
35	Ines Moreira Sousa	LSXXI
36	Ana Regina Cardoso	LSXXI
37	Maria Miguel Ferreira	CFP
38	Iris Silva Santos	CRM
39	Marta Amaral Moreira	GESL
40	Nuna Frederico Antunes	CRM

PATROCINADORES

PARCEIROS INSTITUCIONAIS

PARCEIROS



41	Rita Manuela Silva	FOCA
42	Catarina Sousa Castro	CRM
43	Carolina Enes Henriques	AMINAT
44	Sofia Margarida Laranjo	BUZIOS
45	Ana Rita Ramos	OSCN
46	Vanessa Jesus Caravelinha	AMINAT
47	Carolina Ribeiro Lopes	GESL
48	Maria Madalena Bento	BUZIOS
49	Mariana Sousa Ribeiro	LSXXI
50	Ana Miguel Silva	OSCN
51	Ariana Filipa Meireles	CFP
52	Vitoria Tavares Andrade	OSCN
53	Gabriela Mendes Ferreira	FOCA
54	Marina Carreira Dias	ADBA
55	Mariana Ribeiro Martins	FOCA
56	Ana Jose Nunes	LSXXI
57	Catarina Dinis Ramos	GESL
58	Juliana Miranda Baptista	CRM
59	Gabriela Machado Ribeiro	TLF
60	Maria Tribuzi Melo	FOCA

Esquema Combinado Categoria Absoluta

1	Ana Margarida Magalhaes Ana Margarida Teixeira Ana Raquel Azevedo Catarina Cunha Sousa Francisca Lurdes Magalhaes Helena Sanches Gomes Mafalda Ferreira Magalhaes Maria Adriana Sousa Telma Mendes Ferreira	FOCA
2	Ana Carina Martins Ana Sofia Ramalho (R) Andreia Filipa Bartolomeu Carolina Ruivo Chalana Catarina Isabel Carvalho (R) Daniela Carmelo Pina Filipa Alexandra Anacleto Ines David Saragoca Maria do Carmo Martins Mariana Sofia Correia Raquel Eleuterio Cruz Susana Viana Matoso	AMINATA
3	Maria Leonor Miranda Maria Margarida Goncalves Marta Ribeiro Dias Barbara Nogueira Costa Alexandra Nogueira Costa Cheila Morais Vieira Ana Rita Santos Maria Beatriz Goncalves Solange Graca Cardoso Daniela Pereira Chambel	GESL

SÁBADO, 11 ABR 2015

2ª JORNADA – 1ª SESSÃO – 09H00

Esquema Técnico Solos

1	Carolina Alves Dias Beatriz Alves Dias (R)	CNA
2	Ana Raquel Azevedo	FOCA

Esquema Livre Solos Infantil

1	Catarina Sofia Samora	AMINAT
2	Margarida Alves Mendes	CNA
3	Clara Maio Alves	OSCN
4	Jane Silva Costa	CFP
5	Mariana Goncalves Carvalho Maria Tribuzi Melo (R)	FOCA
6	Ana Jose Nunes	LSXXI
7	Joana Alves Martins	CNA
8	Ines Moreira Sousa	LSXXI
9	Mariana Nogueira Ganhao	AMINAT
10	Matilde Cruz Gama	OSCN
11	Beatriz Cerqueira Teixeira Rita Manuela Silva (R)	FOCA
12	Maria Lazutina	GESL
13	Gabriela Machado Ribeiro	TLF
14	Jessica Sofia Santos	CRM

Esquema Livre Duetos Júnior

1	Ana Catarina Ferreira Ines Fernandes Abreu	TLF B
2	Ana Isabel Baptista Diana Sanches Gomes	FOCA A
3	Filipa Alexandra Anacleto Ines David Saragoca	AMINAT A
4	Maria Leonor Miranda Maria Margarida Goncalves	GESL B
5	Ana Margarida Teixeira Francisca Lurdes Magalhaes	FOCA B
6	Cheila Morais Vieira Maria Beatriz Goncalves	GESL A
7	Ema Silva Ventura Mariana Simao Oliveira	OSCN B
8	Rita Gomes Matos Ana Filipa Novais	TLF A
9	Ines Rodrigues Fernandes Mariana Duarte Vagos	CNA
10	Filipa Abreu Faria Ana Catarina Jesus	OSCN A
11	Maria do Carmo Martins Mariana Sofia Correia	AMINAT B

Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas

Esquema Livre Equipas Juvenil

1	Solange Graca Cardoso Daniela Pereira Chambel Filipa Morgadinho Coelho Ana Beatriz Fernandes Carolina Silva Nogueira Francisca Sena Fonseca Catarina Ferreira Sousa (R)	GESL
2	Laura Ribeiro Cunha Telma Barros Teixeira Mariana Silva Teixeira Lara Monica Silva	FOCA
3	Beatriz Cruz Gama Marta Margarida Costa Mariana Rodrigues Valente Beatriz Sa Cunha Beatriz Silva Prates	OSCN
4	Mafalda Sousa Mendes Sofia Ines Guerreiro Daniela Carmelo Pina Ana Margarida Carreira Helena Isabel Santos Ana Margarida Caeiro (R) Ana Carolina Silva (R)	AMINAT

Esquema Técnico Duetos

1	Ana Margarida Magalhaes Helena Sanches Gomes	FOCA
---	---	------

SÁBADO, 11ABR2015

2ª JORNADA – 2ª SESSÃO– 15H00

Esquema Livre Duetos Juvenil

1	Telma Barros Teixeira Lara Monica Silva	FOCA B
2	Margarida Carmo Santiago Ines Silva Valente	CRM
3	Mariana Rodrigues Valente Beatriz Sa Cunha	OSCN B
4	Patricia Vilela Braga Beatriz Machado Braga	CFP
5	Maria Beatriz Fernandes Maria Joao Pastor	TLF
6	Beatriz Cruz Gama Marta Margarida Costa	OSCN A
7	Laura Ribeiro Cunha Mariana Silva Teixeira	FOCA A
8	Ana Gaspar Silva Maria Antunes Paiva	FBSC
9	Daniela Pereira Chambel Carolina Silva Nogueira Francisca Sena Fonseca (R)	GESL B
10	Solange Graca Cardoso Filipa Morgadinho Coelho	GESL A
11	Mafalda Sousa Mendes Sofia Ines Guerreiro Daniela Carmelo Pina (R)	AMINAT

Esquema Livre Combinado Infantil

1	Mariana Nogueira Ganhao Catarina Sofia Samora Leonor Machado Capucho Madalena Carrico Brazao Sofia Silva Orvalho Vanessa Jesus Caravelinha Carolina Enes Henriques Madalena Comendinha Caeiro Mariana Sofia Santos	AMINAT
2	Mafalda Ventura Azevedo Mariana Goncalves Carvalho Beatriz Cerqueira Teixeira Maria Tribuzi Melo Rita Manuela Silva Joana Manuela Fernandes Gabriela Mendes Ferreira Mariana Ribeiro Martins	FOCA

Esquema Livre Combinado Júnior

1	Ana Isabel Baptista Maria Adriana Sousa Diana Sanches Gomes Ana Margarida Teixeira Catarina Cunha Sousa Mariana Silva Teixeira Lara Monica Silva Francisca Lurdes Magalhaes Laura Ribeiro Cunha (R) Telma Barros Teixeira (R)	FOCA
2	Filipa Alexandra Anacleto Raquel Eleuterio Cruz Ana Margarida Calcona Carolina Ruivo Chalana Ines David Saragoca Maria do Carmo Martins Mariana Sofia Correia Ana Sofia Ramalho Andreia Filipa Bartolomeu Catarina Isabel Carvalho Mafalda Sousa Mendes (R) Daniela Carmelo Pina (R)	AMINAT
3	Maria Leonor Miranda Maria Margarida Goncalves Marta Ribeiro Dias Barbara Nogueira Costa Alexandra Nogueira Costa Cheila Morais Vieira Luisa Fernandes Pereira Maria Beatriz Goncalves Solange Graca Cardoso Daniela Pereira Chambel	GESL

Esquema Técnico Equipa

1	Ana Carina Martins Susana Viana Matoso Filipa de Jesus Marques Maria Madalena Cavaco	AMINAT
2	Ana Margarida Magalhaes Helena Sanches Gomes Ana Raquel Azevedo Mafalda Ferreira Magalhaes Telma Mendes Ferreira	FOCA

Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas

DOMINGO, 12 ABR 2015

3ª JORNADA – 1ª SESSÃO – 9H00

Esquema Livre Duetos Sénior

1	Ana Margarida Magalhaes Helena Sanches Gomes	FOCA
---	---	------

Esquema Livre Solos Juvenil

1	Patricia Vilela Braga	CFP
2	Filipa Andreia Lopes	FBSC
3	Daniela Carmelo Pina	AMINAT
4	Mafalda Sousa Mendes	AMINAT
5	Ines Silva Valente	CRM
6	Joana Catarina Pacheco	LSXXI
7	Ana Beatriz Sousa	LSXXI
8	Mafalda Sofia Silva	CNA
9	Margarida Carmo Santiago	CRM
10	Bruna Melo Garcia	SAD
11	Beatriz Machado Braga	CFP
12	Filipa Morgadinho Coelho Carolina Silva Nogueira (R)	GESL
13	Maria Antunes Paiva	FBSC
14	Telma Barros Teixeira Lara Monica Silva (R)	FOCA
15	Laura Ribeiro Cunha	FOCA
16	Beatriz Cruz Gama	OSCN
17	Marta Margarida Costa	OSCN
18	Solange Graca Cardoso Daniela Pereira Chambel (R)	GESL

Esquema Livre Duetos Infantil

1	Rita Manuela Silva Mariana Goncalves Carvalho Mafalda Ventura Azevedo (R)	FOCA B
2	Matilde Cruz Gama Joana Oliveira Fonseca	OSCN A
3	Maria Lazutina Beatriz Filipa Alves	GESL B
4	Sofia Silva Orvalho Vanessa Jesus Caravelinha	AMINAT B
5	Leonor Machado Capucho Madalena Carrico Brazao	AMINAT A
6	Margarida Alves Mendes Joana Alves Martins	CNA
7	Clara Maio Alves Vitoria Tavares Andrade	OSCN B
8	Marta Amaral Moreira Carlota Sena Fonseca	GESL A
9	Beatriz Cerqueira Teixeira Maria Tribuzi Melo	FOCA A

Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas

Esquema Livre Equipas Júnior

1	Ana Sofia Ramalho Raquel Eleuterio Cruz Andreia Filipa Bartolomeu Carolina Ruivo Chalana Filipa Alexandra Anacleto Ines David Saragoca Maria do Carmo Martins Mariana Sofia Correia Catarina Isabel Carvalho (R) Ana Margarida Calcona (R)	AMINAT
2	Maria Leonor Miranda Maria Margarida Goncalves Marta Ribeiro Dias Barbara Nogueira Costa Alexandra Nogueira Costa Cheila Morais Vieira Maria Beatriz Goncalves Luisa Fernandes Pereira (R)	GESL
3	Filipa Abreu Faria Ana Catarina Jesus Ema Silva Ventura Mariana Simao Oliveira	OSCN
4	Ana Isabel Baptista Maria Adriana Sousa Diana Sanches Gomes Ana Margarida Teixeira Catarina Cunha Sousa Francisca Lurdes Magalhaes	FOCA

Esquema Livre Equipas Sénior

1	Ana Margarida Magalhaes Helena Sanches Gomes Ana Raquel Azevedo Mafalda Ferreira Magalhaes Telma Mendes Ferreira	FOCA
2	Ana Carina Martins Susana Viana Matoso Filipa de Jesus Marques Maria Madalena Cavaco	AMINAT

DOMINGO, 12ABR2015

3ª JORNADA – 2ª SESSÃO– 15H00

Esquema Livre Equipa Infantil

1	Beatriz Filipa Alves Carlota Sena Fonseca Carolina Ribeiro Lopes Catarina Dinis Ramos Maria Lazutina Marta Amaral Moreira	GESL
2	Catarina Sofia Samora Leonor Machado Capucho Madalena Carrico Brazao Madalena Comendinha Caeiro Mariana Nogueira Ganhao Mariana Sofia Santos Sofia Silva Orvalho Vanessa Jesus Caravelinha Carolina Enes Henriques (R)	AMINAT
3	Beatriz Cerqueira Teixeira Gabriela Mendes Ferreira Mafalda Ventura Azevedo Maria Tribuzi Melo Mariana Goncalves Carvalho Rita Manuela Silva Mariana Ribeiro Martins (R) Joana Manuela Fernandes (R)	FOCA
4	Matilde Cruz Gama Joana Oliveira Fonseca Clara Maio Alves Vitoria Tavares Andrade	OSCN

Esquema Livre Solos Sénior

1	Carolina Alves Dias Beatriz Alves Dias (R)	CNA
2	Ana Raquel Azevedo	FOCA

Esquema Livre Solo Júnior

1	Ines Lapinha Lourenco	FBSC
2	Barbara Nogueira Costa	GESL
3	Maria do Carmo Martins	AMINAT
4	Maria Margarida Goncalves Cheila Morais Vieira (R)	GESL
5	Barbara Lopes Espadinha	CNA
6	Filipa Alexandra Anacleto	AMINAT
7	Carolina Correia Melo	SAD
8	Ana Isabel Baptista	FOCA
9	Ana Catarina Jesus	OSCN
10	Filipa Abreu Faria	OSCN
11	Mariana Castres Pereira	BUZIOS
12	Ines Rodrigues Fernandes	CNA

Esquema Livre Combinado Juvenil

1	Mafalda Sousa Mendes Sofia Ines Guerreiro Daniela Carmelo Pina Ana Margarida Carreira Helena Isabel Santos Ana Margarida Caeiro Ana Carolina Silva Mariana Nogueira Ganhao Catarina Sofia Samora Leonor Machado Capucho (R)	AMINAT
2	Solange Graca Cardoso Daniela Pereira Chambel Filipa Morgadinho Coelho Ana Beatriz Fernandes Carolina Silva Nogueira Francisca Sena Fonseca Maria Lazutina Catarina Ferreira Sousa Marta Amaral Moreira (R)	GESL

Cerimónia Protocolar de Entrega de Medalhas

&

Encerramento do Campeonato Nacional de Inverno Natação Sincronizada 2015