

Campeonatos Nacionais de Juniores e Seniores PL  
Lisboa, 27. - 29.3.2009

Medalhados por Prova, Masc.

Todas as provas

| 200m Livres     |                                       |    |        | Seniores        | 200m Livres     |                                       |    |        | Juniores        |
|-----------------|---------------------------------------|----|--------|-----------------|-----------------|---------------------------------------|----|--------|-----------------|
| 1.              | Adriano Miguel Niz                    | 86 | INDANP | <b>1:51.51</b>  | 1.              | Jose Joao Goncalves                   | 91 | LSC    | <b>1:55.68</b>  |
| 2.              | Luis Marques Pinto                    | 87 | CDN    | <b>1:51.96</b>  | 2.              | Rui Filipe Costa                      | 91 | VSC    | <b>1:56.29</b>  |
| 3.              | Cesar Fernando Faria                  | 90 | ADBA   | <b>1:52.04</b>  | 3.              | Luis Emanuel Vaz                      | 91 | GDNVNF | <b>1:56.57</b>  |
| 50m Mariposa    |                                       |    |        | Seniores        | 50m Mariposa    |                                       |    |        | Juniores        |
| 1.              | Simao Gomes Morgado                   | 79 | CNA    | <b>24.03</b>    | 1.              | Carlos Filipe Santos                  | 91 | FCP/IB | <b>25.60</b>    |
| 2.              | Diogo Filipe Carvalho                 | 88 | CGA    | <b>24.13</b>    | 2.              | Miguel Silva Oliveira                 | 91 | CNAC   | <b>26.09</b>    |
| 3.              | Tiago Andre Venancio                  | 87 | PDEM   | <b>24.83</b>    | 3.              | Luis Pedro Estanislau                 | 91 | LDC    | <b>26.50</b>    |
| 200m Bruços     |                                       |    |        | Seniores        | 200m Bruços     |                                       |    |        | Juniores        |
| 1.              | Henrique Pereira Neiva                | 84 | CFV    | <b>2:20.31</b>  | 1.              | Pedro Miguel Agostinho                | 92 | SLB    | <b>2:24.20</b>  |
| 2.              | Ricardo Jose Varela                   | 89 | CNS    | <b>2:22.50</b>  | 2.              | Sergio Baptista Silva                 | 91 | FCP/IB | <b>2:30.28</b>  |
| 3.              | Pedro Miguel Pinotes                  | 89 | SCP    | <b>2:25.72</b>  | 3.              | Miguel Aragao Santos                  | 91 | CFV    | <b>2:30.48</b>  |
| 4 x 50m Livres  |                                       |    |        | Seniores        | 4 x 50m Livres  |                                       |    |        | Juniores        |
| 1.              | Benfica-MASC-SEN                      |    | SLB    | <b>1:35.53</b>  | 1.              | Porto/Império Bonança-MASC-JUN/FCP/IB |    |        | <b>1:36.69</b>  |
| 2.              | Amadora-MASC-SEN                      |    | CNA    | <b>1:35.61</b>  | 2.              | Amadora-MASC-JUN                      |    | CNA    | <b>1:42.19</b>  |
| 3.              | Braga-MASC-SEN                        |    | SCB    | <b>1:38.48</b>  | 3.              | Vitória de Guimarães-MASC-JUN/SC      |    |        | <b>1:42.40</b>  |
| 1500m Livres    |                                       |    |        | Seniores        | 1500m Livres    |                                       |    |        | Juniores        |
| 1.              | Paulo Fragueiro Franco                | 82 | CDN    | <b>15:49.81</b> | 1.              | Rui Filipe Costa                      | 91 | VSC    | <b>16:00.17</b> |
| 2.              | Arseniy Lavrentyev                    | 83 | SAD    | <b>16:17.20</b> | 2.              | Luis Emanuel Vaz                      | 91 | GDNVNF | <b>16:17.00</b> |
| 3.              | Daniel Ricardo Viegas                 | 83 | CNA    | <b>16:20.49</b> | 3.              | Andre Filipe Lopes                    | 92 | AAC    | <b>16:39.03</b> |
| 200m Costas     |                                       |    |        | Seniores        | 200m Costas     |                                       |    |        | Juniores        |
| 1.              | Adriano Miguel Niz                    | 86 | INDANP | <b>2:04.01</b>  | 1.              | Alexis Manacas Santos                 | 92 | SCP    | <b>2:06.71</b>  |
| 2.              | Mario Joao Costa                      | 90 | GDNVNF | <b>2:09.04</b>  | 2.              | Samuel Patricio Queiros               | 91 | FCP/IB | <b>2:10.45</b>  |
| 3.              | Oscar Ramos Melim                     | 86 | CDN    | <b>2:09.61</b>  | 3.              | Ricardo Ferreira Cotovio              | 91 | SCP    | <b>2:10.76</b>  |
| 4 x 100m Livres |                                       |    |        | Seniores        | 4 x 100m Livres |                                       |    |        | Juniores        |
| 1.              | Porto/Império Bonança-MASC-SEN/FCP/IB |    |        | <b>3:30.02</b>  | 1.              | Porto/Império Bonança-MASC-JUN/FCP/IB |    |        | <b>3:34.25</b>  |
| 2.              | Amadora-MASC-SEN                      |    | CNA    | <b>3:32.63</b>  | 2.              | Sporting-MASC-JUN                     |    | SCP    | <b>3:41.93</b>  |
| 3.              | Louletano/Habipro-MASC-SEN            |    | LDC    | <b>3:33.45</b>  | 3.              | Vitória de Guimarães-MASC-JUN/SC      |    |        | <b>3:44.32</b>  |
| 200m Mariposa   |                                       |    |        | Seniores        | 200m Mariposa   |                                       |    |        | Juniores        |
| 1.              | Diogo Filipe Carvalho                 | 88 | CGA    | <b>1:58.07</b>  | 1.              | Miguel Silva Oliveira                 | 91 | CNAC   | <b>2:07.27</b>  |
| 2.              | Nuno Goncalo Quintanilha              | 87 | LDC    | <b>2:02.11</b>  | 2.              | Luis Pedro Estanislau                 | 91 | LDC    | <b>2:08.20</b>  |
| 3.              | Igor Guterres Carvalho                | 88 | CFV    | <b>2:05.15</b>  | 3.              | Joao Paulo Ribeiro                    | 92 | ADBA   | <b>2:10.44</b>  |
| 100m Costas     |                                       |    |        | Seniores        | 100m Costas     |                                       |    |        | Juniores        |
| 1.              | Adriano Miguel Niz                    | 86 | INDANP | <b>57.23</b>    | 1.              | Alexis Manacas Santos                 | 92 | SCP    | <b>58.19</b>    |
| 2.              | Joao Silva Gigante                    | 88 | SLB    | <b>59.18</b>    | 2.              | Carlos Filipe Santos                  | 91 | FCP/IB | <b>59.46</b>    |
| 3.              | Daniel Aparicio Pereira               | 83 | SCB    | <b>59.51</b>    | 3.              | Ricardo Ferreira Cotovio              | 91 | SCP    | <b>1:00.74</b>  |
| 400m Livres     |                                       |    |        | Seniores        | 400m Livres     |                                       |    |        | Juniores        |
| 1.              | Jorge Manuel Maia                     | 89 | GDNVNF | <b>3:56.79</b>  | 1.              | Jose Joao Goncalves                   | 91 | LSC    | <b>4:04.90</b>  |
| 2.              | Fabio Manuel Pereira                  | 86 | CFV    | <b>3:57.01</b>  | 2.              | Rui Filipe Costa                      | 91 | VSC    | <b>4:07.60</b>  |
| 3.              | Pedro Fontoura Oliveira               | 90 | CFB    | <b>3:58.57</b>  | 3.              | Luis Emanuel Vaz                      | 91 | GDNVNF | <b>4:10.63</b>  |

Campeonatos Nacionais de Juniores e Seniores PL  
Lisboa, 27. - 29.3.2009

| 4 x 50m Estilos |                                |        |        | Seniores       | 4 x 50m Estilos |                                  |        |        | Juniores       |
|-----------------|--------------------------------|--------|--------|----------------|-----------------|----------------------------------|--------|--------|----------------|
| 1.              | Amadora-MASC-SEN               | CNA    |        | <b>1:46.00</b> | 1.              | Porto/Império Bonança-MASC-JUN   | FCP/IB |        | <b>1:48.60</b> |
| 2.              | Braga-MASC-SEN                 | SCB    |        | <b>1:47.28</b> | 2.              | Sporting-MASC-JUN                | SCP    |        | <b>1:49.81</b> |
| 3.              | Vilacondense-MASC-SEN          | CFV    |        | <b>1:47.65</b> | 3.              | Vitória de Guimarães-MASC-JUN/SC |        |        | <b>1:54.62</b> |
| 3.              | Porto/Império Bonança-MASC-SEN | FCP/IB |        | <b>1:47.65</b> |                 |                                  |        |        |                |
| 400m Estilos    |                                |        |        | Seniores       | 400m Estilos    |                                  |        |        | Juniores       |
| 1.              | Diogo Filipe Carvalho          | 88     | CGA    | <b>4:19.54</b> | 1.              | Miguel Silva Oliveira            | 91     | CNAC   | <b>4:36.44</b> |
| 2.              | Pedro Miguel Pinotes           | 89     | SCP    | <b>4:31.74</b> | 2.              | Alexis Manacas Santos            | 92     | SCP    | <b>4:42.17</b> |
| 3.              | Ricardo Amorim Rego            | 84     | SCB    | <b>4:37.15</b> | 3.              | Rui Filipe Vilar                 | 91     | FCP/IB | <b>4:45.93</b> |
| 50m Livres      |                                |        |        | Seniores       | 50m Livres      |                                  |        |        | Juniores       |
| 1.              | A. Agostinho                   | 86     | PORTIN | <b>22.44</b>   | 1.              | Carlos Filipe Santos             | 91     | FCP/IB | <b>23.93</b>   |
| 2.              | Paulo Jorge Santos             | 89     | FCP/IB | <b>22.71</b>   | 2.              | Pedro Miguel Agostinho           | 92     | SLB    | <b>23.98</b>   |
| 3.              | Joao Filipe Carvalho           | 87     | FCP/IB | <b>23.41</b>   | 3.              | Pedro Miguel Pedras              | 91     | CNA    | <b>24.95</b>   |
| 100m Bruços     |                                |        |        | Seniores       | 100m Bruços     |                                  |        |        | Juniores       |
| 1.              | Henrique Pereira Neiva         | 84     | CFV    | <b>1:05.07</b> | 1.              | Andre Miguel Silva               | 91     | PDEM   | <b>1:04.20</b> |
| 2.              | Ricardo Jose Varela            | 89     | CNS    | <b>1:05.85</b> | 2.              | Ricardo Ribeiro Silva            | 92     | CFV    | <b>1:05.71</b> |
| 3.              | Jaime Marques Duarte           | 87     | CNA    | <b>1:06.83</b> | 3.              | Pedro Miguel Agostinho           | 92     | SLB    | <b>1:05.81</b> |
| 4 x 200m Livres |                                |        |        | Seniores       | 4 x 200m Livres |                                  |        |        | Juniores       |
| 1.              | Vilacondense-MASC-SEN          | CFV    |        | <b>7:40.07</b> | 1.              | Porto/Império Bonança-MASC-JUN   | FCP/IB |        | <b>8:01.57</b> |
| 2.              | Nacional-MASC-SEN              | CDN    |        | <b>7:43.38</b> | 2.              | Sporting-MASC-JUN                | SCP    |        | <b>8:06.60</b> |
| 3.              | Famalicão-MASC-SEN             | GDNVNF |        | <b>7:44.44</b> | 3.              | Vitória de Guimarães-MASC-JUN/SC |        |        | <b>8:11.70</b> |
| 200m Estilos    |                                |        |        | Seniores       | 200m Estilos    |                                  |        |        | Juniores       |
| 1.              | Diogo Filipe Carvalho          | 88     | CGA    | <b>2:01.08</b> | 1.              | Miguel Silva Oliveira            | 91     | CNAC   | <b>2:10.02</b> |
| 2.              | Adriano Miguel Niz             | 86     | INDANP | <b>2:06.72</b> | 2.              | Alexis Manacas Santos            | 92     | SCP    | <b>2:10.56</b> |
| 3.              | Pedro Miguel Pinotes           | 89     | SCP    | <b>2:07.92</b> | 3.              | Rui Filipe Vilar                 | 91     | FCP/IB | <b>2:10.88</b> |
| 50m Bruços      |                                |        |        | Seniores       | 50m Bruços      |                                  |        |        | Juniores       |
| 1.              | Rui Manuel Ribeiro             | 82     | SCB    | <b>29.59</b>   | 1.              | Andre Miguel Silva               | 91     | PDEM   | <b>29.67</b>   |
| 2.              | Henrique Pereira Neiva         | 84     | CFV    | <b>29.75</b>   | 2.              | Pedro Miguel Agostinho           | 92     | SLB    | <b>30.44</b>   |
| 3.              | Ricardo Jose Varela            | 89     | CNS    | <b>30.16</b>   | 3.              | Ricardo Ribeiro Silva            | 92     | CFV    | <b>30.60</b>   |
| 100m Livres     |                                |        |        | Seniores       | 100m Livres     |                                  |        |        | Juniores       |
| 1.              | A. Agostinho                   | 86     | PORTIN | <b>49.66</b>   | 1.              | Luis Emanuel Vaz                 | 91     | GDNVNF | <b>52.79</b>   |
| 2.              | Paulo Jorge Santos             | 89     | FCP/IB | <b>51.20</b>   | 2.              | Carlos Filipe Santos             | 91     | FCP/IB | <b>52.93</b>   |
| 3.              | Tiago Andre Venancio           | 87     | PDEM   | <b>51.22</b>   | 3.              | Jose Joao Goncalves              | 91     | LSC    | <b>53.56</b>   |
| 100m Mariposa   |                                |        |        | Seniores       | 100m Mariposa   |                                  |        |        | Juniores       |
| 1.              | Diogo Filipe Carvalho          | 88     | CGA    | <b>52.42</b>   | 1.              | Miguel Silva Oliveira            | 91     | CNAC   | <b>57.00</b>   |
| 2.              | Tiago Andre Venancio           | 87     | PDEM   | <b>54.38</b>   | 2.              | Joao Paulo Ribeiro               | 92     | ADBA   | <b>58.30</b>   |
| 3.              | Simao Gomes Morgado            | 79     | CNA    | <b>54.97</b>   | 3.              | Luis Pedro Estanislau            | 91     | LDC    | <b>58.54</b>   |
| 50m Costas      |                                |        |        | Seniores       | 50m Costas      |                                  |        |        | Juniores       |
| 1.              | Adriano Miguel Niz             | 86     | INDANP | <b>26.87</b>   | 1.              | Alexis Manacas Santos            | 92     | SCP    | <b>27.72</b>   |
| 2.              | Bruno Gama Freitas             | 82     | SFUAP  | <b>27.60</b>   | 2.              | Carlos Filipe Santos             | 91     | FCP/IB | <b>28.02</b>   |
| 3.              | Joao Silva Gigante             | 88     | SLB    | <b>27.79</b>   | 3.              | Ricardo Ferreira Cotovio         | 91     | SCP    | <b>28.45</b>   |



Campeonatos Nacionais de Juniores e Seniores PL  
Lisboa, 27. - 29.3.2009

| 800m Livres      |                            |     |                | Seniores       | 800m Livres      |                                |        |                | Juniores       |
|------------------|----------------------------|-----|----------------|----------------|------------------|--------------------------------|--------|----------------|----------------|
| 1.               | Fabio Manuel Pereira       | 86  | CFV            | <b>8:16.50</b> | 1.               | Rui Filipe Costa               | 91     | VSC            | <b>8:22.54</b> |
| 2.               | Pedro Fontoura Oliveira    | 90  | CFB            | <b>8:16.55</b> | 2.               | Jose Joao Goncalves            | 91     | LSC            | <b>8:29.08</b> |
| 3.               | Paulo Fragueiro Franco     | 82  | CDN            | <b>8:19.51</b> | 3.               | Luis Emanuel Vaz               | 91     | GDNVNF         | <b>8:41.26</b> |
| 4 x 100m Estilos |                            |     |                | Seniores       | 4 x 100m Estilos |                                |        |                | Juniores       |
| 1.               | Amadora-MASC-SEN           | CNA | <b>3:50.98</b> |                | 1.               | Porto/Império Bonança-MASC-JUN | ACP/IB | <b>3:58.51</b> |                |
| 2.               | Vilacondense-MASC-SEN      | CFV | <b>3:55.15</b> |                | 2.               | Sporting-MASC-JUN              | SCP    | <b>4:02.13</b> |                |
| 3.               | Louletano/Habipro-MASC-SEN | LDC | <b>3:56.96</b> |                | 3.               | Vilacondense-MASC-JUN          | CFV    | <b>4:10.86</b> |                |

Campeonatos Nacionais de Juniores e Seniores PL  
Lisboa, 27. - 29.3.2009

Medalhados por Prova, Femin.

Todas as provas

| 800m Livres     |                                     |    |        | Seniores       | 800m Livres     |                              |       |        | Juniores       |
|-----------------|-------------------------------------|----|--------|----------------|-----------------|------------------------------|-------|--------|----------------|
| 1.              | Vania Soares Neves                  | 90 | VNC    | <b>9:03.24</b> | 1.              | Joana Filipa Santos          | 93    | VSC    | <b>9:07.03</b> |
| 2.              | Ana Catarina Gomes                  | 91 | SFUAP  | <b>9:27.25</b> | 2.              | Maria Miguel Veloso          | 93    | CNAC   | <b>9:11.06</b> |
| 3.              | Lara Santana Pinheiro               | 92 | CFB    | <b>9:27.26</b> | 3.              | Marta Alexandra Saraiva      | 93    | SFUAP  | <b>9:25.06</b> |
| 50m Mariposa    |                                     |    |        | Seniores       | 50m Mariposa    |                              |       |        | Juniores       |
| 1.              | Fabiola Rodrigues                   | 83 | LDC    | <b>28.97</b>   | 1.              | Sara Francisco Cruz          | 93    | ADBA   | <b>28.55</b>   |
| 2.              | Renata Lopes Amaral                 | 87 | SFUAP  | <b>29.03</b>   | 2.              | Sofia Pavao Machado          | 94    | CNPD   | <b>29.11</b>   |
| 2.              | Patricia Vilas Conceicao            | 85 | CNA    | <b>29.03</b>   | 3.              | Filipa Vilas Tiago           | 94    | SCP    | <b>29.12</b>   |
| 200m Bruços     |                                     |    |        | Seniores       | 200m Bruços     |                              |       |        | Juniores       |
| 1.              | Nadia Moraes Vieira                 | 90 | GESL   | <b>2:37.24</b> | 1.              | Ana Pinho Rodrigues          | 94    | AEJ    | <b>2:38.68</b> |
| 2.              | Ana Teresa Franco                   | 91 | SCP    | <b>2:37.85</b> | 2.              | Gabriela Oliveira Andrade    | 94    | CNAC   | <b>2:42.82</b> |
| 3.              | Ana Rita Ismael                     | 92 | LDC    | <b>2:39.06</b> | 3.              | Maria Carolina Rosa          | 94    | SCP    | <b>2:46.64</b> |
| 4 x 50m Livres  |                                     |    |        | Seniores       | 4 x 50m Livres  |                              |       |        | Juniores       |
| 1.              | Porto/Império Bonança-FEM-SENFCP/IB |    |        | <b>1:46.99</b> | 1.              | Sporting-FEM-JUN             | SCP   |        | <b>1:49.70</b> |
| 2.              | Louletano/Habipro-FEM-SEN           |    | LDC    | <b>1:53.30</b> | 2.              | União Piedense-FEM-JUN       | SFUAP |        | <b>1:55.74</b> |
| 3.              | Náutico/Matobra-FEM-SEN             |    | CNAC   | <b>1:55.30</b> | 3.              | Vitória de Guimarães-FEM-JUN | VSC   |        | <b>1:57.85</b> |
| 100m Livres     |                                     |    |        | Seniores       | 100m Livres     |                              |       |        | Juniores       |
| 1.              | Sara Beatriz Loureiro               | 87 | FCP/IB | <b>57.49</b>   | 1.              | Sara Francisco Cruz          | 93    | ADBA   | <b>59.32</b>   |
| 2.              | Patricia Vilas Conceicao            | 85 | CNA    | <b>57.79</b>   | 2.              | Joana Aguiar Rodrigues       | 93    | FCP/IB | <b>59.42</b>   |
| 3.              | Maria Joao Does                     | 88 | SCP    | <b>57.80</b>   | 3.              | Maria Carolina Rosa          | 94    | SCP    | <b>59.43</b>   |
| 200m Costas     |                                     |    |        | Seniores       | 200m Costas     |                              |       |        | Juniores       |
| 1.              | Marta Vieira Marinho                | 91 | FCP/IB | <b>2:20.46</b> | 1.              | Mara Lisboa e Silva          | 93    | ADBA   | <b>2:22.89</b> |
| 2.              | Marta Pereira Abreu                 | 92 | CNFA   | <b>2:22.04</b> | 2.              | Susana Correia Oliveira      | 94    | CFB    | <b>2:26.40</b> |
| 3.              | Filipa Mendes Pinheiro              | 92 | EDV    | <b>2:26.26</b> | 3.              | Ana Raquel Miranda           | 94    | SFUAP  | <b>2:26.99</b> |
| 4 x 200m Livres |                                     |    |        | Seniores       | 4 x 200m Livres |                              |       |        | Juniores       |
| 1.              | Porto/Império Bonança-FEM-SENFCP/IB |    |        | <b>8:32.72</b> | 1.              | Sporting-FEM-JUN             | SCP   |        | <b>8:59.17</b> |
| 2.              | Náutico/Matobra-FEM-SEN             |    | CNAC   | <b>9:01.55</b> | 2.              | União Piedense-FEM-JUN       | SFUAP |        | <b>9:08.62</b> |
| 3.              | Geslours-FEM-SEN                    |    | GESL   | <b>9:04.74</b> | 3.              | Belenenses-FEM-JUN           | CFB   |        | <b>9:10.17</b> |
| 50m Livres      |                                     |    |        | Seniores       | 50m Livres      |                              |       |        | Juniores       |
| 1.              | Patricia Vilas Conceicao            | 85 | CNA    | <b>26.00</b>   | 1.              | Ana Pinho Rodrigues          | 94    | AEJ    | <b>27.39</b>   |
| 2.              | Sara Beatriz Loureiro               | 87 | FCP/IB | <b>26.64</b>   | 2.              | Sofia Pavao Machado          | 94    | CNPD   | <b>27.66</b>   |
| 3.              | Maria Joao Does                     | 88 | SCP    | <b>27.11</b>   | 3.              | Joana Aguiar Rodrigues       | 93    | FCP/IB | <b>27.77</b>   |
| 100m Costas     |                                     |    |        | Seniores       | 100m Costas     |                              |       |        | Juniores       |
| 1.              | Maria Joao Does                     | 88 | SCP    | <b>1:05.74</b> | 1.              | Susana Correia Oliveira      | 94    | CFB    | <b>1:06.45</b> |
| 2.              | Marta Vieira Marinho                | 91 | FCP/IB | <b>1:06.11</b> | 2.              | Patricia Isabel Oliveira     | 94    | LSC    | <b>1:07.20</b> |
| 3.              | Marta Pereira Abreu                 | 92 | CNFA   | <b>1:06.83</b> | 3.              | Mara Lisboa e Silva          | 93    | ADBA   | <b>1:08.16</b> |
| 400m Estilos    |                                     |    |        | Seniores       | 400m Estilos    |                              |       |        | Juniores       |
| 1.              | Nadia Moraes Vieira                 | 90 | GESL   | <b>4:57.94</b> | 1.              | Diana Ramos Rocha            | 94    | VNC    | <b>5:06.32</b> |
| 2.              | Soraia Vanessa Ribeiro              | 92 | CFV    | <b>5:09.76</b> | 2.              | Maria Miguel Veloso          | 93    | CNAC   | <b>5:07.76</b> |
| 3.              | Lara Santana Pinheiro               | 92 | CFB    | <b>5:10.84</b> | 3.              | Angelica Maria Andre         | 94    | LSC    | <b>5:18.92</b> |

Campeonatos Nacionais de Juniores e Seniores PL  
Lisboa, 27. - 29.3.2009

| 4 x 50m Estilos |                               |        |        | Seniores        | 4 x 50m Estilos |                               |       |        | Juniores        |
|-----------------|-------------------------------|--------|--------|-----------------|-----------------|-------------------------------|-------|--------|-----------------|
| 1.              | Porto/Império Bonança-FEM-SEN | FCP/IB |        | <b>1:59.80</b>  | 1.              | Sporting-FEM-JUN              | SCP   |        | <b>2:03.69</b>  |
| 2.              | Benfica-FEM-SEN               | SLB    |        | <b>2:06.60</b>  | 2.              | União Piedense-FEM-JUN        | SFUAP |        | <b>2:08.51</b>  |
| 3.              | Vilacondense-FEM-SEN          | CFV    |        | <b>2:06.74</b>  | 3.              | Colégio Vasco da Gama-FEM-JUN | CNCVG |        | <b>2:09.75</b>  |
| 400m Livres     |                               |        |        | Seniores        | 400m Livres     |                               |       |        | Juniores        |
| 1.              | Vania Soares Neves            | 90     | VNC    | <b>4:23.88</b>  | 1.              | Maria Miguel Veloso           | 93    | CNAC   | <b>4:25.69</b>  |
| 2.              | Ana Ribeiro Ferreira          | 92     | GDNVNF | <b>4:29.24</b>  | 2.              | Joana Aguiar Rodrigues        | 93    | FCP/IB | <b>4:25.92</b>  |
| 3.              | Soraia Vanessa Ribeiro        | 92     | CFV    | <b>4:32.45</b>  | 3.              | Joana Filipa Santos           | 93    | VSC    | <b>4:28.84</b>  |
| 200m Mariposa   |                               |        |        | Seniores        | 200m Mariposa   |                               |       |        | Juniores        |
| 1.              | Filipa Ferreira Silva         | 85     | CNA    | <b>2:19.47</b>  | 1.              | Sara Francisco Cruz           | 93    | ADBA   | <b>2:17.60</b>  |
| 2.              | Isabel Alves Lopes            | 92     | CNCVG  | <b>2:22.11</b>  | 2.              | Ana Catarina Monteiro         | 93    | CFV    | <b>2:22.03</b>  |
| 3.              | Ana Beatriz Pereira           | 91     | LDC    | <b>2:22.21</b>  | 3.              | Ana Raquel Miranda            | 94    | SFUAP  | <b>2:28.64</b>  |
| 100m Bruços     |                               |        |        | Seniores        | 100m Bruços     |                               |       |        | Juniores        |
| 1.              | Joana Catarina Carvalho       | 92     | FCP/IB | <b>1:11.86</b>  | 1.              | Ana Pinho Rodrigues           | 94    | AEJ    | <b>1:13.95</b>  |
| 2.              | Ana Teresa Franco             | 91     | SCP    | <b>1:13.56</b>  | 2.              | Gabriela Oliveira Andrade     | 94    | CNAC   | <b>1:15.82</b>  |
| 3.              | Fabiana Maria Quintal         | 84     | CDN    | <b>1:14.67</b>  | 3.              | Maria Carolina Rosa           | 94    | SCP    | <b>1:16.30</b>  |
| 4 x 100m Livres |                               |        |        | Seniores        | 4 x 100m Livres |                               |       |        | Juniores        |
| 1.              | Porto/Império Bonança-FEM-SEN | FCP/IB |        | <b>3:54.88</b>  | 1.              | Sporting-FEM-JUN              | SCP   |        | <b>4:04.41</b>  |
| 2.              | Louletano/Habipro-FEM-SEN     | LDC    |        | <b>4:08.39</b>  | 2.              | União Piedense-FEM-JUN        | SFUAP |        | <b>4:10.98</b>  |
| 3.              | Náutico/Matobra-FEM-SEN       | CNAC   |        | <b>4:11.99</b>  | 3.              | Belenenses-FEM-JUN            | CFB   |        | <b>4:11.28</b>  |
| 200m Estilos    |                               |        |        | Seniores        | 200m Estilos    |                               |       |        | Juniores        |
| 1.              | Filipa Ferreira Silva         | 85     | CNA    | <b>2:22.17</b>  | 1.              | Diana Ramos Rocha             | 94    | VNC    | <b>2:25.59</b>  |
| 2.              | Nadia Morais Vieira           | 90     | GESL   | <b>2:23.71</b>  | 2.              | Maria Carolina Rosa           | 94    | SCP    | <b>2:27.03</b>  |
| 3.              | Marta Pereira Abreu           | 92     | CNFA   | <b>2:23.87</b>  | 3.              | Mara Lisboa e Silva           | 93    | ADBA   | <b>2:30.76</b>  |
| 50m Bruços      |                               |        |        | Seniores        | 50m Bruços      |                               |       |        | Juniores        |
| 1.              | Ana Marisa Brito              | 90     | SLB    | <b>32.69</b>    | 1.              | Ana Pinho Rodrigues           | 94    | AEJ    | <b>33.40</b>    |
| 2.              | Joana Catarina Carvalho       | 92     | FCP/IB | <b>32.76</b>    | 2.              | Gabriela Oliveira Andrade     | 94    | CNAC   | <b>35.33</b>    |
| 3.              | Ana Teresa Franco             | 91     | SCP    | <b>34.31</b>    | 3.              | Diana Patricia Ferreira       | 94    | GESP   | <b>36.32</b>    |
| 1500m Livres    |                               |        |        | Seniores        | 1500m Livres    |                               |       |        | Juniores        |
| 1.              | Vania Soares Neves            | 90     | VNC    | <b>17:34.57</b> | 1.              | Maria Miguel Veloso           | 93    | CNAC   | <b>17:28.67</b> |
| 2.              | Lara Santana Pinheiro         | 92     | CFB    | <b>17:53.71</b> | 2.              | Gilberta Cristina Barbosa     | 93    | FOCA   | <b>17:49.04</b> |
| 3.              | Daniela Filipa Pinto          | 91     | VSC    | <b>18:11.48</b> | 3.              | Marta Alexandra Saraiva       | 93    | SFUAP  | <b>17:55.56</b> |
| 100m Mariposa   |                               |        |        | Seniores        | 100m Mariposa   |                               |       |        | Juniores        |
| 1.              | Filipa Ferreira Silva         | 85     | CNA    | <b>1:02.19</b>  | 1.              | Sara Francisco Cruz           | 93    | ADBA   | <b>1:01.89</b>  |
| 2.              | Soraia Vanessa Ribeiro        | 92     | CFV    | <b>1:04.86</b>  | 2.              | Filipa Vilas Tiago            | 94    | SCP    | <b>1:03.57</b>  |
| 3.              | Nadia Morais Vieira           | 90     | GESL   | <b>1:05.52</b>  | 3.              | Sofia Pavao Machado           | 94    | CNPD   | <b>1:05.71</b>  |
| 50m Costas      |                               |        |        | Seniores        | 50m Costas      |                               |       |        | Juniores        |
| 1.              | Marta Vieira Marinho          | 91     | FCP/IB | <b>31.04</b>    | 1.              | Sofia Pavao Machado           | 94    | CNPD   | <b>31.34</b>    |
| 2.              | Maria Joao Does               | 88     | SCP    | <b>31.15</b>    | 2.              | Susana Correia Oliveira       | 94    | CFB    | <b>31.44</b>    |
| 3.              | Renata Lopes Amaral           | 87     | SFUAP  | <b>31.21</b>    | 3.              | Patricia Isabel Oliveira      | 94    | LSC    | <b>31.52</b>    |

Campeonatos Nacionais de Juniores e Seniores PL  
Lisboa, 27. - 29.3.2009

| 200m Livres      |                               |        |        | Seniores       | 200m Livres      |                               |       |        | Juniores       |
|------------------|-------------------------------|--------|--------|----------------|------------------|-------------------------------|-------|--------|----------------|
| 1.               | Sara Beatriz Loureiro         | 87     | FCP/IB | <b>2:04.21</b> | 1.               | Joana Aguiar Rodrigues        | 93    | FCP/IB | <b>2:07.09</b> |
| 2.               | Maria Joao Does               | 88     | SCP    | <b>2:05.61</b> | 2.               | Marisa Alexandra Lage         | 94    | VNC    | <b>2:09.60</b> |
| 3.               | Ana Ribeiro Ferreira          | 92     | GDNVNF | <b>2:07.26</b> | 3.               | Maria Miguel Veloso           | 93    | CNAC   | <b>2:10.40</b> |
| 4 x 100m Estilos |                               |        |        | Seniores       | 4 x 100m Estilos |                               |       |        | Juniores       |
| 1.               | Porto/Império Bonança-FEM-SEN | FCP/IB |        | <b>4:27.43</b> | 1.               | Sporting-FEM-JUN              | SCP   |        | <b>4:32.37</b> |
| 2.               | Geslours-FEM-SEN              | GESL   |        | <b>4:37.70</b> | 2.               | União Piedense-FEM-JUN        | SFUAP |        | <b>4:37.86</b> |
| 3.               | Vilacondense-FEM-SEN          | CFV    |        | <b>4:39.26</b> | 3.               | Colégio Vasco da Gama-FEM-JUN | CNCVG |        | <b>4:43.75</b> |