

| Prova 16 | Femin., 4 x 100m Estilos | | | | | Absolutos |
|--------------------|--------------------------|-----------------------------------|-----|-----------------------|------------|------------|
| 26-11-2021 - 12:00 | | | | | | Resultados |
| RN25 Absoluto | 4:06.14 | Futebol Clube do Porto/Dolce Vita | FCP | S. António Cavaleiros | 19-12-2009 | |
| RN25 Sen | 4:06.14 | Futebol Clube do Porto/Dolce Vita | FCP | S. António Cavaleiros | 19-12-2009 | |
| RN25 Jun | 4:15.24 | Sport Alges e Dafundo | SAD | Felgueiras | 21-12-2018 | |

Pontos: FINA 2021

| Lugar | | | Clube | Tempo Final | TReac | FINA | PARA |
|-----------------|------------------------------|-------------|-----------------------------------|----------------|--------------|------------|------|
| Seniores | | | | | | | |
| 1. | Sporting-SEN | | Sporting | 4:14.53 | +0,67 | 686 | |
| | FRISCHKNECHT Rita Barros | +0,67 30.03 | 1:02.28 HENRIQUES Ines Jacinto | +0,49 28.76 | 1:02.43 | | |
| | CERDEIRA Madalena Reis | +0,47 33.59 | 1:11.54 MOURA Maria Ferreira | +0,63 27.96 | 58.28 | | |
| 2. | Porto-SEN | | Porto | 4:17.07 | +1,03 | 666 | |
| | RAMOS Ana Rita | +1,03 30.75 | 1:04.24 SILVA Leonor Santos | +0,37 29.09 | 1:04.02 | | |
| | FIAL Sofia Nunes | +0,23 33.40 | 1:11.78 OLIVEIRA Rosa Maria | +0,45 27.46 | 57.03 | | |
| 3. | Vitoria Guimaraes-SEN | | Vitoria Guimaraes | 4:24.38 | +0,53 | 612 | |
| | ALMEIDA Catarina Isabel | +0,53 32.44 | 1:08.50 FERNANDES Filipa Viamonte | +0,27 29.49 | 1:03.93 | | |
| | CASTRO Maria Freitas | +0,36 33.84 | 1:13.02 FERNANDES Ana Ines | +0,26 27.83 | 58.93 | | |
| 4. | Belenenses-SEN | | Belenenses | 4:25.96 | +0,63 | 601 | |
| | RODRIGUES Luana Correia | +0,63 32.64 | 1:07.50 MATOS Ana Rita | +0,22 30.33 | 1:06.65 | | |
| | RODRIGUES Lidiana Correia | +0,25 33.61 | 1:11.93 PIMENTA Margarida Sobral | +0,30 28.35 | 59.88 | | |
| DNS | Natacao de Lisboa-SEN | | Natacao de Lisboa | | | | |
| DNS | Benfica-SEN | | Benfica | | | | |

Juniores

| | | | | | | | |
|----|-------------------------------|-------------|------------------------------------|----------------|--------------|------------|--|
| 1. | Galitos / Bresimar-JUN | | Galitos / Bresimar | 4:18.50 | +1,28 | 655 | |
| | FERNANDES Carolina Miranda | +1,28 31.08 | 1:04.41 ALMEIDA Maria Carolina | +0,21 28.22 | 1:00.89 | | |
| | VASCONCELOS Lara Rodrigues | +0,24 33.83 | 1:13.80 SOARES Miriam Mortagua | +0,11 27.93 | 59.40 | | |
| 2. | Alges-JUN | | Alges | 4:22.62 | +0,63 | 624 | |
| | MAGALHAES Luana Cardoso | +0,63 32.26 | 1:07.79 FERREIRA Francisca Santos | +0,29 29.06 | 1:03.17 | | |
| | ANTUNES Rebeca Leonor | +0,55 34.19 | 1:14.24 PIRES Marta Joao | +0,43 27.50 | 57.42 | | |
| 3. | Sporting-JUN | | Sporting | 4:24.79 | +0,60 | 609 | |
| | REIS Erica Cristina | +0,60 31.82 | 1:05.85 CATALAO Leonor Tavares | +0,32 29.52 | 1:04.67 | | |
| | NUNES Margarida Domingues | +0,52 34.39 | 1:13.42 GOMES Carolina Fonseca | +0,39 28.95 | 1:00.85 | | |
| 4. | Benfica-JUN | | Benfica | 4:33.35 | +0,71 | 554 | |
| | VENTURA Barbara Cunha | +0,71 33.57 | 1:10.65 ANDRE Isadora Maia | +0,42 31.88 | 1:07.34 | | |
| | LOPES Matilde Nunes | +0,37 36.08 | 1:16.84 COELHO Maria Leonor | +0,17 28.12 | 58.52 | | |
| 5. | Ba-Leiria-JUN | | Ba-Leiria | 4:36.53 | +1,88 | 535 | |
| | DINIS Filipa Paiva | +1,88 33.07 | 1:08.83 LAGOA Carlota Macedo | +0,12 30.57 | 1:07.16 | | |
| | ALVES Maria Madalena | +0,03 35.91 | 1:18.17 FROIS Maria Francisca | +0,29 29.25 | 1:02.37 | | |
| 6. | Viana Natacao-JUN | | Viana Natacao | 4:37.77 | +0,64 | 528 | |
| | RIGOR Maria Miguel | +0,64 33.70 | 1:10.40 BROCHADO Mariana Goncalves | +0,71 32.05 | 1:08.28 | | |
| | SILVA Maria Seixeira | +0,38 35.72 | 1:15.47 ROCHA Liliana Lima | +0,44 29.81 | 1:03.62 | | |