

Prova 30 09/07/2023	Femin., 400m Livres				25 anos e mais velhos Startlist	
RN A(25-29)	4:57.88	Carolina Santos Silva	CNMAIA	Eindhoven (NED)	02/09/2013	
RN B(30-34)	4:39.43	Ana Paula Grilo	INATEL	Riccione (ITA)	20/06/2003	
RN C(35-39)	4:35.74	Ana Paula Grilo	UDCA	Stanford (USA)	10/08/2006	
RN D(40-44)	5:02.98	Susana Clara Gomes	CNF	Gwangju (KOR)	18/08/2019	
RN E(45-49)	5:24.65	Patricia Diogenes Pereira	SAD	Coimbra	17/01/2016	
RN F(50-54)	5:30.55	Ines Maria Rothes	CFP	S. Joao da Madeira	07/07/2023	
RN G(55-59)	5:48.63	Elena Nikolaevna Kraeva	ADRCIMM	Loulé	10/07/2016	
RN H(60-64)	6:14.83	Ana Maria Ferreira	SAD	Riccione (ITA)	16/06/2012	
RN I(65-69)	6:27.98	Ana Maria Ferreira	SAD	Famalicão	09/07/2017	
RN J(70-74)	6:40.16	Ana Maria Ferreira	SAD	Póvoa de Varzim	22/02/2020	
RN K(75-79)	7:44.23	Luisa Bessone Basto	SAD	Reguengos de Monsaraz	19/07/2019	
RN L(80-84)	59:00.00	start				
RN M(85-89)	59:00.00					

Pista	Nome	NFed	Ano	Cat	Clube	Tempo	Tp inscrição
<u>Série 1 de 11</u>							
1							
2							
3	Marilia Laura Silva	131783	52	Esc J	Fluvial Portuense	10:35.93	___:___:___
4	Isabel Maria Costa	214948	75	Esc E	Naval de Ponta Delgada	9:44.80	___:___:___
5							
6							
7							
8							

<u>Série 2 de 11</u>							
1	Delfina Maria Martins	117387	66	Esc G	Ginasio de Santo Tirso	9:07.01	___:___:___
2	Andreia Azevedo Almeida	206080	86	Esc C	Palmela Desporto	8:59.60	___:___:___
3	Manuela Ribeiro Pereira	211409	71	Esc F	Ba-Leiria	8:45.00	___:___:___
4							
5	Maria Alexandra Dias	219156	65	Esc G	Fluvial Portuense	8:30.00	___:___:___
6	Joana Isabel Leite	130666	80	Esc D	Fluvial Portuense	8:53.42	___:___:___
7	Helena Maria Cardoso	205207	66	Esc G	Fluvial Portuense	9:04.70	___:___:___
8	Rosa Maria Cardoso	216582	56	Esc I	Fluvial Portuense	9:42.53	___:___:___

<u>Série 3 de 11</u>							
1	Maria Lurdes Sousa	153305	74	Esc E	Desportiva de Viana	8:06.87	___:___:___
2	Maria Paula Santos	215339	71	Esc F	Natacao de Valongo	7:58.07	___:___:___
3	Sara Gomes Henriques	215210	85	Esc C	Natacao de Valongo	7:50.00	___:___:___
4	Marcia Silva Nunes	122495	75	Esc E	Lagoa AC	7:49.55	___:___:___
5	Carla Sofia Sequeira	128169	75	Esc E	Colegio Monte Maior	7:49.72	___:___:___
6	Susana Maria Soares	26158	70	Esc F	Natacao de Valongo	7:52.84	___:___:___
7	Claudia Maria Matias	209789	72	Esc F	Lagoa AC	8:03.78	___:___:___
8	Ana Luisa Garcia	214120	70	Esc F	Leixoes	8:10.46	___:___:___

Prova 30, Femin., 400m Livres

Série 4 de 11

1	Maria Luisa Oliveira	11731	61	Esc H	Academica de Coimbra	7:41.45	___:___:___
2	Maria Manuela Neto	102090	62	Esc H	Natacao da Maia	7:32.97	___:___:___
3	Mirley Teresinha Santos	207695	64	Esc G	Sporting de Espinho	7:27.52	___:___:___
4	Joana Matos Nora	217778	80	Esc D	Porto	7:22.26	___:___:___
5	Maria Goncalves Vasconcelos	130670	64	Esc G	Masters de Almada	7:26.05	___:___:___
6	Ana Maria Martins	123246	79	Esc D	Sporting de Aveiro	7:28.20	___:___:___
7	Maria Madalena Caninas	108658	63	Esc H	Masters de Almada	7:40.04	___:___:___
8	Cristina Nicoleta Lipciuc	215964	73	Esc F	Braga	7:48.88	___:___:___

Série 5 de 11

1	Vanessa Mendes Inacio	215618	80	Esc D	Obidos	7:17.67	___:___:___
2	Maria Teresa Oliveira	10538	57	Esc I	Academica de Coimbra	7:16.91	___:___:___
3	Catarina Matias Marcelino	127055	96	Esc A	Grandola Sports	7:01.14	___:___:___
4							
5	Maria Claudia Osorio	219153	64	Esc G	Fluvial Portuense	7:00.00	___:___:___
6	Maria Azucena Canora Marin	214254	60	Esc H	Leixoes	7:04.28	___:___:___
7							
8	Ana Claudia Gomes	215283	76	Esc E	Academica de Coimbra	7:17.99	___:___:___

Série 6 de 11

1	Rita Cabral Guimaraes	104341	64	Esc G	Fluvial Portuense	6:57.86	___:___:___
2	Sofia Margarida Silva	207298	83	Esc D	Litoral Alentejano	6:54.49	___:___:___
3	Patricia Rodrigues Cabrita	212352	92	Esc B	CLAC-Entroncamento	6:50.59	___:___:___
4	Maria Santos Fernandes	105263	62	Esc H	Leixoes	6:48.41	___:___:___
5	Alexia Alves Fernandes	201754	96	Esc A	Natacao de Valongo	6:49.09	___:___:___
6	Isabel Carolina Neves	202850	80	Esc D	Fluvial Portuense	6:52.39	___:___:___
7	Maria Manuela Ferreira	130114	70	Esc F	Vitoria Guimaraes	6:56.93	___:___:___
8	Ana Paula Sequeira	124853	68	Esc G	Gafanha da Encarnacao	6:58.26	___:___:___

Série 7 de 11

1	Marta Pimentel Cavaco	101630	94	Esc A	Lagoa AC	6:47.76	___:___:___
2	Francisca Isabel Goncalves	218666	98	Esc A	Fluvial Portuense	6:45.00	___:___:___
3	Ana Paula Goncalves	215679	65	Esc G	Masters de Almada	6:39.90	___:___:___
4	Ana Raquel Silva	104584	96	Esc A	Vilacondense	6:36.10	___:___:___
5							
6	Ana Maria Ferreira	100434	50	Esc J	Alges	6:40.16	___:___:___
7	Catarina Carmo Fialho	212612	92	Esc B	Colegio Monte Maior	6:46.07	___:___:___
8	Maria Margarida Urbano	11355	63	Esc H	Academica de Coimbra	6:47.84	___:___:___

Série 8 de 11

1	Sara Filipa Cortez	215343	81	Esc D	Masters de Almada	6:29.18	___:___:___
2	Maria Fernanda Goncalves	117412	66	Esc G	Porto	6:20.93	___:___:___
3	Laurelin Lucinda Molen	210456	87	Esc C	CCDSerta	6:18.90	___:___:___
4	Ana Mafalda Oliveira	23193	81	Esc D	Natacao da Maia	6:12.40	___:___:___
5	Maria Luz Paramio	206727	76	Esc E	Naval de Ponta Delgada	6:15.46	___:___:___
6	Marta Isabel Jordao	15630	91	Esc B	Famalicao	6:19.94	___:___:___
7	Daniela Maria Palhares	209005	71	Esc F	Fluvial Portuense	6:27.69	___:___:___
8	Catarina Bayer Castro	127874	73	Esc F	Fluvial Portuense	6:30.00	___:___:___

Prova 30, Femin., 400m Livres

Série 9 de 11

1	Patricia Alexandra Marques	15143	87	Esc C	Leixoes	6:06.16	___:___:___
2	Lina Orrego Arenas	211228	84	Esc C	Porto	6:05.33	___:___:___
3	Marta Sofia Costa	206938	71	Esc F	Individual ANNP	6:01.75	___:___:___
4	Silvia Claudia Melo	15709	91	Esc B	Porto	5:59.99	___:___:___
5	Mariana Sarmento Rebocho	103405	84	Esc C	Fluvial Portuense	6:00.00	___:___:___
6	Sara Daniela Rodrigues	12281	87	Esc C	Galitos / Bresimar	6:05.01	___:___:___
7	Ana Sofia Silva	206942	78	Esc E	Fluvial Portuense	6:06.14	___:___:___
8	Ana DAlte Guedes	121739	80	Esc D	Leixoes	6:07.53	___:___:___

Série 10 de 11

1	Miriam Rodrigues Santos	14552	91	Esc B	Masters de Almada	5:53.65	___:___:___
2	Maria Teresa Brandao	108037	69	Esc F	Fluvial Portuense	5:51.43	___:___:___
3	Isabel Baptista Ferreira	119605	67	Esc G	Colegio Monte Maior	5:38.05	___:___:___
4	Irina Filipa Lousa	102467	95	Esc A	Porto	5:33.32	___:___:___
5	Carla Santa Barbara	118948	75	Esc E	Porto	5:37.49	___:___:___
6	Joana Manuel Freitas	23323	78	Esc E	Fluvial Portuense	5:45.00	___:___:___
7	Solange Ramalho Pereira	101900	90	Esc B	Lisboa PoolSharks	5:53.39	___:___:___
8	Carla Patricia Telo	133411	71	Esc F	Naval do Funchal	5:57.02	___:___:___

Série 11 de 11

1	Gisela Barbosa Coutinho	211764	75	Esc E	Fluvial Portuense	5:30.17	___:___:___
2	Joana Aguiar Rodrigues	15401	93	Esc B	Porto	5:22.00	___:___:___
3	Alexandra Sofia Monteiro	15415	92	Esc B	Vila DEste/Gaia	5:14.24	___:___:___
4	Joana Isabel Alves	130453	88	Esc C	Individual ANNP	5:07.85	___:___:___
5	Raquel Fernandes Santos	111454	98	Esc A	Masters de Almada	5:13.91	___:___:___
6	Maria Manuela Fonseca	105769	85	Esc C	Leixoes	5:21.67	___:___:___
7	Flavia Daniela Goncalves	26907	96	Esc A	Sporting Caminha	5:26.57	___:___:___
8	Ines Maria Rothés	124731	73	Esc F	Fluvial Portuense	5:31.19	___:___:___