

## RN A(25-29)

### Masc., Esc A

#### Livres

50m	23.12	Agostinho Alexandre Escudier	86	POR	PORTIN	05-07-2015	Loulé
100m	53.22	Pinto Luis Marques	87	POR	CNF	04-07-2015	Loulé
200m	1:56.22	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	12-08-2015	Kazan (RUS)
400m	4:12.44	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	16-08-2015	Kazan (RUS)
800m	8:56.75	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	03-07-2015	Loulé
1500m	17:25.70	Bessa Antonio Rafael	94	POR	CAP	23-02-2019	Póvoa de Varzim

#### Costas

50m	27.66	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	16-08-2015	Kazan (RUS)
100m	58.23	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	15-08-2015	Kazan (RUS)
200m	2:06.30	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	11-08-2015	Kazan (RUS)

#### Bruços

50m	30.16	Silva Sergio Baptista	91	POR	FCP	10-06-2017	Porto
100m	1:07.54	Silva Sergio Baptista	91	POR	FCP	08-07-2017	Famalicão
200m	2:33.13	Amaral Hugo Alexandre	87	POR	PORTIN	05-07-2015	Loulé

#### Mariposa

50m	25.35	Santos Carlos Filipe	91	POR	FCP	10-06-2017	Porto
100m	58.67	Carneiro Ivo Emanuel	84	POR	CNVR	21-06-2009	Coimbra
200m	2:13.15	Pereira Fabio Manuel	86	POR	CFV	03-07-2011	Oeiras

#### Estilos

200m	2:09.68	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	04-07-2015	Loulé
400m	4:47.39	Goncalves Andre Bras	88	POR	CFB	03-07-2015	Loulé

### Femin., Esc A

#### Livres

50m	28.63	Cardoso Elsa Manuela	86	POR	AAC	03-07-2011	Oeiras
100m	1:02.87	Cardoso Elsa Manuela	86	POR	AAC	02-07-2011	Oeiras
200m	2:19.00	Rodrigues Joana Aguiar	93	POR	FCP	13-07-2018	Loulé
400m	4:57.88	Silva Carolina Santos	86	POR	CNMAIA	02-09-2013	Eindhoven (NED)
800m	10:12.96	Leite Ana Filipa	86	POR	AAC	01-07-2011	Oeiras
1500m	19:28.13	Silva Carolina Santos	86	POR	CNMAIA	18-04-2015	Coimbra

#### Costas

50m	33.03	Reis Joana Filipa	81	POR	SAD	31-05-2008	Faro
100m	1:11.46	Reis Joana Filipa	81	POR	SAD	31-05-2008	Faro
200m	2:38.06	Silva Carolina Santos	86	POR	CNMAIA	04-07-2015	Loulé

#### Bruços

50m	34.03	Figueira Isabel Maria	79	POR	CNFA	13-07-2008	Coimbra
100m	1:16.76	Figueira Isabel Maria	79	POR	CNFA	13-07-2008	Coimbra
200m	2:43.10	Maia Joana Marques	91	POR	INDANP	08-07-2016	Loulé

#### Mariposa

50m	30.29	Cardoso Elsa Manuela	86	POR	AAC	02-07-2011	Oeiras
100m	1:07.54	Cardoso Elsa Manuela	86	POR	AAC	03-07-2011	Oeiras
200m	2:30.97	Silva Carolina Santos	86	POR	CNMAIA	08-08-2014	Montreal (CAN)

#### Estilos

200m	2:37.60	Silva Carolina Santos	86	POR	CNMAIA	03-07-2015	Loulé
400m	5:37.84	Silva Carolina Santos	86	POR	CNMAIA	04-07-2015	Loulé

## RN B(30-34)

### Masc., Esc B

#### Livres

50m	23.76	Agostinho Alexandre Escudier	86	POR	PORTIN	10-07-2016	Loulé
100m	52.75	Pedroso Ricardo Conceicao	77	POR	ESJB	18-09-2009	Cádiz (ESP)
200m	1:55.26	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	26-05-2016	London (GBR)
400m	4:10.56	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	27-05-2016	London (GBR)
800m	8:53.01	Silva Pedro Miguel	76	POR	CFV	20-06-2009	Coimbra

### Piscina longa (50m)

1500m	17:17.76	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNFAMA	23-02-2019	Póvoa de Varzim
<b>Costas</b>							
50m	27.63	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	09-07-2016	Loulé
100m	59.22	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	08-07-2016	Loulé
200m	2:07.34	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	28-05-2016	London (GBR)
<b>Bruços</b>							
50m	30.67	Monteiro Bruno Daniel	88	POR	LSC	15-07-2018	Loulé
100m	1:08.32	Monteiro Bruno Daniel	88	POR	LSC	14-07-2018	Loulé
200m	2:38.19	Monteiro Bruno Daniel	88	POR	LSC	13-07-2018	Loulé
<b>Mariposa</b>							
50m	25.96	Venancio Tiago Andre	87	POR	AONDA	15-07-2018	Loulé
100m	56.79	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	09-07-2016	Loulé
200m	2:14.91	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	09-07-2017	Famalicão
<b>Estilos</b>							
200m	2:14.92	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	08-07-2017	Famalicão
400m	5:03.79	Niz Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	07-07-2017	Famalicão
<b>Femin., Esc B</b>							
<b>Livres</b>							
50m	27.86	Sevieri Tatiana Gama	84	POR	FCP	09-07-2016	Loulé
100m	1:00.05	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	29-08-2003	Millau (FRA)
200m	2:10.97	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	27-08-2003	Millau (FRA)
400m	4:39.43	Grilo Ana Paula	69	POR	INATEL	20-06-2003	Riccione (ITA)
800m	9:37.05	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	26-08-2003	Millau (FRA)
1500m	19:08.25	Silva Carolina Santos	86	POR	GCST	23-02-2019	Póvoa de Varzim
<b>Costas</b>							
50m	33.12	Sevieri Tatiana Gama	84	POR	FCP	10-07-2016	Loulé
100m	1:12.83	Silva Carolina Santos	86	POR	CPN	13-07-2018	Loulé
200m	2:39.01	Silva Carolina Santos	86	POR	CPN	14-07-2018	Loulé
<b>Bruços</b>							
50m	33.66	Figueira Isabel Maria	79	POR	CNFA	16-09-2009	Cádiz (ESP)
100m	1:14.95	Figueira Isabel Maria	79	POR	CNFA	17-09-2009	Cádiz (ESP)
200m	2:46.92	Figueira Isabel Maria	79	POR	CNFA	19-09-2009	Cadiz (ESP)
<b>Mariposa</b>							
50m	29.43	Oliveira Sara Freitas	85	POR	FCP	04-07-2015	Loulé
100m	1:08.46	Silva Carolina Santos	86	POR	CPN	15-07-2018	Loulé
200m	2:30.59	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	28-08-2003	Millau (FRA)
<b>Estilos</b>							
200m	2:31.14	Sevieri Tatiana Gama	84	POR	FCP	08-07-2016	Loulé
400m	5:32.55	Vieira Rubina Capitao	80	POR	CDN	03-07-2011	Oeiras

**Piscina longa (50m)**

**RN C(35-39)**

<b>Masc., Esc C</b>							
<b>Livres</b>							
50m	24.98	Silva Pedro Nuno	77	POR	SAD	04-07-2015	Loulé
100m	53.53	Silva Pedro Miguel	76	POR	CFV	03-07-2011	Oeiras
200m	1:59.68	Silva Pedro Miguel	76	POR	CFV	02-07-2011	Oeiras
400m	4:24.85	Silva Pedro Miguel	76	POR	CFV	02-07-2011	Oeiras
800m	9:06.02	Silva Pedro Miguel	76	POR	CFV	01-07-2011	Oeiras
1500m	19:16.66	Couras Ivan Mauricio	81	POR	CFP	23-02-2019	Póvoa de Varzim
<b>Costas</b>							
50m	28.38	Laurentino Nuno Filipe	75	POR	SAD	03-07-2011	Oeiras
100m	1:02.75	Pedroso Ricardo Conceicao	77	POR	SAD	15-06-2012	Riccione (ITA)
200m	2:16.11	Carvalho Mario Moura	78	POR	FCP	15-08-2017	Budapeste (HUN)
<b>Bruços</b>							
50m	30.79	Ribeiro Rui Manuel	82	POR	ADF	07-07-2017	Famalicão
100m	1:11.63	Silva Pedro Nuno	77	POR	SAD	04-07-2015	Loulé
200m	2:43.03	Costa Rodrigo Marques	76	POR	CNLA	05-07-2015	Loulé

<b>Mariposa</b>							
50m	26.70	Cabrita Miguel Mendonca	74	POR	SAD	20-06-2009	Coimbra
100m	58.85	Cabrita Miguel Mendonca	74	POR	SAD	21-06-2009	Coimbra
200m	2:21.44	Cabrita Miguel Mendonca	74	POR	SAD	03-07-2011	Oeiras
<b>Estilos</b>							
200m	2:24.14	Cabrita Miguel Mendonca	74	POR	SAD	03-07-2011	Oeiras
400m	5:17.22	Nunes Rodolfo Pereira	73	POR	GESP	12-06-2012	Riccione (ITA)
<b>Femin., Esc C</b>							
<b>Livres</b>							
50m	28.70	Figueira Isabel Maria	79	POR	CNFA	14-07-2018	Loulé
100m	1:01.66	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	04-06-2004	Riccione (ITA)
200m	2:10.77	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	06-08-2006	Stanford (USA)
400m	4:35.74	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	10-08-2006	Stanford (USA)
800m	9:30.91	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	04-08-2006	Stanford (USA)
1500m	18:50.82	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	03-03-2006	Swansea (GBR)
<b>Costas</b>							
50m	34.31	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	11-03-2006	Rio Maior
100m	1:15.41	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	21-05-2005	Funchal
200m	2:43.59	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	03-03-2006	Swansea (GBR)
<b>Bruços</b>							
50m	33.88	Figueira Isabel Maria	79	POR	CNFA	14-07-2018	Loulé
100m	1:16.61	Figueira Isabel Maria	79	POR	CNFA	15-07-2018	Loulé
200m	2:57.34	Figueira Isabel Maria	79	POR	LDC	04-07-2014	Évora
<b>Mariposa</b>							
50m	31.67	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	11-03-2006	Rio Maior
100m	1:10.44	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	07-01-2006	Coimbra
200m	2:27.36	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	09-08-2006	Stanford (USA)
<b>Estilos</b>							
200m	2:33.55	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	07-01-2006	Coimbra
400m	5:22.50	Grilo Ana Paula	69	POR	UDCA	06-08-2006	Stanford (USA)

## RN D(40-44)

<b>Masc., Esc D</b>							
<b>Livres</b>							
50m	25.21	Machado Miguel Alexandre	75	POR	CFP	08-06-2018	Plymouth (GBR)
100m	55.85	Machado Miguel Alexandre	75	POR	INDANP	15-08-2017	Budapeste (HUN)
200m	2:06.98	Cabrita Miguel Mendonca	74	POR	SAD	06-07-2014	Évora
400m	4:33.43	Cabrita Miguel Mendonca	74	POR	SAD	05-07-2014	Évora
800m	9:44.98	Costa Rodrigo Marques	76	POR	CNLA	14-08-2017	Budapeste (HUN)
1500m	19:06.20	Costa Rodrigo Marques	76	POR	CNLA	24-02-2018	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	28.24	Laurentino Nuno Filipe	75	POR	SAD	04-07-2015	Loulé
100m	1:02.92	Carvalho Mario Moura	78	POR	FCP	15-07-2018	Loulé
200m	2:19.50	Carvalho Mario Moura	78	POR	FCP	15-07-2018	Loulé
<b>Bruços</b>							
50m	31.53	Nunes Rodolfo Pereira	73	POR	GESP	06-08-2014	Montreal (CAN)
100m	1:09.26	Rosario Vasco Jorge	76	POR	SAD	09-07-2016	Loulé
200m	2:34.20	Rosario Vasco Jorge	76	POR	SAD	10-07-2016	Loulé
<b>Mariposa</b>							
50m	27.59	Faria Jorge Eduardo	64	POR	SAD	31-05-2008	Faro
100m	1:01.92	Cabrita Miguel Mendonca	74	POR	SAD	05-07-2014	Évora
200m	2:25.31	Carvalho Paulo Paula	61	POR	SFP	05-07-2001	Palma Maiorca (ESP)
<b>Estilos</b>							
200m	2:18.46	Laurentino Nuno Filipe	75	POR	SAD	04-07-2015	Loulé
400m	5:16.30	Nunes Rodolfo Pereira	73	POR	GESP	05-08-2014	Montreal (CAN)
<b>Femin., Esc D</b>							
<b>Livres</b>							
50m	28.75	Gomes Susana Clara	77	POR	CNF	17-08-2017	Budapeste (HUN)

100m	1:02.53	Gomes Susana Clara	77	POR	CNF	15-08-2017	Budapeste (HUN)
200m	2:22.69	Barbara Carla Santa	75	POR	FCP	08-07-2017	Famalicão
400m	5:04.18	Gomes Susana Clara	77	POR	CNF	15-07-2018	Loulé
800m	10:27.37	Grilo Ana Paula	69	POR	INDALEN	01-07-2011	Oeiras
1500m	20:45.77	Rothes Ines Maria	73	POR	CFP	20-02-2016	Rio Maior
<b>Costas</b>							
50m	34.98	Sousa Natacha Alexandra	72	POR	CFP	05-07-2015	Loulé
100m	1:18.32	Sousa Natacha Alexandra	72	POR	CFP	04-07-2015	Loulé
200m	2:46.56	Grilo Ana Paula	69	POR	INDALEN	02-07-2011	Oeiras
<b>Bruços</b>							
50m	37.49	Gomes Susana Clara	77	POR	CNF	14-07-2018	Loulé
100m	1:27.43	Alves Catarina Andrade	78	POR	CDN	15-07-2018	Loulé
200m	3:08.75	Alves Catarina Andrade	78	POR	CDN	13-07-2018	Loulé
<b>Mariposa</b>							
50m	29.95	Gomes Susana Clara	77	POR	CNF	16-08-2017	Budapeste (HUN)
100m	1:07.63	Gomes Susana Clara	77	POR	CNF	03-09-2018	Kranj (SLO)
200m	2:42.94	Grilo Ana Paula	69	POR	INDALEN	04-07-2010	Reguengos de Monsaraz
<b>Estilos</b>							
200m	2:35.59	Gomes Susana Clara	77	POR	CNF	13-07-2018	Loulé
400m	5:43.88	Grilo Ana Paula	69	POR	INDALEN	03-07-2011	Oeiras

## RN E(45-49)

<b>Masc., Esc E</b>							<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	25.95	Faria Jorge Eduardo	64	POR	SAD	21-06-2009	Coimbra
100m	57.23	Faria Jorge Eduardo	64	POR	SAD	20-06-2009	Coimbra
200m	2:06.94	Freitas Jose Carlos	63	POR	CFP	02-08-2010	Gotemburgo (SWE)
400m	4:27.36	Freitas Jose Carlos	63	POR	CFP	06-08-2010	Gotemburgo (SWE)
800m	9:11.17	Freitas Jose Carlos	63	POR	CFP	01-07-2011	Oeiras
1500m	20:02.29	Carvalho Paulo Paula	61	POR	UDCA	16-06-2006	Manchester (GBR)
<b>Costas</b>							
50m	29.45	Faria Jorge Viegas	64	POR	SAD	17-09-2009	Cádiz (ESP)
100m	1:03.15	Faria Jorge Viegas	64	POR	SAD	19-09-2009	Cádiz (ESP)
200m	2:22.03	Faria Jorge Viegas	64	POR	SAD	18-09-2009	Cádiz (ESP)
<b>Bruços</b>							
50m	32.93	Nunes Rodolfo Pereira	73	POR	CAP	15-07-2018	Loulé
100m	1:14.98	Testagrossa Jean Alexandre	71	POR	FSL	27-05-2016	London (GBR)
200m	2:44.19	Duarte Jose Samuel	65	POR	SCP	30-06-2012	Reguengos de Monsaraz
<b>Mariposa</b>							
50m	27.19	Faria Jorge Viegas	64	POR	SAD	18-09-2009	Cádiz (ESP)
100m	59.97	Faria Jorge Viegas	64	POR	SAD	16-09-2009	Cádiz (ESP)
200m	2:25.12	Carvalho Paulo Paula	61	POR	EMDS	20-06-2009	Coimbra
<b>Estilos</b>							
200m	2:31.78	Nunes Rodolfo Pereira	73	POR	CAP	14-07-2018	Loulé
400m	5:28.81	Freitas Jose Carlos	63	POR	CFP	02-07-2011	Oeiras
<b>Femin., Esc E</b>							<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	30.11	Sousa Natacha Alexandra	72	POR	CFP	08-07-2017	Famalicão
100m	1:06.97	Sousa Natacha Alexandra	72	POR	CFP	09-07-2017	Famalicão
200m	2:34.80	Rothes Ines Maria	73	POR	CFP	13-07-2018	Loulé
400m	5:24.65	Pereira Patricia Diogenes	69	POR	SAD	17-01-2016	Coimbra
800m	11:08.06	Grilo Ana Paula	69	POR	NDCO	08-03-2014	Swansea (GBR)
1500m	20:49.12	Grilo Ana Paula	69	POR	NDCO	08-03-2014	Swansea (GBR)
<b>Costas</b>							
50m	34.82	Sousa Natacha Alexandra	72	POR	CFP	09-07-2017	Famalicão
100m	1:17.40	Rezende Monica Anjos	69	POR	CAC	08-07-2016	Loulé
200m	2:51.24	Sousa Natacha Alexandra	72	POR	CFP	08-07-2017	Famalicão

<b>Bruços</b>							
50m	41.22	Galhardo Amelia Ponte	64	POR	CCDCML	16-09-2009	Cádiz (ESP)
100m	1:30.47	Galhardo Amelia Ponte	64	POR	CCDCML	17-09-2009	Cádiz (ESP)
200m	3:22.77	Galhardo Amelia Ponte	64	POR	CCDCML	19-09-2009	Cádiz (ESP)
<b>Mariposa</b>							
50m	32.53	Gamonal Elena Alarcon	61	POR	CNFA	20-06-2009	Coimbra
100m	1:16.03	Arantes Joana Isabel	72	POR	CMBCP	15-07-2018	Loulé
200m	2:59.52	Arantes Joana Isabel	72	POR	CMBCP	15-07-2018	Loulé
<b>Estilos</b>							
200m	2:52.78	Pereira Patricia Diogenes	69	POR	SAD	17-01-2016	Coimbra
400m	6:09.33	Grilo Ana Paula	69	POR	NDCO	09-03-2014	Swansea (GBR)

## RN F(50-54)

<b>Masc., Esc F</b>							<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	26.12	Faria Jorge Eduardo	64	POR	SAD	13-08-2015	Kazan (RUS)
100m	56.86	Faria Jorge Eduardo	64	POR	SAD	04-08-2014	Montreal (CAN)
200m	2:07.64	Freitas Jose Carlos	63	POR	CFP	05-08-2014	Montreal (CAN)
400m	4:28.97	Freitas Jose Carlos	63	POR	CFP	16-08-2015	Kazan (RUS)
800m	9:16.56	Freitas Jose Carlos	63	POR	CFP	03-08-2014	Montreal (CAN)
1500m	17:51.93	Freitas Jose Carlos	63	POR	CFP	18-04-2015	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	30.32	Faria Jorge Eduardo	64	POR	SAD	09-08-2014	Montreal (CAN)
100m	1:05.58	Faria Jorge Eduardo	64	POR	SAD	08-08-2014	Montreal (CAN)
200m	2:41.32	Carvalho Paulo Paula	61	POR	SFUAP	30-06-2013	Loulé
<b>Bruços</b>							
50m	33.94	Duarte Jose Samuel	65	POR	SCP	07-07-2017	Famalicão
100m	1:15.96	Duarte Jose Samuel	65	POR	SCP	08-07-2017	Famalicão
200m	2:47.07	Duarte Jose Samuel	65	POR	SCP	09-07-2017	Famalicão
<b>Mariposa</b>							
50m	27.55	Faria Jorge Eduardo	64	POR	SAD	12-08-2015	Kazan (RUS)
100m	1:01.46	Faria Jorge Eduardo	64	POR	SAD	06-08-2014	Montreal (CAN)
200m	2:27.29	Carvalho Paulo Paula	61	POR	SFUAP	01-06-2008	Vila Franca de Xira
<b>Estilos</b>							
200m	2:35.07	Freitas Jose Carlos	63	POR	CFP	05-08-2013	Turim (ITA)
400m	5:36.42	Carvalho Paulo Paula	61	POR	SFUAP	03-07-2015	Loulé
<b>Femin., Esc F</b>							<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	31.66	Gamonal Elena Alarcon	61	POR	CNFA	05-07-2014	Évora
100m	1:08.42	Gamonal Elena Alarcon	61	POR	CNFA	02-07-2011	Oeiras
200m	2:35.40	Ferreira Isabel Baptista	67	POR	ADRCIMM	08-07-2017	Famalicão
400m	5:43.18	Kraeva Elena Nikolaevna	61	POR	ADRCIMM	01-07-2012	Reguengos de Monsaraz
800m	11:38.03	Kraeva Elena Nikolaevna	61	POR	CIMM	01-07-2011	Oeiras
1500m	22:09.11	Ferreira Isabel Baptista	67	POR	ADRCIMM	24-02-2018	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	35.56	Ferreira Isabel Baptista	67	POR	ADRCIMM	09-07-2017	Famalicão
100m	1:19.99	Ferreira Isabel Baptista	67	POR	ADRCIMM	07-07-2017	Famalicão
200m	2:55.96	Kraeva Elena Nikolaevna	61	POR	ADRCIMM	30-06-2012	Reguengos de Monsaraz
<b>Bruços</b>							
50m	42.36	Carmo Maria Helena	66	POR	SAD	14-07-2018	Loulé
100m	1:33.19	Carmo Maria Helena	66	POR	SAD	25-06-2017	Setúbal
200m	3:21.73	Carmo Maria Helena	66	POR	SAD	13-07-2018	Loulé
<b>Mariposa</b>							
50m	33.80	Gamonal Elena Alarcon	61	POR	CNFA	02-07-2011	Oeiras
100m	1:28.32	Cunha Eugenia Maria	62	POR	AAC	01-07-2012	Reguengos de Monsaraz
200m	3:36.10	Cunha Eugenia Maria	62	POR	AAC	30-06-2012	Reguengos de Monsaraz
<b>Estilos</b>							
200m	3:03.07	Carmo Maria Helena	66	POR	SAD	13-07-2018	Loulé

400m 6:45.18 Kraeva Elena Nikolaevna 61 POR CIMM 03-07-2011 Oeiras

## RN G(55-59)

### Masc., Esc G

### Piscina longa (50m)

#### Livres

50m	28.12	Freitas Jose Carlos	63	POR	CFP	15-07-2018	Loulé
100m	1:00.73	Freitas Jose Carlos	63	POR	CFP	14-07-2018	Loulé
200m	2:09.87	Freitas Jose Carlos	63	POR	CFP	13-07-2018	Loulé
400m	4:34.69	Freitas Jose Carlos	63	POR	CFP	14-07-2018	Loulé
800m	9:23.23	Freitas Jose Carlos	63	POR	CFP	13-07-2018	Loulé
1500m	18:05.10	Freitas Jose Carlos	63	POR	CFP	24-02-2018	Coimbra

#### Costas

50m	34.28	Carvalho Paulo Paula	61	POR	SFUAP	09-07-2016	Loulé
100m	1:16.68	Carvalho Paulo Paula	61	POR	SFUAP	10-07-2016	Loulé
200m	2:45.57	Carvalho Paulo Paula	61	POR	SFUAP	17-01-2016	Coimbra

#### Bruços

50m	36.81	Lobo Nuno Silva	63	POR	CFP	15-07-2018	Loulé
100m	1:27.89	Silva Jose Santos	57	POR	CNMAIA	05-07-2014	Évora
200m	3:18.09	Silva Jose Santos	57	POR	CNMAIA	30-06-2012	Reguengos de Monsaraz

#### Mariposa

50m	31.05	Carvalho Paulo Paula	61	POR	SCP	14-07-2018	Loulé
100m	1:05.86	Carvalho Paulo Paula	61	POR	SCP	14-07-2018	Loulé
200m	2:34.23	Carvalho Paulo Paula	61	POR	SCP	19-08-2017	Budapeste (HUN)

#### Estilos

200m	2:41.75	Carvalho Paulo Paula	61	POR	SFUAP	09-07-2016	Loulé
400m	5:40.75	Carvalho Paulo Paula	61	POR	SCP	16-08-2017	Budapeste (HUN)

### Femin., Esc G

### Piscina longa (50m)

#### Livres

50m	32.17	Gamonal Elena Alarcon	61	POR	CNFA	09-07-2016	Loulé
100m	1:11.25	Gamonal Elena Alarcon	61	POR	CNFA	15-07-2018	Loulé
200m	2:46.49	Kraeva Elena Nikolaevna	61	POR	ADRCIMM	13-07-2018	Loulé
400m	5:48.63	Kraeva Elena Nikolaevna	61	POR	ADRCIMM	10-07-2016	Loulé
800m	11:40.48	Kraeva Elena Nikolaevna	61	POR	ADRCIMM	13-07-2018	Loulé
1500m	22:12.95	Kraeva Elena Nikolaevna	61	POR	ADRCIMM	24-02-2018	Coimbra

#### Costas

50m	38.22	Kraeva Elena Nikolaevna	61	POR	ADRCIMM	10-07-2016	Loulé
100m	1:21.63	Kraeva Elena Nikolaevna	61	POR	ADRCIMM	08-07-2016	Loulé
200m	2:58.11	Kraeva Elena Nikolaevna	61	POR	ADRCIMM	09-07-2016	Loulé

#### Bruços

50m	43.17	Relvas Ana Moura	56	POR	AAC	18-12-2011	Coimbra
100m	1:38.87	Andrade Maria Teresa	63	POR	FCP	15-07-2018	Loulé
200m	3:33.08	Andrade Maria Teresa	63	POR	FCP	13-07-2018	Loulé

#### Mariposa

50m	34.49	Gamonal Elena Alarcon	61	POR	CNFA	09-07-2016	Loulé
100m	1:35.39	Cunha Eugenia Maria	62	POR	AAC	15-07-2018	Loulé
200m	3:46.66	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	20-06-2009	Coimbra

#### Estilos

200m	3:00.54	Gamonal Elena Alarcon	61	POR	CNFA	08-07-2016	Loulé
400m	6:54.26	Kraeva Elena Nikolaevna	61	POR	ADRCIMM	08-07-2017	Famalicao

## RN H(60-64)

### Masc., Esc H

### Piscina longa (50m)

#### Livres

50m	30.77	Mavioso Vitor Manuel	56	POR	SAD	10-07-2016	Loulé
100m	1:07.44	Mavioso Vitor Manuel	56	POR	SAD	14-07-2018	Loulé
200m	2:28.64	Mavioso Vitor Manuel	56	POR	SAD	10-07-2016	Loulé

400m	5:23.91	Mavioso Vitor Manuel	56	POR	SAD	17-01-2016	Coimbra
800m	11:34.60	Mavioso Vitor Manuel	56	POR	SAD	13-07-2018	Loulé
1500m	22:04.34	Mavioso Vitor Manuel	56	POR	SAD	20-02-2016	Rio Maior
<b>Costas</b>							
50m	38.55	Madeira Luis Cavaleiro	57	POR	SAD	25-06-2017	Setúbal
100m	1:28.69	Madeira Luis Cavaleiro	57	POR	SAD	09-07-2017	Famalicao
200m	3:01.93	Mavioso Vitor Manuel	56	POR	SAD	08-07-2016	Loulé
<b>Bruços</b>							
50m	35.95	Silva Carlos Roberto	54	POR	SAD	08-07-2016	Loulé
100m	1:24.05	Silva Carlos Roberto	54	POR	SAD	09-07-2016	Loulé
200m	3:11.56	Silva Carlos Roberto	54	POR	SAD	10-07-2016	Loulé
<b>Mariposa</b>							
50m	32.59	Mavioso Vitor Manuel	56	POR	SAD	17-01-2016	Coimbra
100m	1:16.94	Mavioso Vitor Manuel	56	POR	SAD	09-07-2016	Loulé
200m	3:14.49	Mavioso Vitor Manuel	56	POR	SAD	10-07-2016	Loulé
<b>Estilos</b>							
200m	2:56.22	Mavioso Vitor Manuel	56	POR	SAD	14-07-2018	Loulé
400m	6:20.79	Mavioso Vitor Manuel	56	POR	SAD	08-07-2016	Loulé
<b>Femin., Esc H</b>							
<b>Livres</b>							
50m	36.34	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	21-01-2012	Coimbra
100m	1:21.86	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	29-06-2013	Loulé
200m	2:58.63	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	12-06-2012	Riccione (ITA)
400m	6:14.83	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	16-06-2012	Riccione (ITA)
800m	12:46.28	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	10-06-2012	Riccione (ITA)
1500m	30:39.54	Caeiro Ana Maria	59	POR	GAN	23-02-2019	Póvoa de Varzim
<b>Costas</b>							
50m	46.13	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	21-01-2012	Coimbra
100m	1:47.51	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	03-07-2010	Reguengos de Monsaraz
200m	3:49.06	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	30-06-2012	Reguengos de Monsaraz
<b>Bruços</b>							
50m	44.67	Relvas Ana Moura	56	POR	AAC	10-07-2016	Loulé
100m	1:43.78	Relvas Ana Moura	56	POR	AAC	09-07-2016	Loulé
200m	3:54.45	Relvas Ana Moura	56	POR	AAC	08-07-2016	Loulé
<b>Mariposa</b>							
50m	43.09	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	02-07-2011	Oeiras
100m	1:49.08	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	01-07-2012	Reguengos de Monsaraz
200m	3:52.49	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	02-07-2011	Oeiras
<b>Estilos</b>							
200m	3:35.11	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	15-01-2011	Coimbra
400m	7:52.39	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	30-06-2013	Loulé

**Piscina longa (50m)**

**RN I(65-69)**

<b>Masc., Esc I</b>							
<b>Livres</b>							
50m	31.97	Trabuco Antonio Jose	50	POR	SAD	30-06-2017	BADAJOS (ESP)
100m	42.24	Melo Mario Jorge	51	POR	ADRCIMM	10-07-2016	Loulé
200m	2:47.31	Dyson Stephen Thomas	47	POR	SAD	29-06-2013	Loulé
400m	5:51.59	Dyson Stephen Thomas	47	POR	INDANL	30-06-2012	Reguengos de Monsaraz
800m	12:04.30	Dyson Stephen Thomas	47	POR	INDANL	29-06-2012	Reguengos de Monsaraz
1500m	24:23.33	Dyson Stephen Thomas	47	POR	SAD	20-02-2016	Rio Maior
<b>Costas</b>							
50m	39.80	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	15-01-2011	Coimbra
100m	1:25.13	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	02-07-2011	Oeiras
200m	3:09.42	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	03-07-2011	Oeiras
<b>Bruços</b>							
50m	40.97	Freitas Joaquim Fidalgo	47	POR	AAC	29-06-2013	Loulé

**Piscina longa (50m)**

100m	1:34.04	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	03-07-2010	Reguengos de Monsaraz
200m	3:25.11	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	29-06-2013	Loulé
<b>Mariposa</b>							
50m	35.77	Dyson Stephen Thomas	47	POR	INDANL	01-07-2012	Reguengos de Monsaraz
100m	1:24.90	Bairrada Orlando Gomes	45	POR	ANE	04-07-2010	Reguengos de Monsaraz
200m	3:19.53	Bairrada Orlando Gomes	45	POR	ANE	03-07-2010	Reguengos de Monsaraz
<b>Estilos</b>							
200m	3:12.65	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	30-06-2013	Loulé
400m	6:57.05	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	29-06-2013	Loulé
<b>Femin., Esc I</b>							
<b>Livres</b>							
50m	37.44	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	09-07-2016	Loulé
100m	1:26.14	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	15-07-2018	Loulé
200m	3:06.74	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	26-05-2016	London (GBR)
400m	6:27.98	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	09-07-2017	Famalicão
800m	13:05.16	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	25-05-2016	London (GBR)
1500m	24:56.65	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	25-02-2017	Rio Maior
<b>Costas</b>							
50m	48.75	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	09-07-2017	Famalicão
100m	1:54.82	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	04-07-2015	Loulé
200m	3:52.93	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	04-07-2015	Loulé
<b>Bruços</b>							
50m	54.83	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	10-07-2016	Loulé
100m	2:03.43	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	17-01-2016	Coimbra
200m	4:16.63	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	17-01-2016	Coimbra
<b>Mariposa</b>							
50m	45.07	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	09-07-2016	Loulé
100m	1:48.90	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	05-07-2015	Loulé
200m	4:02.91	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	05-07-2015	Loulé
<b>Estilos</b>							
200m	3:42.15	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	08-07-2016	Loulé
400m	7:52.16	Ferreira Ana Maria	50	POR	SAD	04-07-2015	Loulé

**Piscina longa (50m)**

**RN J(70-74)**

<b>Masc., Esc J</b>							
<b>Livres</b>							
50m	32.55	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	10-07-2016	Loulé
100m	1:14.33	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	10-07-2016	Loulé
200m	2:47.60	Dyson Stephen Thomas	47	POR	SAD	16-08-2017	Budapeste (HUN)
400m	5:53.42	Dyson Stephen Thomas	47	POR	SAD	20-08-2017	Budapeste (HUN)
800m	12:08.51	Dyson Stephen Thomas	47	POR	SAD	14-08-2017	Budapeste (HUN)
1500m	24:35.68	Dyson Stephen Thomas	47	POR	SAD	23-02-2019	Póvoa de Varzim
<b>Costas</b>							
50m	41.30	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	27-05-2016	London (GBR)
100m	1:27.47	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	09-07-2016	Loulé
200m	3:07.68	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	28-05-2016	London (GBR)
<b>Bruços</b>							
50m	42.75	Freitas Joaquim Fidalgo	47	POR	AAC	15-07-2018	Loulé
100m	1:37.08	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	09-07-2016	Loulé
200m	3:33.87	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	05-07-2015	Loulé
<b>Mariposa</b>							
50m	37.87	Dyson Stephen Thomas	47	POR	SAD	15-07-2018	Loulé
100m	1:37.28	Bairrada Orlando Gomes	45	POR	SAD	26-05-2016	London (GBR)
200m	3:46.68	Bairrada Orlando Gomes	45	POR	SAD	27-05-2016	London (GBR)
<b>Estilos</b>							
200m	3:14.18	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	25-05-2016	London (GBR)
400m	6:59.74	Basto Antonio Bessone	45	POR	SAD	08-07-2016	Loulé



### Femin., Esc J

#### Livres

50m	43.92	Basto Luisa Bessone	44	POR	SAD	14-07-2018	Loulé
100m	1:38.09	Basto Luisa Bessone	44	POR	SAD	15-07-2018	Loulé
200m	3:32.74	Basto Luisa Bessone	44	POR	SAD	13-07-2018	Loulé
400m	7:38.23	Basto Luisa Bessone	44	POR	SAD	24-02-2018	Coimbra
800m	15:30.29	Basto Luisa Bessone	44	POR	SAD	24-02-2018	Coimbra
1500m	29:33.80	Basto Luisa Bessone	44	POR	SAD	24-02-2018	Coimbra

#### Costas

50m	55.01	Madeira Berta Maria	44	POR	SAD	04-07-2015	Loulé
100m	2:09.64	Graca Helena Prista	46	POR	SAD	08-07-2016	Loulé
200m	4:58.86	Sa Nair Gomes	39	POR	ANE	19-09-2009	Cádiz (ESP)

#### Bruços

50m	50.10	Basto Luisa Bessone	44	POR	SAD	20-08-2017	Budapeste (HUN)
100m	1:50.98	Basto Luisa Bessone	44	POR	SAD	15-08-2017	Budapeste (HUN)
200m	4:06.67	Basto Luisa Bessone	44	POR	SAD	19-08-2017	Budapeste (HUN)

#### Mariposa

50m	57.97	Basto Luisa Bessone	44	POR	SAD	08-07-2017	Famalicão
100m		start		POR			
200m		start		POR			

#### Estilos

200m	4:14.50	Basto Luisa Bessone	44	POR	SAD	08-07-2016	Loulé
400m		start		POR			

### RN K(75-79)

### Masc., Esc K

#### Livres

50m	40.59	Gomes Leonel Sousa	30	POR	SFP	11-03-2006	Rio Maior
100m	1:35.75	Rodrigues Antonio Alexandre	39	POR	AAC	05-07-2014	Évora
200m	3:49.52	Sacadura Jose Antonio	40	POR	SAD	10-07-2016	Loulé
400m	8:25.07	Rodrigues Antonio Alexandre	39	POR	AAC	09-07-2016	Loulé
800m	18:11.03	Rodrigues Antonio Alexandre	39	POR	AAC	04-07-2014	Évora
1500m	38:56.30	Rodrigues Antonio Alexandre	39	POR	AAC	24-02-2018	Coimbra

#### Costas

50m	49.18	Sacadura Jose Antonio	40	POR	SAD	09-07-2016	Loulé
100m	1:56.07	Sacadura Jose Antonio	40	POR	SAD	10-07-2016	Loulé
200m	4:41.43	Teixeira Joao Rodrigues	37	POR	AAC	01-07-2012	Reguengos de Monsaraz

#### Bruços

50m	47.72	Gomes Leonel Sousa	30	POR	SFP	11-03-2006	Rio Maior
100m	1:56.08	Gomes Leonel Sousa	30	POR	INDANL	20-06-2009	Coimbra
200m	4:38.17	Teixeira Joao Rodrigues	37	POR	AAC	21-01-2012	Coimbra

#### Mariposa

50m	54.08	Rodrigues Antonio Alexandre	39	POR	AAC	06-07-2014	Évora
100m	2:08.39	Rodrigues Antonio Alexandre	39	POR	AAC	05-07-2014	Évora
200m		start		POR			

#### Estilos

200m	4:42.23	Teixeira Joao Rodrigues	37	POR	AAC	01-07-2012	Reguengos de Monsaraz
400m	10:04.38	Teixeira Joao Rodrigues	37	POR	AAC	29-06-2013	Loulé

### Femin., Esc K

#### Livres

50m	53.74	Raimundo Isabel Maria	40	POR	SAD	04-07-2015	Loulé
100m	1:46.24	Basto Luisa Bessone	44	POR	SAD	23-02-2019	Póvoa de Varzim
200m		start		POR			
400m		start		POR			
800m		start		POR			
1500m		start		POR			

<b>Costas</b>							
50m	59.60	Raimundo Isabel Maria	40	POR	SAD	10-07-2016	Loulé
100m	2:09.62	Raimundo Isabel Maria	40	POR	SAD	03-07-2015	Loulé
200m	6:39.88	Azinheira Maria Augusta	38	POR	SFP	08-07-2017	Famalicão
<b>Bruços</b>							
50m	1:00.42	Raimundo Isabel Maria	40	POR	SAD	05-07-2015	Loulé
100m	2:17.42	Raimundo Isabel Maria	40	POR	SAD	09-07-2016	Loulé
200m	4:54.28	Raimundo Isabel Maria	40	POR	SAD	08-07-2016	Loulé
<b>Mariposa</b>							
50m		start		POR			
100m		start		POR			
200m		start		POR			
<b>Estilos</b>							
200m		start		POR			
400m		start		POR			

## RN L(80-84)

<b>Masc., Esc L</b>							<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	42.86	Gomes Leonel Sousa	30	POR	AAC	04-07-2010	Reguengos de Monsaraz
100m	1:42.43	Gomes Leonel Sousa	30	POR	AAC	03-07-2010	Reguengos de Monsaraz
200m	4:04.11	Gomes Leonel Sousa	30	POR	AAC	02-07-2011	Oeiras
400m	10:20.87	Teixeira Joao Rodrigues	37	POR	AAC	24-02-2018	Coimbra
800m	21:13.97	Teixeira Joao Rodrigues	37	POR	AAC	24-02-2018	Coimbra
1500m	40:29.31	Teixeira Joao Rodrigues	37	POR	AAC	24-02-2018	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	59.94	Gomes Leonel Sousa	30	POR	AAC	03-07-2010	Reguengos de Monsaraz
100m	2:49.16	Teixeira Joao Rodrigues	37	POR	AAC	15-07-2018	Loulé
200m	5:52.97	Teixeira Joao Rodrigues	37	POR	AAC	15-07-2018	Loulé
<b>Bruços</b>							
50m	54.78	Gomes Leonel Sousa	30	POR	AAC	04-07-2010	Reguengos de Monsaraz
100m	1:59.83	Gomes Leonel Sousa	30	POR	AAC	03-07-2010	Reguengos de Monsaraz
200m	4:25.28	Gomes Leonel Sousa	30	POR	AAC	04-07-2010	Reguengos de Monsaraz
<b>Mariposa</b>							
50m		start		POR			
100m		start		POR			
200m		start		POR			
<b>Estilos</b>							
200m		start		POR			
400m	59:00.00		99	POR		30-12-1899	
<b>Femin., Esc L</b>							<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	1:19.83	Azinheira Maria Augusta	38	POR	SFP	14-07-2018	Loulé
100m	3:19.75	Vieira Maria Alice	37	POR	CNMAIA	09-07-2017	Famalicão
200m		start		POR			
400m		start		POR			
800m		start		POR			
1500m		start		POR			
<b>Costas</b>							
50m	1:29.00	Azinheira Maria Augusta	38	POR	SFP	15-07-2018	Loulé
100m	3:09.70	Azinheira Maria Augusta	38	POR	SFP	14-07-2018	Loulé
200m	6:28.28	Azinheira Maria Augusta	38	POR	SFP	14-07-2018	Loulé
<b>Bruços</b>							
50m	1:50.43	Azinheira Maria Augusta	38	POR	SFP	14-07-2018	Loulé
100m	3:52.91	Azinheira Maria Augusta	38	POR	SFP	15-07-2018	Loulé
200m		start		POR			
<b>Mariposa</b>							
50m		start		POR			

100m	start	POR
200m	start	POR
<b>Estilos</b>		
200m	start	POR
400m	start	POR

## RN M(85-89)

<b>Masc., Esc M</b>								<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres</b>								
50m	57.01	Gomes Leonel Sousa	30	POR	SAD	05-07-2015	Loulé	
100m	2:12.54	Gomes Leonel Sousa	30	POR	SAD	04-07-2015	Loulé	
<b>Costas</b>								
50m	1:16.83	Gomes Leonel Sousa	30	POR	SAD	09-07-2016	Loulé	
100m		start		POR				
<b>Bruços</b>								
50m	1:06.31	Baptista Antonio Poiares	27	POR	AAC	29-06-2013	Loulé	
100m		start		POR				
<b>Mariposa</b>								
50m		start		POR				

## RN N(90-94)

<b>Masc., Esc N</b>								<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres</b>								
50m	1:07.74	Baptista Antonio Poiares	27	POR	AAC	09-07-2017	Famalicão	
100m	2:45.59	Baptista Antonio Poiares	27	POR	AAC	09-07-2017	Famalicão	
<b>Costas</b>								
50m		start		POR				
<b>Bruços</b>								
50m	1:16.12	Baptista Antonio Poiares	27	POR	AAC	07-07-2017	Famalicão	
100m		start		POR				
<b>Mariposa</b>								
50m		start		POR				

## RN 1(100-119)

<b>Masc., Cat 1</b>								<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>								
4 x 50m	1:38.08	Futebol Clube do Porto		POR	FCP	09-07-2017	Famalicão	
SANTOS Paulo Jorge, CARVALHO Joao Filipe, PINTO Gil Goncalves, SANTOS Carlos Filipe								
4 x 100m	3:44.34	Futebol Clube do Porto		POR	FCP	05-07-2015	Loulé	
PINTO Gil Goncalves, ENCARNACAO Manuel Jose, SEVIERI Eduardo Ferreira, SANTOS Paulo Jorge								
<b>Estilos Estafeta</b>								
4 x 50m	1:50.67	Futebol Clube do Porto		POR	FCP	04-07-2015	Loulé	
SEVIERI Eduardo Ferreira, PINTO Gil Goncalves, GRACA Bruno Emanuel, SANTOS Paulo Jorge								
4 x 100m	4:08.45	Futebol Clube do Porto		POR	FCP	08-07-2017	Famalicão	
PINTO Gil Goncalves, SILVA Sergio Baptista, SANTOS Carlos Filipe, SANTOS Paulo Jorge								
<b>Femin., Cat 1</b>								
<b>Livres Estafeta</b>								
4 x 50m	2:01.44	Futebol Clube do Porto		POR	FCP	09-07-2017	Famalicão	
FERREIRA Ana Ribeiro, ALVES Joana Isabel, SANTOS Carla Sofia, OLIVEIRA Sara Freitas								
4 x 100m	4:30.06	Futebol Clube do Porto		POR	FCP	09-07-2017	Famalicão	
FERREIRA Ana Ribeiro, SANTOS Carla Sofia, ALVES Joana Isabel, OLIVEIRA Sara Freitas								
<b>Estilos Estafeta</b>								
4 x 50m	2:16.82	Clube de Natacao da Maia		POR	CNMAIA	04-07-2015	Loulé	
SILVA Carolina Santos, RAMALHO Catia Santos, FOUIGO Rita Claudia, OLIVEIRA Ana Mafalda								

4 x 100m 5:04.31 Clube de Natacao da Maia POR CNMAIA 04-07-2015 Loulé  
SILVA Carolina Santos, RAMALHO Catia Santos, FOUGO Rita Claudia, OLIVEIRA Ana Mafalda

### Misto, Cat 1

Piscina longa (50m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m 1:49.60 Futebol Clube do Porto POR FCP 08-07-2017 Famalicão  
SANTOS Paulo Jorge, OLIVEIRA Sara Freitas, CARVALHO Joao Filipe, ALVES Joana Isabel

4 x 100m 4:47.46 Clube Campismo Luz e Vida POR CCLV 21-01-2012 Coimbra

#### Estilos Estafeta

4 x 50m 1:59.31 Futebol Clube do Porto POR FCP 10-07-2016 Loulé  
SEVIERI Tatiana Gama, PINTO Gil Goncalves, OLIVEIRA Sara Freitas, SANTOS Paulo Jorge

4 x 100m start POR

## RN 2(120-159)

### Masc., Cat 2

Piscina longa (50m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m 1:39.59 Futebol Clube do Porto POR FCP 10-07-2016 Loulé  
SEVIERI Eduardo Ferreira, PINTO Gil Goncalves, SOUSA Pedro Alexandre, SANTOS Paulo Jorge

4 x 100m 3:47.08 Futebol Clube do Porto POR FCP 10-07-2016 Loulé  
SEVIERI Eduardo Ferreira, PINTO Gil Goncalves, SOUSA Pedro Alexandre, SANTOS Paulo Jorge

#### Estilos Estafeta

4 x 50m 1:50.84 Futebol Clube do Porto POR FCP 09-07-2016 Loulé  
SEVIERI Eduardo Ferreira, PINTO Gil Goncalves, SOUSA Pedro Alexandre, SANTOS Paulo Jorge

4 x 100m 4:11.45 Futebol Clube do Porto POR FCP 09-07-2016 Loulé  
SEVIERI Eduardo Ferreira, PINTO Gil Goncalves, SOUSA Pedro Alexandre, SANTOS Paulo Jorge

### Femin., Cat 2

Piscina longa (50m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m 1:59.43 Futebol Clube do Porto POR FCP 05-07-2015 Loulé  
SEVIERI Tatiana Gama, BARBARA Carla Santa, SOUSA Keissy Joselin, OLIVEIRA Sara Freitas

4 x 100m 4:30.06 Futebol Clube do Porto POR FCP 05-07-2015 Loulé  
SOUSA Keissy Joselin, ALVES Joana Isabel, OLIVEIRA Sara Freitas, BARBARA Carla Santa

#### Estilos Estafeta

4 x 50m 2:15.92 Futebol Clube do Porto POR FCP 09-07-2016 Loulé  
SOUSA Keissy Joselin, MARTINS Maria Sofia, OLIVEIRA Sara Freitas, BARBARA Carla Santa

4 x 100m 5:04.97 Futebol Clube do Porto POR FCP 09-07-2016 Loulé  
COSTA Ana Filipe, MARTINS Maria Sofia, OLIVEIRA Sara Freitas, SEVIERI Tatiana Gama

### Misto, Cat 2

Piscina longa (50m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m 1:48.98 Futebol Clube do Porto POR FCP 04-07-2015 Loulé  
PINTO Gil Goncalves, SOUSA Keissy Joselin, OLIVEIRA Sara Freitas, GRACA Bruno Emanuel

4 x 100m start POR

#### Estilos Estafeta

4 x 50m 2:01.25 Futebol Clube do Porto POR FCP 05-07-2015 Loulé  
SEVIERI Eduardo Ferreira, SOUSA Pedro Alexandre, OLIVEIRA Sara Freitas, SEVIERI Tatiana Gama

4 x 100m start POR

## RN 3(160-199)

### Masc., Cat 3

Piscina longa (50m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m 1:44.52 Sport Alges e Dafundo POR SAD 15-07-2018 Loulé  
FARIA Jorge Eduardo, LAURENTINO Nuno Filipe, SILVA Pedro Nuno, FRISCHKNECHT Emilio Nuno

4 x 100m 3:51.26 Sport Alges e Dafundo POR SAD 05-07-2015 Loulé  
SILVA Pedro Nuno, CABRITA Miguel Mendonca, FRISCHKNECHT Emilio Nuno, LAURENTINO Nuno Filipe

#### Estilos Estafeta

4 x 50m 1:59.93 Futebol Clube do Porto POR FCP 08-07-2017 Famalicão  
CARVALHO Mario Moura, SANTOS Manuel Duran, BARBOSA Celso Ruben, NASCIMENTO Paulo Sergio

4 x 100m	4:17.33	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	04-07-2015	Loulé
LAURENTINO Nuno Filipe, SILVA Pedro Nuno, FRISCHKNECHT Emilio Nuno, FARIA Jorge Eduardo					
<b>Femin., Cat 3</b>					<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	2:07.41	Futebol Clube do Porto	POR FCP	14-07-2018	Loulé
ALVES Joana Isabel, SOUSA Keissy Joselin, ANDRADE Maria Teresa, BARBARA Carla Santa					
4 x 100m	4:44.01	Futebol Clube do Porto	POR FCP	15-07-2018	Loulé
ALVES Joana Isabel, SOUSA Keissy Joselin, ANDRADE Maria Teresa, BARBARA Carla Santa					
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	2:19.53	Clube Fluvial Portuense	POR CFP	04-07-2015	Loulé
SOUSA Natacha Alexandra, MARTINS Maria Sofia, COSTA Maria Luisa, BRANDAO Maria Teresa					
4 x 100m	5:09.82	Clube Fluvial Portuense	POR CFP	04-07-2015	Loulé
SOUSA Natacha Alexandra, MARTINS Maria Sofia, COSTA Maria Luisa, FERREIRA Filipa Margarida					
<b>Misto, Cat 3</b>					<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:53.42	Clube Fluvial Portuense	POR CFP	04-07-2015	Loulé
GONCALVES Americo Pedro, SOUSA Natacha Alexandra, COSTA Maria Luisa, MONTEIRO Luis Miguel					
4 x 100m			POR		
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	2:09.41	Futebol Clube do Porto	POR FCP	09-07-2017	Famalicão
CARVALHO Mario Moura, SOUSA Pedro Alexandre, BARBARA Carla Santa, GONCALVES Maria Fernanda					
4 x 100m	5:35.23	Futebol Clube do Porto	POR FCP	21-01-2012	Coimbra
<b>RN 4(200-239)</b>					
<b>Masc., Cat 4</b>					<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:52.60	Clube Fluvial Portuense	POR CFP	15-07-2018	Loulé
VAZ Jose Augusto, TORRES Paulo Francisco, MONTEIRO Jorge Manuel, FREITAS Jose Carlos					
4 x 100m	4:11.36	Clube Fluvial Portuense	POR CFP	09-07-2017	Famalicão
FREITAS Jose Carlos, SANTANA Jose Pedro, VAZ Jose Augusto, MONTEIRO Jorge Manuel					
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	2:06.30	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	04-07-2015	Loulé
LAURENTINO Nuno Filipe, BASTO Antonio Bessone, FRISCHKNECHT Emilio Nuno, FERNANDES Paulo Jorge					
4 x 100m	4:54.57	Fundacao Salesianos	POR FS	14-07-2018	Loulé
GOMES Jose Eduardo, TESTAGROSSA Jean Alexandre, PINTO Vitor Viana, CORREIA Alberto Vaz					
<b>Femin., Cat 4</b>					<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	2:16.20	Clube Fluvial Portuense	POR CFP	14-07-2018	Loulé
BRANDAO Maria Teresa, FERREIRA Filipa Margarida, HEWETT Maria Silvia, GUIMARAES Rita Cabral					
4 x 100m	5:09.09	Assoc Desp Rec Colegio Int Monte Mai	POR ADRCIMM	15-07-2018	Loulé
FERREIRA Isabel Baptista, GRACA Sara Mendonca, KRAEVA Elena Nikolaevna, MIRANDA Laura Manuela					
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	2:37.28	Associacao Academica de Coimbra	POR AAC	19-09-2009	Cádiz (ESP)
4 x 100m	5:51.45	Assoc Desp Rec Colegio Int Monte Mai	POR ADRCIMM	15-07-2018	Loulé
FERREIRA Isabel Baptista, KRAEVA Elena Nikolaevna, GRACA Sara Mendonca, MIRANDA Laura Manuela					
<b>Misto, Cat 4</b>					<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	2:01.88	Clube Fluvial Portuense	POR CFP	04-07-2015	Loulé
FREITAS Jose Carlos, SANTOS Luis Lopes, FERREIRA Filipa Margarida, BRANDAO Maria Teresa					
4 x 100m			POR		
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	2:20.00	Futebol Clube do Porto	POR FCP	14-07-2018	Loulé
SOARES Jose Pedro, ANDRADE Maria Teresa, SANTOS Manuel Duran, GONCALVES Maria Fernanda					
4 x 100m		start	POR		

## RN 5(240-279)

### Masc., Cat 5

Piscina longa (50m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	2:08.86	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	15-07-2018	Loulé
TRABUCO Antonio Jose, CORDEIRO Pedro Miguel, MAVIOSO Vitor Manuel, ALBARDEIRO Antonio Barrocas					
4 x 100m	4:48.72	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	09-07-2017	Famalicao
BENTO Jaime Carlos, BILRO Joaquim Mendes, MAVIOSO Vitor Manuel, CORREIA Alberto Vaz					

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:25.35	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	09-07-2016	Loulé
BILRO Joaquim Mendes, SILVA Carlos Roberto, MAVIOSO Vitor Manuel, CORREIA Alberto Vaz					
4 x 100m	5:35.19	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	09-07-2016	Loulé
BILRO Joaquim Mendes, SILVA Carlos Roberto, MAVIOSO Vitor Manuel, CORREIA Alberto Vaz					

### Femin., Cat 5

Piscina longa (50m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	2:42.10	Associacao Academica de Coimbra	POR AAC	09-07-2017	Famalicao
MONTEIRO Isabel Costa, OLIVEIRA Maria Teresa, RELVAS Ana Moura, CUNHA Eugenia Maria					
4 x 100m	7:13.72	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	06-07-2014	Évora
RAIMUNDO Isabel Maria, FERREIRA Ana Maria, FERREIRA Maria Felix, MIRANDA Laura Manuela					

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	3:08.16	Associacao Academica de Coimbra	POR AAC	08-07-2017	Famalicao
OLIVEIRA Maria Teresa, RELVAS Ana Moura, CUNHA Eugenia Maria, MONTEIRO Isabel Costa					
4 x 100m	7:33.98	Associacao Academica de Coimbra	POR AAC	08-07-2017	Famalicao
OLIVEIRA Maria Teresa, RELVAS Ana Moura, CUNHA Eugenia Maria, MONTEIRO Isabel Costa					

### Misto, Cat 5

Piscina longa (50m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	2:19.30	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	14-07-2018	Loulé
MAVIOSO Vitor Manuel, BASTO Luisa Bessone, FRISCHKNECHT Emilio Nuno, FERREIRA Ana Maria					
4 x 100m			POR		

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:30.14	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	14-07-2018	Loulé
FARIA Jorge Eduardo, LINDO Maria Fatima, MAVIOSO Vitor Manuel, FERREIRA Ana Maria					
4 x 100m	6:59.75	Sport Alges Dafundo	POR SAD	21-01-2012	Coimbra

## RN 6(280-319)

### Masc., Cat 6

Piscina longa (50m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	2:20.89	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	05-07-2015	Loulé
BASTO Antonio Bessone, FONSECA Vitor Manuel, JORGE Luis Vaz, RIBEIRO Herlander Felga					
4 x 100m	5:58.38	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	10-07-2016	Loulé
DYSON Stephen Thomas, JORGE Luis Vaz, BAIRRADA Orlando Gomes, SALGUEIRO Luis Vidigal					

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:47.67	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	29-05-2016	London (GBR)
BASTO Antonio Bessone, GASPAS Alexandre Azevedo, BAIRRADA Orlando Gomes, SALGUEIRO Luis Vidigal					
4 x 100m	6:53.29	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	04-07-2015	Loulé
RIBEIRO Herlander Felga, GASPAS Alexandre Azevedo, BAIRRADA Orlando Gomes, DYSON Stephen Thomas					

### Femin., Cat 6

Piscina longa (50m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	3:20.26	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	14-07-2018	Loulé
RAIMUNDO Isabel Maria, FERREIRA Maria Felix, FERREIRA Ana Maria, GRACA Helena Prista					
4 x 100m	7:53.10	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	15-07-2018	Loulé
RAIMUNDO Isabel Maria, FERREIRA Maria Felix, GRACA Helena Prista, BASTO Luisa Bessone					

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	3:28.06	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	04-07-2015	Loulé
MADEIRA Berta Maria, RAIMUNDO Isabel Maria, FERREIRA Ana Maria, BASTO Luisa Bessone					

4 x 100m 8:18.71 Sport Alges e Dafundo POR SAD 08-07-2017 Famalicão  
RAIMUNDO Isabel Maria, FERREIRA Maria Felix, FERREIRA Ana Maria, BASTO Luisa Bessone

**Misto, Cat 6**

**Piscina longa (50m)**

Livres Estafeta

4 x 50m 2:41.80 Sport Alges e Dafundo POR SAD 18-08-2017 Budapeste (HUN)  
DYSON Stephen Thomas, BASTO Luisa Bessone, RAIMUNDO Isabel Maria, CORREIA Alberto Vaz

4 x 100m start POR

Estilos Estafeta

4 x 50m 3:03.32 Sport Alges e Dafundo POR SAD 27-05-2016 London (GBR)  
BASTO Antonio Bessone, RAIMUNDO Isabel Maria, BAIRRADA Orlando Gomes, FERREIRA Ana Maria

4 x 100m start POR

**RN 7(320-359)**

**Masc., Cat 7**

**Piscina longa (50m)**

Livres Estafeta

4 x 50m 3:55.24 Associacao Academica de Coimbra POR AAC 09-07-2017 Famalicão  
TEIXEIRA Joao Rodrigues, TENREIRO Manuel Monteiro, RODRIGUES Antonio Alexandre, BAPTISTA Antonio Poiares

4 x 100m 59:00.00

Estilos Estafeta

4 x 50m 4:29.21 Associacao Academica de Coimbra POR AAC 13-07-2018 Loulé  
TEIXEIRA Joao Rodrigues, TENREIRO Manuel Monteiro, RODRIGUES Antonio Alexandre, BAPTISTA Antonio Poiares

4 x 100m 59:00.00

**Femin., Cat 7**

**Piscina longa (50m)**

Livres Estafeta

4 x 50m POR

Estilos Estafeta

4 x 50m POR

**Misto, Cat 7**

**Piscina longa (50m)**

Livres Estafeta

4 x 50m POR

Estilos Estafeta

4 x 50m start POR