

## Rec Nac 25m

### Masc., Absoluto

### Piscina curta (25m)

#### Livres

50m	21.57	Nascimento Miguel Duarte	95	POR	SLB	23/12/2020	Coimbra
100m	47.26	Nascimento Miguel Duarte	95	POR	SLB	22/12/2020	Coimbra
200m	1:43.16	Nascimento Miguel Duarte	95	POR	POR	14/12/2018	Hangzhou (CHN)
400m	3:42.57	Lopes Jose Paulo	00	POR	POR	16/12/2021	Abu Dhabi (UAE)
800m	7:42.14	Lopes Jose Paulo	00	POR	SCB	20/12/2019	Felgueiras
1500m	14:39.82	Lopes Jose Paulo	00	POR	POR	20/12/2021	Abu Dhabi (UAE)

#### Costas

50m	23.35	Santos Alexis Manacas	92	POR	POR	18/12/2021	Abu Dhabi (UAE)
50m	23.35	Santos Alexis Manacas	92	POR	POR	18/12/2021	Abu Dhabi (UAE)
100m	51.48	Lopes Gabriel Jose	97	POR	POR	11/12/2018	Hangzhou (CHN)
200m	1:52.66	Lopes Gabriel Jose	97	POR	POR	16/12/2018	Hangzhou (CHN)

#### Bruços

50m	27.12	Santos Alexis Manacas	92	POR	SCP	22/12/2019	Felgueiras
100m	58.19	Almeida Carlos Esteves	88	POR	POR	22/11/2012	Chartres (FRA)
200m	2:05.59	Almeida Carlos Esteves	88	POR	POR	25/11/2012	Chartres (FRA)

#### Mariposa

50m	23.16	Silva Fernando Souza	86	POR	POR	23/10/2021	Doha (QAT)
100m	51.27	Silva Fernando Souza	86	POR	POR	21/10/2021	Doha (QAT)
200m	1:53.39	Carvalho Diogo Filipe	88	POR	POR	12/12/2009	Istambul (TUR)

#### Estilos

100m	52.73	Santos Alexis Manacas	92	POR	POR	07/12/2019	Glasgow (GBR)
200m	1:53.45	Carvalho Diogo Filipe	88	POR	POR	04/12/2015	Netanya (ISR)
400m	4:06.83	Carvalho Diogo Filipe	88	POR	POR	11/12/2009	Istambul (TUR)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:28.96	Sport Lisboa e Benfica	POR	SLB	26/11/2021	Leiria	
LEBRE Diogo Ramos, COSTA Diogo Santos, NASCIMENTO Miguel Duarte, MARQUES Miguel Henriques							
4 x 100m	3:15.63	Sport Lisboa e Benfica	POR	SLB	23/12/2018	Felgueiras	
PEREIRA Luiz Pedro, DIAS Guilherme Pereira, NASCIMENTO Miguel Duarte, CARVALHO Jose Paula							
4 x 200m	7:10.67	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	22/12/2018	Felgueiras	
COSTA Tiago Cunha, MOGNE Igor Araujo, SANTOS Francisco Rogerio, SANTOS Alexis Manacas							

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	1:38.14	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	27/11/2021	Leiria	
SANTOS Francisco Rogerio, QUINTAS Francisco Robalo, COSTA Tiago Cunha, SANTOS Alexis Manacas							
4 x 100m	3:33.86	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	26/11/2021	Leiria	
SANTOS Francisco Rogerio, QUINTAS Francisco Robalo, MOGNE Igor Araujo, SANTOS Alexis Manacas							

### Femin., Absoluto

### Piscina curta (25m)

#### Livres

50m	24.94	Conceicao Patricia Vilas	85	POR	CNA	20/12/2009	S. António Cavaleiros
100m	54.66	Rodrigues Ana Pinho	94	POR	ADS	20/12/2019	Felgueiras
200m	1:58.62	Duraes Diana Margarida	96	POR	POR	16/12/2017	Copenhagen (DEN)
400m	4:04.61	Duraes Diana Margarida	96	POR	POR	17/12/2017	Copenhagen (DEN)
800m	8:20.97	Duraes Diana Margarida	96	POR	POR	04/12/2019	Glasgow (GBR)
1500m	15:55.19	Duraes Diana Margarida	96	POR	SLB	23/11/2019	Felgueiras

#### Costas

50m	27.33	Azevedo Rafaela Gomes	02	POR	SAD	13/11/2021	Albufeira
100m	58.39	Azevedo Rafaela Gomes	02	POR	SAD	14/11/2021	Albufeira
200m	2:07.58	Rebello Camila Rodrigues	03	POR	ALN	26/11/2021	Leiria

#### Bruços

50m	30.70	Rodrigues Ana Pinho	94	POR	EDV	05/12/2021	Estarreja
-----	-------	---------------------	----	-----	-----	------------	-----------

100m	1:06.82	Rodrigues Ana Pinho	94	POR	EDV	04/12/2021	Estarreja
200m	2:22.12	Pereira Raquel Gomes	00	POR	SAD	29/06/2019	Algés
<b>Mariposa</b>							
50m	26.38	Guedes Ana Margarida	01	POR	GCVR	15/11/2020	Mealhada
100m	58.31	Oliveira Sara Freitas	85	POR	POR	18/12/2010	Dubai (UAE)
200m	2:05.74	Monteiro Ana Catarina	93	POR	POR	12/12/2018	Hangzhou (CHN)
<b>Estilos</b>							
100m	1:01.58	Rodrigues Ana Pinho	94	POR	ADS	22/12/2019	Felgueiras
200m	2:12.08	Kaminskaya Victoria	95	POR	POR	16/12/2017	Copenhagen (DEN)
400m	4:36.19	Kaminskaya Victoria	95	POR	POR	13/12/2017	Copenhagen (DEN)
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:43.49	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita		POR	FCP	04/12/2009	Leiria
		LOUREIRO Sara Beatriz, OLIVEIRA Sara Freitas, OLIVEIRA Alexandra Paiva, MARINHO Marta Vieira					
4 x 100m	3:44.99	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita		POR	FCP	04/12/2010	Porto
		OLIVEIRA Sara Freitas, LOUREIRO Sara Beatriz, OLIVEIRA Alexandra Paiva, MARINHO Marta Vieira					
4 x 200m	8:08.99	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	24/11/2018	Algés
		SOUSA Ana Reis, FRISCHKNECHT Rita Barros, AZEVEDO Madalena Gomes, PEREIRA Raquel Gomes					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:53.11	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	21/12/2019	Felgueiras
		AZEVEDO Rafaela Gomes, PEREIRA Raquel Gomes, LIMA Lia Ana, FRISCHKNECHT Rita Barros					
4 x 100m	4:06.14	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita		POR	FCP	19/12/2009	S. António Cavaleiros
<b>Misto, Absoluto</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:39.08	Futebol Clube do Porto		POR	FCP	28/04/2019	Felgueiras
		AMORIM Alexandre Ferreira, FERREIRA Catarina Maria, NUNES Porfirio Braga, OLIVEIRA Rosa Maria					
4 x 100m	3:38.72	Futebol Clube do Porto		POR	FCP	14/11/2021	Felgueiras
		NUNES Porfirio Braga, FERREIRA Catarina Maria, SANTOS Pedro Miguel, FARIA Ana Rita					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:46.76	Vitoria Sport Clube		POR	VSC	07/05/2022	Felgueiras
		COSTA Joao Nogueira, AMORIM Alexandre Ferreira, FERNANDES Filipa Viamonte, FERNANDES Ana Ines					
4 x 100m	3:58.31	Vitoria Sport Clube		POR	VSC	14/11/2021	Felgueiras
<b>Masc., Sen</b>							
<b>Livres</b>							
50m	21.57	Nascimento Miguel Duarte	95	POR	SLB	23/12/2020	Coimbra
100m	47.26	Nascimento Miguel Duarte	95	POR	SLB	22/12/2020	Coimbra
200m	1:43.16	Nascimento Miguel Duarte	95	POR	POR	14/12/2018	Hangzhou (CHN)
400m	3:42.57	Lopes Jose Paulo	00	POR	POR	16/12/2021	Abu Dhabi (UAE)
800m	7:42.14	Lopes Jose Paulo	00	POR	SCB	20/12/2019	Felgueiras
1500m	14:39.82	Lopes Jose Paulo	00	POR	POR	20/12/2021	Abu Dhabi (UAE)
<b>Costas</b>							
50m	23.35	Santos Alexis Manacas	92	POR	POR	18/12/2021	Abu Dhabi (UAE)
50m	23.35	Santos Alexis Manacas	92	POR	POR	18/12/2021	Abu Dhabi (UAE)
100m	51.48	Lopes Gabriel Jose	97	POR	POR	11/12/2018	Hangzhou (CHN)
200m	1:52.66	Lopes Gabriel Jose	97	POR	POR	16/12/2018	Hangzhou (FRA)
<b>Bruços</b>							
50m	27.12	Santos Alexis Manacas	92	POR	SCP	22/12/2019	Felgueiras
100m	58.19	Almeida Carlos Esteves	88	POR	POR	22/11/2012	Chartres (FRA)
200m	2:05.59	Almeida Carlos Esteves	88	POR	POR	25/11/2012	Chartres (FRA)
<b>Mariposa</b>							
50m	23.16	Silva Fernando Souza	86	POR	POR	23/10/2021	Doha (QAT)
100m	51.27	Silva Fernando Souza	86	POR	POR	21/10/2021	Doha (QAT)
200m	1:53.39	Carvalho Diogo Filipe	88	POR	POR	12/12/2009	Istambul (TUR)

**Piscina curta (25m)**

**Piscina curta (25m)**

### Estilos

100m	52.73	Santos Alexis Manacas	92	POR	POR	07/12/2019	Glasgow (GBR)
200m	1:53.45	Carvalho Diogo Filipe	88	POR	POR	04/12/2015	Netanya (ISR)
400m	4:06.83	Carvalho Diogo Filipe	88	POR	POR	11/12/2009	Istambul (TUR)

### Masc., Jun18

#### Livres

50m	22.24	Nascimento Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	08/12/2012	Porto
100m	48.32	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	SLB	26/11/2021	Leiria
200m	1:47.73	Venancio Tiago Andre	87	POR	POR	12/12/2004	Viena (AUT)
400m	3:50.52	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	26/06/2004	Fafe
800m	7:56.76	Pina Guilherme Filipe	98	POR	BSCN	11/12/2015	Porto
1500m	15:06.77	Santo Filipe Miguel	00	POR	SLB	26/03/2018	Funchal

#### Costas

50m	25.01	Santos Alexis Manacas	92	POR	SCP	04/12/2009	Leiria
100m	53.88	Santos Alexis Manacas	92	POR	SCP	05/12/2009	Leiria
200m	1:58.37	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	03/07/2004	Figueira da Foz

#### Bruços

50m	28.55	Capitao Simao Miguel	97	POR	CLAMAS	24/05/2015	Senhora da Hora
100m	1:01.25	Agostinho Pedro Miguel	92	POR	SCP	19/12/2009	S. António Cavaleiros
200m	2:13.22	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	19/12/2014	Porto

#### Mariposa

50m	23.82	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	SLB	26/11/2021	Leiria
100m	52.87	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	SLB	27/11/2021	Leiria
200m	1:58.64	Carvalho Diogo Filipe	88	POR	CGA	09/12/2005	Tomar

#### Estilos

100m	56.40	Costa Joao Peres	04	POR	CNPV	28/11/2021	Leiria
200m	2:00.59	Lopes Gabriel Jose	97	POR	ALN	10/05/2015	Coimbra
400m	4:11.20	Vital Joao Alexandre	98	POR	SCP	11/12/2015	Porto

### Femin., Sen

#### Livres

50m	24.94	Conceicao Patricia Vilas	85	POR	CNA	20/12/2009	S. António Cavaleiros
100m	54.66	Rodrigues Ana Pinho	94	POR	ADS	20/12/2019	Felgueiras
200m	1:58.62	Duraes Diana Margarida	96	POR	POR	16/12/2017	Copenhagen (DEN)
400m	4:04.61	Duraes Diana Margarida	96	POR	POR	17/12/2017	Copenhagen (DEN)
800m	8:20.97	Duraes Diana Margarida	96	POR	POR	04/12/2019	Glasgow (GBR)
1500m	15:55.19	Duraes Diana Margarida	96	POR	SLB	23/11/2019	Felgueiras

#### Costas

50m	27.33	Azevedo Rafaela Gomes	02	POR	SAD	13/11/2021	Albufeira
100m	58.39	Azevedo Rafaela Gomes	02	POR	SAD	14/11/2021	Albufeira
200m	2:07.58	Rebello Camila Rodrigues	03	POR	ALN	26/11/2021	Leiria

#### Bruços

50m	30.70	Rodrigues Ana Pinho	94	POR	EDV	05/12/2021	Estarreja
100m	1:06.82	Rodrigues Ana Pinho	94	POR	EDV	04/12/2021	Estarreja
200m	2:22.12	Pereira Raquel Gomes	00	POR	SAD	29/06/2019	Algés

#### Mariposa

50m	26.38	Guedes Ana Margarida	01	POR	GCVR	15/11/2020	Mealhada
100m	58.31	Oliveira Sara Freitas	85	POR	POR	18/12/2010	Dubai (UAE)
200m	2:05.74	Monteiro Ana Catarina	93	POR	POR	12/12/2018	Hangzhou (CHN)

#### Estilos

100m	1:01.58	Rodrigues Ana Pinho	94	POR	ADS	22/12/2019	Felgueiras
200m	2:12.08	Kaminskaya Victoria	95	POR	POR	16/12/2017	Copenhagen (DEN)
400m	4:36.19	Kaminskaya Victoria	95	POR	POR	13/12/2017	Copenhagen (DEN)

### Piscina curta (25m)

### Masc., Jun17

#### Livres

50m	23.12	Machado Tiago Andrade	02	POR	SCA	22/12/2018	Felgueiras
100m	49.56	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	CUC	22/12/2020	Coimbra
200m	1:47.65	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	CUC	11/04/2021	Felgueiras
400m	3:56.54	Costa Rui Filipe	91	POR	VSC	24/11/2007	Felgueiras
800m	8:00.80	Santa Gustavo Manuel	93	POR	CNLA	06/12/2009	Leiria
1500m	15:05.57	Santa Gustavo Manuel	93	POR	CNLA	06/12/2009	Leiria

#### Costas

50m	25.37	Lopes Gabriel Jose	97	POR	CDL	11/05/2014	Coimbra
100m	54.97	Lopes Gabriel Jose	97	POR	CDL	11/05/2014	Coimbra
200m	1:59.34	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	16/05/2003	Alges

#### Bruços

50m	28.56	Agostinho Pedro Miguel	92	POR	SLB	03/05/2009	S. António Cavaleiros
100m	1:02.99	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	21/12/2013	Felgueiras
200m	2:16.24	Silva Jorge Jesus	00	POR	SCB	10/12/2016	Funchal

#### Mariposa

50m	24.49	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	CUC	23/12/2020	Coimbra
100m	53.97	Venancio Tiago Andre	87	POR	CNS	15/02/2004	Alapraia
200m	1:59.93	Carvalho Diogo Filipe	88	POR	CGA	05/03/2005	Mealhada

#### Estilos

100m	57.40	Carvalho Diogo Filipe	88	POR	CGA	14/05/2005	Aveiro
200m	2:02.96	Carvalho Diogo Filipe	88	POR	CGA	06/03/2005	Mealhada
400m	4:21.93	Vital Joao Alexandre	98	POR	ADRCIMM	19/12/2014	Porto

### Femin., Jun17

#### Livres

50m	25.42	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	14/11/2021	Albufeira
100m	55.54	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	28/11/2021	Leiria
200m	1:59.62	Andre Leticia Maia	02	POR	SLB	23/12/2018	Felgueiras
400m	4:10.52	Holub Tamila Hryhorivna	99	POR	SCB	12/12/2015	Porto
800m	8:32.83	Holub Tamila Hryhorivna	99	POR	SCB	13/12/2015	Porto
1500m	16:11.67	Holub Tamila Hryhorivna	99	POR	SCB	11/12/2015	Porto

#### Costas

50m	28.22	Rebello Camila Rodrigues	03	POR	ALN	21/12/2019	Felgueiras
100m	59.61	Azevedo Rafaela Gomes	02	POR	SAD	29/06/2019	Algés
200m	2:11.13	Rebello Camila Rodrigues	03	POR	ALN	20/12/2019	Felgueiras

#### Bruços

50m	32.09	Pereira Raquel Gomes	00	POR	SAD	11/12/2016	Funchal
100m	1:08.02	Pereira Raquel Gomes	00	POR	SAD	09/12/2016	Funchal
200m	2:26.47	Pereira Raquel Gomes	00	POR	SAD	10/12/2016	Funchal

#### Mariposa

50m	26.74	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CNCE	11/04/2021	Felgueiras
100m	59.36	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CNCE	10/04/2021	Felgueiras
200m	2:10.12	Cruz Sara Francisco	93	POR	ADBA	04/12/2009	Leiria

#### Estilos

100m	1:02.10	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	28/11/2021	Leiria
200m	2:15.10	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CNCE	10/04/2021	Felgueiras
400m	4:46.89	Rocha Ines Neto	01	POR	CAP	15/04/2018	Felgueiras

### Masc., Juv A

#### Livres

50m	23.83	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	CUC	02/02/2020	Coimbra
-----	-------	---------------------	----	-----	-----	------------	---------

### Piscina curta (25m)

### Piscina curta (25m)

### Piscina curta (25m)

100m	50.82	Venancio Tiago Andre	87	POR	CNS	23/03/2003	Braga
200m	1:49.83	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	CUC	07/12/2019	Mealhada
400m	3:58.82	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	CUC	07/12/2019	Mealhada
800m	8:09.43	Costa Rui Filipe	91	POR	VSC	12/05/2007	Senhora da Hora
1500m	15:36.31	Costa Rui Filipe	91	POR	VSC	04/03/2007	Braga
<b>Costas</b>							
50m	26.26	tempo limite					
100m	56.45	Sousa Diogo Gomes	95	POR	CNCVG	04/12/2010	Porto
200m	2:01.43	Sousa Diogo Gomes	95	POR	CNCVG	04/06/2011	Algés
<b>Bruços</b>							
50m	29.23	tempo limite					
100m	1:03.25	Pereira Ricardo Samuel	03	POR	SLB	13/07/2019	Algés
200m	2:18.22	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	08/03/2013	Felgueiras
<b>Mariposa</b>							
50m	25.49	Pereira Rodrigo Ferreira	06	POR	GDNFAMA	07/05/2022	Felgueiras
100m	55.60	Sousa Diogo Gomes	95	POR	CNCVG	05/12/2010	Porto
200m	2:03.38	Silva Diogo Parrilha da	93	POR	CNAL	13/06/2009	Alcobaça
<b>Estilos</b>							
100m	59.38	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	CUC	01/02/2020	Coimbra
200m	2:05.34	Carvalho Diogo Filipe	88	POR	CGA	15/05/2004	Aveiro
400m	4:25.04	Vital Joao Alexandre	98	POR	ADRCIMM	13/12/2013	Tomar
<b>Femin., Jun16</b>							
<b>Livres</b>							
50m	26.07	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	18/07/2021	Gafanha de Nazaré
100m	56.72	Sousa Ana Reis	02	POR	CNLA	08/12/2017	Porto
200m	2:01.12	Martins Francisca Soares	03	POR	FOCA	27/04/2019	Felgueiras
400m	4:13.53	Sousa Ana Reis	02	POR	CNLA	09/12/2017	Porto
800m	8:45.41	Holub Tamila Hryhorivna	99	POR	SCB	21/12/2014	Porto
1500m	16:44.26	Holub Tamila Hryhorivna	99	POR	SCB	19/12/2014	Porto
<b>Costas</b>							
50m	28.42	Fernandes Ines Camacho	97	POR	SCP	08/12/2012	Porto
100m	1:01.55	Fernandes Ines Camacho	97	POR	SCP	08/12/2013	Porto
200m	2:11.74	Rebello Camila Rodrigues	03	POR	ALN	21/12/2018	Felgueiras
<b>Bruços</b>							
50m	31.46	Rodrigues Ana Pinho	94	POR	AEJ	06/12/2009	Leiria
100m	1:08.85	Rodrigues Ana Pinho	94	POR	AEJ	13/12/2009	Ponte de Sôr
200m	2:26.87	Pereira Raquel Gomes	00	POR	SAD	11/12/2015	Porto
<b>Mariposa</b>							
50m	27.31	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	18/07/2021	Gafanha de Nazaré
100m	1:00.66	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	25/04/2021	Gafanha de Nazaré
200m	2:13.60	Francisco Ana Rita	80	POR	POR	11/02/1996	Gelsenkirchen (GER)
<b>Estilos</b>							
100m	1:03.25	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CNCE	22/12/2019	Felgueiras
200m	2:14.94	Rosa Maria Carolina	94	POR	SCP	19/12/2009	S. António Cavaleiros
400m	4:50.85	Duraes Diana Margarida	96	POR	FOCA	02/12/2011	Silves
<b>Masc., Juv B</b>							
<b>Livres</b>							
50m	23.96	Sousa Diogo Gomes	95	POR	CNCVG	13/12/2009	Ponte de Sôr
100m	52.29	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	CUC	11/05/2019	Coimbra
200m	1:53.76	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	CUC	16/06/2019	Coimbra
400m	4:02.41	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	CUC	23/06/2019	Lousã
800m	8:27.18	Costa Rui Filipe	91	POR	VSC	13/05/2006	Senhora da Hora

**Piscina curta (25m)**

**Piscina curta (25m)**

1500m	16:09.71	Monteiro Luis Miguel	83	POR	FCP	01/03/1998	Felgueiras
<b>Costas</b>							
50m	26.43	tempo limite					
100m	57.36	Silva Gustavo Carvalho	04	POR	ADA	20/07/2019	Praia da Vitória
200m	2:04.99	Vital Joao Alexandre	98	POR	ADRCIMM	09/03/2013	Alapraia
<b>Bruços</b>							
50m	30.65	tempo limite					
100m	1:04.22	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	04/03/2012	Braga
200m	2:18.99	Mimoso Rafael Miguel	07	POR	SLB	08/05/2022	Felgueiras
<b>Mariposa</b>							
50m	26.10	Pereira Rodrigo Ferreira	06	POR	GDNFAMA	17/07/2021	Felgueiras
100m	56.68	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	CUC	23/06/2019	Lousã
200m	2:06.17	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	CUC	27/04/2019	Felgueiras
<b>Estilos</b>							
100m	1:00.62						
200m	2:08.27	Carvalho Diogo Filipe	88	POR	CGA	10/05/2003	Fafe
400m	4:35.02	Carvalho Diogo Filipe	88	POR	CGA	21/03/2003	Braga
<b>Femin., Juv A</b>							
<b>Livres</b>							
50m	26.37	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	09/11/2019	Albufeira
100m	56.18	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
200m	2:03.90	Moura Maria Ferreira	04	POR	SCP	29/06/2019	Algés
400m	4:18.39	Santos Ana Claudia	90	POR	SFUAP	20/12/2004	Cantanhede
800m	8:46.74	Santos Ana Claudia	90	POR	SFUAP	19/12/2004	Cantanhede
1500m	16:54.39	Holub Tamila Hryhorivna	99	POR	SCB	16/03/2014	Vila Praia Ancora
<b>Costas</b>							
50m	29.69	tempo limite					
100m	1:01.43	Fernandes Ines Camacho	97	POR	SCP	17/12/2011	Mealhada
200m	2:14.11	Rebelo Camila Rodrigues	78	POR	ALN	12/05/2018	Condeixa
<b>Bruços</b>							
50m	32.81	tempo limite					
100m	1:09.59	Gomes Diana Duarte	89	POR	ABVE	13/03/2004	Tomar
200m	2:32.36	Gomes Diana Duarte	89	POR	ABVE	07/02/2004	Alcobaça
<b>Mariposa</b>							
50m	27.86	tempo limite					
100m	1:00.43	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
200m	2:17.51	Felgueiras Raquel Maria	80	POR	SCB	05/03/1995	Algés
<b>Estilos</b>							
100m	1:05.68						
200m	2:18.13	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	27/04/2019	Felgueiras
400m	4:51.85	Santos Ana Claudia	90	POR	SFUAP	21/11/2004	Setubal
<b>Masc., Inf A</b>							
<b>Livres</b>							
50m	25.30	Castro Joao Cruz	00	POR	CSM	12/04/2014	Funchal
100m	54.35	Ribeiro Diogo Matos	04	POR	CUC	01/07/2018	S. António Cavaleiros
200m	1:58.99	Oliveira Pedro Fontoura	90	POR	CFB	10/06/2004	Cova da Piedade
400m	4:12.35	Ruivo Andre Vilas	00	POR	DNMG	29/03/2014	Campo Maior
800m	8:36.36	Ruivo Andre Vilas	00	POR	DNMG	25/05/2014	Nazaré
1500m	16:13.14	Ruivo Andre Vilas	00	POR	DNMG	30/03/2014	Campo Maior
<b>Costas</b>							
50m	28.66	tempo limite					
100m	59.50	Silva Ricardo Lopes	03	POR	DNMG	10/06/2017	Caldas da Rainha

200m	2:09.17	Vital Joao Alexandre	98	POR	ADRCIMM	29/06/2012	Algés
<b>Bruços</b>							
50m	31.28	tempo limite					
100m	1:07.92	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	12/03/2011	Viseu
200m	2:29.20	Alves Paulo Rodrigues	04	POR	CDN	01/08/2018	Funchal
<b>Mariposa</b>							
50m	27.68	tempo limite					
100m	59.56	Silva Fabio Parrilha da	87	POR	CNAL	07/04/2001	Leiria
200m	2:12.42	Freitas Tomas Miguel	90	POR	CDN	11/07/2004	Funchal
<b>Estilos</b>							
100m	1:02.84						
200m	2:13.38	Freitas Tomas Miguel	90	POR	CDN	17/07/2004	Funchal
400m	4:40.32	Freitas Tomas Miguel	90	POR	CDN	09/07/2004	Funchal
<b>Femin., Juv B</b>							
<b>Livres</b>							
50m	26.85	Guedes Ana Margarida	01	POR	GCVR	05/07/2015	Bragança
100m	57.65	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	10/06/2019	Estarreja
200m	2:04.38	Rebello Camila Rodrigues	03	POR	SANC	25/06/2017	Coimbra
400m	4:23.08	Miguel Susana Patricia	90	POR	SFUAP	15/05/2004	Alhandra
800m	9:00.27	Silva Alexandra Maria	67	POR	FCP	20/12/1980	Antibes (FRA)
1500m	17:17.43	Holub Tamila Hryhorivna	99	POR	SCB	30/06/2013	Vila Praia Ancora
<b>Costas</b>							
50m	30.50	tempo limite					
100m	1:02.96	Fernandes Ines Camacho	97	POR	SCP	12/02/2011	Alapraia
200m	2:17.86	Martinheira Catia Raquel	95	POR	LDC	21/12/2008	Sines
<b>Bruços</b>							
50m	34.12	tempo limite					
100m	1:11.76	Gomes Diana Duarte	89	POR	ABVE	28/06/2003	Reboleira
200m	2:34.51	Gomes Diana Duarte	89	POR	ABVE	28/06/2003	Reboleira
<b>Mariposa</b>							
50m	30.00	tempo limite					
100m	1:02.36	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	14/04/2018	Felgueiras
200m	2:18.29	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	15/04/2018	Felgueiras
<b>Estilos</b>							
100m	1:07.26						
200m	2:19.79	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	14/04/2018	Felgueiras
400m	4:56.53	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	05/05/2018	Porto
<b>Masc., Inf B</b>							
<b>Livres</b>							
50m	26.65	Lopes Gabriel Jose	97	POR	CDL	19/06/2010	Lousã
100m	57.40	Pereira Tiago Filipe	91	POR	DNMG	11/07/2004	Caldas da Rainha
200m	2:04.75	Nunes Joao Magalhaes	99	POR	CNA	30/06/2012	Algés
400m	4:21.95	Oliveira Pedro Fontoura	90	POR	CFB	04/04/2003	Santarém
800m	9:07.20	Ruivo Andre Vilas	00	POR	DNMG	03/03/2013	Leiria
1500m	17:11.29	Ruivo Andre Vilas	00	POR	DNMG	03/03/2013	Leiria
<b>Costas</b>							
50m	29.25	tempo limite					
100m	1:04.62	Dias Jose Diogo	04	POR	FBSC	07/05/2017	Coimbra
200m	2:15.27	Ruivo Andre Vilas	00	POR	DNMG	16/03/2013	S. António Cavaleiros
<b>Bruços</b>							
50m	33.81	tempo limite					
100m	1:09.54	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	15/05/2010	Lousada

200m	2:37.57	Freitas Tomas Miguel	90	POR	CDN	13/07/2003	Funchal
<b>Mariposa</b>							
50m	28.73	tempo limite					
100m	1:01.78	Silva Fabio Parrilha da	87	POR	CNAL	01/04/2000	Penafiel
200m	2:19.18	Ruivo Andre Vilas	00	POR	DNMG	01/06/2013	Nazaré
<b>Estilos</b>							
100m	1:06.44						
200m	2:17.96	Ruivo Andre Vilas	00	POR	DNMG	02/06/2013	Nazaré
400m	4:49.65	Ruivo Andre Vilas	00	POR	DNMG	15/03/2013	S. António Cavaleiros
<b>Femin., Inf A</b>							
<b>Livres</b>							
50m	27.43	Brites Marta Lopes	06	POR	CNPDL	12/07/2019	Ponta Delgada
100m	58.55	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
200m	2:07.47	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	09/03/2018	Felgueiras
400m	4:25.30	Silva Alexandra Maria	67	POR	FCP	19/07/1980	Porto
800m	9:03.90	Silva Alexandra Maria	67	POR	FCP	13/07/1980	Porto
1500m	17:18.20	Silva Alexandra Maria	67	POR	FCP	23/07/1980	Porto
<b>Costas</b>							
50m	31.92	tempo limite					
100m	1:04.85	Peixeira Filipa Ramos	03	POR	SCP	18/03/2016	Tomar
200m	2:21.33	Azevedo Rafaela Gomes	02	POR	SAD	06/06/2015	Algés
<b>Bruços</b>							
50m	34.68	tempo limite					
100m	1:13.43	Pereira Raquel Gomes	00	POR	SANL	13/04/2013	Abrantes
200m	2:36.86	Pereira Clara Gomes	02	POR	SAD	06/06/2015	Algés
<b>Mariposa</b>							
50m	29.31	tempo limite					
100m	1:02.30	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
200m	2:20.28	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	12/05/2018	Condeixa
<b>Estilos</b>							
100m	1:09.62						
200m	2:21.36	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	10/03/2018	Felgueiras
400m	5:03.94	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	12/05/2018	Condeixa
<b>Femin., Inf B</b>							
<b>Livres</b>							
50m	27.89	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	13/05/2017	Espinho
100m	1:00.13	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	08/04/2017	Mealhada
200m	2:11.27	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	25/03/2017	Mealhada
400m	4:38.40	Ruivo Filipa Vilas	97	POR	DNMG	13/06/2009	Alcobaça
800m	9:33.95	Ruivo Filipa Vilas	97	POR	DNMG	16/05/2009	Nazaré
1500m	18:28.43	Rosa Mafalda Sofia	03	POR	CNRM	14/03/2015	Coruche
<b>Costas</b>							
50m	32.16	tempo limite					
100m	1:06.85	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	07/04/2017	Mealhada
200m	2:27.90	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	26/03/2017	Mealhada
<b>Bruços</b>							
50m	36.81	tempo limite					
100m	1:17.79	Cunha Mariana Ferrinha	83	POR	AAC	19/03/1995	Coimbra
200m	2:45.30	Pereira Clara Gomes	02	POR	SAD	14/06/2014	Algés
<b>Mariposa</b>							
50m	31.28	tempo limite					
100m	1:05.51	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	06/05/2017	Gafanha de Nazaré

**Piscina curta (25m)**

**Piscina curta (25m)**



200m	2:31.64	Felgueiras Raquel Maria	80	POR	SCB	09/05/1992	Algés
<b>Estilos</b>							
100m	1:13.22						
200m	2:28.04	Fernandes Carolina Miranda	05	POR	CGA	08/04/2017	Mealhada
400m	5:15.68	Miguel Susana Patricia	90	POR	SFUAP	06/07/2002	Rio Maior
<b>Masc., Sen</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:28.96	Sport Lisboa e Benfica		POR	SLB	26/11/2021	Leiria
		LEBRE Diogo Ramos, COSTA Diogo Santos, NASCIMENTO Miguel Duarte, MARQUES Miguel Henriques					
4 x 100m	3:15.63	Sport Lisboa e Benfica		POR	SLB	23/12/2018	Felgueiras
		PEREIRA Luiz Pedro, DIAS Guilherme Pereira, NASCIMENTO Miguel Duarte, CARVALHO Jose Paula					
4 x 200m	7:10.67	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	22/12/2018	Felgueiras
		COSTA Tiago Cunha, MOGNE Igor Araujo, SANTOS Francisco Rogerio, SANTOS Alexis Manacas					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:38.14	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	27/11/2021	Leiria
		SANTOS Francisco Rogerio, QUINTAS Francisco Robalo, COSTA Tiago Cunha, SANTOS Alexis Manacas					
4 x 100m	3:33.86	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	26/11/2021	Leiria
		SANTOS Francisco Rogerio, QUINTAS Francisco Robalo, MOGNE Igor Araujo, SANTOS Alexis Manacas					
<b>Femin., Sen</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:43.49	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita		POR	FCP	04/12/2009	Leiria
		LOUREIRO Sara Beatriz, OLIVEIRA Sara Freitas, OLIVEIRA Alexandra Paiva, MARINHO Marta Vieira					
4 x 100m	3:44.99	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita		POR	FCP	04/12/2010	Porto
		OLIVEIRA Sara Freitas, LOUREIRO Sara Beatriz, OLIVEIRA Alexandra Paiva, MARINHO Marta Vieira					
4 x 200m	8:09.45	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	09/12/2017	Porto
		FRISCHKNECHT Rita Barros, AZEVEDO Madalena Gomes, AZEVEDO Francisca Gomes, PEREIRA Raquel Gomes					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:53.11	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	21/12/2019	Felgueiras
		AZEVEDO Rafaela Gomes, PEREIRA Raquel Gomes, LIMA Lia Ana, FRISCHKNECHT Rita Barros					
4 x 100m	4:06.14	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita		POR	FCP	19/12/2009	S. António Cavaleiros
<b>Misto, Sen</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:39.08	Futebol Clube do Porto		POR	FCP	28/04/2019	Felgueiras
		AMORIM Alexandre Ferreira, FERREIRA Catarina Maria, NUNES Porfirio Braga, OLIVEIRA Rosa Maria					
4 x 100m	3:38.72	Futebol Clube do Porto		POR	FCP	14/11/2021	Felgueiras
		SANTO Pedro Miguel, RAMOS Ana Rita, NUNES Porfirio Braga, OLIVEIRA Rosa Maria					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:46.76	Vitoria Sport Clube		POR	VSC	07/05/2022	Felgueiras
		COSTA Joao Nogueira, AMORIM Alexandre Ferreira, FERNANDES Filipa Viamonte, FERNANDES Ana Ines					
4 x 100m	3:58.31	Vitoria Sport Clube		POR	VSC	14/11/2021	Felgueiras
		CABRAL Maria Francisca, AMORIM Alexandre Ferreira, SOUSA Joao Ribeiro, RAMOS Ana Rita					
<b>Masc., Jun</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:35.32	Sport Lisboa e Benfica		POR	SLB	08/12/2017	Porto
		CATALAO Daniel Nogueira, MARQUES Miguel Henriques, AIRES Rafael Alcantara, SANTO Filipe Miguel					
4 x 100m	3:28.98	Sport Lisboa e Benfica		POR	SLB	23/12/2018	Felgueiras
		LEBRE Diogo Ramos, AIRES Rafael Alcantara, FERREIRA Ricardo Pinela, BERNARDO Joao Silva					
4 x 200m	7:35.58	Associacao Naval Amorense		POR	ANAM	22/12/2013	Felgueiras
		GIL Rafael Lourenco, AIRES Fabio Alcantara, GIL Joao Pedro, SANTOS Joao Carlos					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:44.33	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	21/12/2019	Felgueiras
		DOMINGOS Ruy Manuel, NUNES Francisco Costa, GORDO Salvador Vieira, FERNANDES Eduardo Gomes					

4 x 100m	3:47.99	Sporting Clube de Portugal	POR SCP	20/12/2019	Felgueiras
DOMINGOS Ruy Manuel, NUNES Francisco Costa, GORDO Salvador Vieira, FERNANDES Eduardo Gomes					
<b>Misto, Jun</b>					<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:41.62	Sport Lisboa e Benfica	POR SLB	28/04/2019	Felgueiras
AIRES Rafael Alcantara, ANDRE Leticia Maia, LEBRE Diogo Ramos, GRAVETO Ana Raquel					
4 x 100m	3:42.91	Clube Natacao de Torres Novas	POR CNTN	24/11/2019	Tomar
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	1:52.76	Sporting Clube de Portugal	POR SCP	27/04/2019	Felgueiras
PEIXEIRA Filipa Ramos, CALDEIRA Goncalo Silveirinha, FERNANDES Eduardo Gomes, PINTO Mafalda Marques					
4 x 100m	4:09.32	Clube Natacao de Torres Novas	POR CNTN	23/11/2019	Tomar
<b>Femin., Jun</b>					<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:46.86	Sporting Clube de Portugal	POR SCP	04/12/2009	Leiria
ROSA Maria Carolina, MARINHO Patricia Garcia, TIAGO Filipa Vilas, BELEZA Mafalda Gomes					
4 x 100m	3:52.24	Clube dos Galitos / Bresimar	POR CGA	28/11/2021	Leiria
FERNANDES Carolina Miranda, ALMEIDA Maria Carolina, SOARES Miriam Mortagua, VASCONCELOS Lara Rodrigues					
4 x 200m	8:24.59	Futebol Clube do Porto	POR FCP	22/12/2018	Felgueiras
RAMOS Ana Rita, SOARES Catarina Silva, AMORIM Maria Leonor, BARBOSA Mariana Fernandes					
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	1:56.40	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	22/12/2018	Felgueiras
AZEVEDO Rafaela Gomes, PEREIRA Clara Gomes, CRUZ Sara Moura, SOUSA Ana Reis					
4 x 100m	4:15.24	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	21/12/2018	Felgueiras
AZEVEDO Rafaela Gomes, PEREIRA Clara Gomes, CRUZ Sara Moura, SOUSA Ana Reis					
<b>Masc., Juv A</b>					<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:38.97	Sport Lisboa e Benfica	POR SLB	07/05/2022	Felgueiras
ROQUE Tomas Nunes, JANUARIO Tomas Maia, BAPTISTA Guilherme Fernandes, MORAIS David Miguel					
4 x 100m	3:34.94	Clube Naval do Funchal	POR CNF	11/07/2014	Funchal
TEIXEIRA Francisco Manso, MORGANHO Francisco Aguiar, SOUSA Pedro Camacho, VARGAS Henrique Luis					
4 x 200m	7:49.50	Associacao Naval Amorense	POR	06/07/2012	Algés
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	1:50.53	Grupo Desportivo Natação de V.N.Farr	POR GDNFAMA	08/05/2022	Felgueiras
SILVA Francisco Araujo, FERNANDES Leonardo Freitas, PEREIRA Rodrigo Ferreira, SANTOS Rui Miguel					
4 x 100m	3:59.39	Clube Futebol Os Belenenses	POR CFB	14/07/2019	Algés
WANZELLER Goncalo Henriques, JUNIOR Luis Cabral, DIAS Rodrigo Reis, GOMES Pedro Pires					
<b>Masc., Juv</b>					<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:38.97	Sport Lisboa e Benfica	POR SLB	07/05/2022	Felgueiras
ROQUE Tomas Nunes, JANUARIO Tomas Maia, BAPTISTA Guilherme Fernandes, MORAIS David Miguel					
4 x 100m	3:34.94	Clube Naval do Funchal	POR CNF	11/07/2014	Funchal
MOURAO Duarte Rafael, FIGUEIRA Fabio Andre, MORGADO Simao Gomes, ALMEIDA Carlos Esteves					
4 x 200m	7:49.50	Associacao Naval Amorense	POR	06/07/2012	Algés
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	1:49.20	Sport Lisboa e Benfica	POR SLB	08/05/2022	Felgueiras
JANUARIO Tomas Maia, MIMOSO Rafael Miguel, ROQUE Tomas Nunes, BAPTISTA Guilherme Fernandes					
4 x 100m	3:59.39	Clube Futebol Os Belenenses	POR CFB	14/07/2019	Algés
WANZELLER Goncalo Henriques, JUNIOR Luis Cabral, DIAS Rodrigo Reis, GOMES Pedro Pires					
<b>Misto, Juv A</b>					<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:46.07	Sport Lisboa e Benfica	POR SLB	08/05/2022	Felgueiras
TOJO Clara Vieira, JANUARIO Tomas Maia, BAPTISTA Guilherme Fernandes, RODRIGUES Leonor Carreiro					

4 x 100m	3:55.90	Clube Naval Praia da Vitoria	POR	CNPV	15/02/2020	Praia da Vitória
COSTA Joao Peres, RINO Maria Pedro, SILVA Gustavo Carvalho, SILVA Ana Carolina						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:57.59	Clube Naval da Praia da Vitoria	POR	CNPV	16/11/2019	Angra do Heroísmo
SILVA Gustavo Carvalho, SILVA Ana Carolina, RINO Maria Pedro, COSTA Joao Peres						
4 x 100m	4:18.10	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNFAMA	19/11/2021	Paredes
SOARES Rita Marques, COSTA Tomas Mendes, PEREIRA Rodrigo Ferreira, MESQUITA Mafalda Martins						
<b>Masc., Juv B</b>						<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:42.30	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNFAMA	17/07/2021	Felgueiras
PEREIRA Rodrigo Ferreira, SILVA Francisco Araujo, COSTA Tomas Mendes, SANTOS Rui Miguel						
4 x 100m	3:42.17	Assoc Desp Cult Rec Bairro dos Anjos	POR	ADBA	22/06/2019	Leiria
4 x 200m	8:01.08	Assoc Desp Cult Rec Bairro dos Anjos	POR	ADBA	05/05/2019	Caldas da Rainha
SILVA Nuno Marques, CLARA Vitor Belo, REIS Rodrigo Miguel, FARIA Ricardo Morais						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:53.23	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNFAMA	17/07/2021	Felgueiras
SILVA Francisco Araujo, COSTA Tomas Mendes, PEREIRA Rodrigo Ferreira, SANTOS Rui Miguel						
4 x 100m	4:04.46	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	14/12/2014	Estarreja
TINOCO Joao Pereira, SANTOS Miguel Angelo, MORAIS Hugo Gabriel, FREITAS Jose Pedro						
<b>Femin., Juv A</b>						<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:54.01		POR			
4 x 100m	4:00.53	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
FERNANDES Carolina Miranda, ALMEIDA Maria Carolina, SEQUEIRA Leonor Ferreira, VASCONCELOS Lara Rodrigues						
4 x 200m	8:48.75	Assoc Desp Cult Rec Bairro dos Anjos	POR	ADBA	14/12/2018	Tomar
AMADO Maria Lopes, VIANA Margarida Violante, SIMOES Rita Mendes, ALVES Maria Francisca						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	2:05.46		POR			
4 x 100m	4:29.46	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	14/07/2019	Algés
DELFINO Mariana Morais, INACIO Marta Macedo, MOURA Maria Ferreira, PEDRO Daniela Alexandra						
<b>Misto, Juv</b>						<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:44.27	tempo limite		POR		
4 x 100m	3:51.93	Assoc Desp Cult Rec Bairro dos Anjos	POR	ADBA	22/06/2019	Leiria
REIS Rodrigo Miguel, VIANA Margarida Violante, SIMOES Rita Mendes, SILVA Joao Jose						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:55.99	tempo limite		POR		
4 x 100m	4:12.98	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	29/06/2019	Algés
FRASQUILHO Afonso Figueiredo, REIS Erica Cristina, MOURA Maria Ferreira, ALMEIDA Bernardo Victorino						
<b>Femin., Juv</b>						<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:54.01		POR			
4 x 100m	4:00.53	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
FERNANDES Carolina Miranda, ALMEIDA Maria Carolina, SEQUEIRA Leonor Ferreira, VASCONCELOS Lara Rodrigues						
4 x 200m	8:48.75	Assoc Desp Cult Rec Bairro dos Anjos	POR	ADBA	14/12/2018	Tomar
AMADO Maria Lopes, VIANA Margarida Violante, SIMOES Rita Mendes, ALVES Maria Francisca						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	2:05.46		POR			
4 x 100m	4:29.46	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	14/07/2019	Algés
DELFINO Mariana Morais, GERALDES Madalena Graca, MOURA Maria Ferreira, INACIO Marta Macedo						

### Misto, Juv B

### Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:51.41	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	08/05/2022	Felgueiras
RODRIGUES Gil Afonso, NEVES Ana Carolina, CARVALHO Afonso Pacheco, SOUSA Mafalda Pinto						
4 x 100m	3:54.84	Sport Lisboa e Benfica	POR	SLB	23/02/2020	S. António Cavaleiros
LÓPEZ Matilde Nunes, CARVALHO Goncalo Duarte, COELHO Maria Leonor, MARQUES Andre Henriques						

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:05.76	Assoc Desp Cult Rec Bairro dos Anjos	POR	ADBA	15/02/2020	Torres Novas
DINIS Filipa Paiva, MOREIRA Lucas Filipe, OLIVEIRA Jose Francisco, FROIS Maria Francisca						
4 x 100m	4:25.03	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	29/06/2019	Algés
PIRES Marta Joao, REBELO Joao Lourenco, VIEIRA Tomas Sa, FERNANDES Maria Teresa						

### Masc., Inf A

### Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:44.83		POR			
4 x 100m	3:48.35	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	29/03/2014	Cantanhede
FREITAS Jose Pedro, SANTOS Miguel Angelo, TINOCO Joao Pereira, MORAIS Hugo Gabriel						
4 x 200m	8:18.74	Ass. Desp. Bairro dos Anjos /BOMCAR	POR	ADBA	08/07/2018	Caldas da Rainha
CLARA Vitor Belo, SILVA Nuno Marques, REIS Rodrigo Miguel, FARIA Ricardo Morais						

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	1:56.84		POR			
4 x 100m	4:12.48	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	20/03/2016	Tomar
VALENTE Diogo Nuno, MALFEITO Martim Rebelo, GOMES Vicente Oliveira, DOMINGOS Ruy Manuel						

### Femin., Juv B

### Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:56.20		POR			
4 x 100m	4:05.21	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	10/06/2019	Estarreja
FERNANDES Carolina Miranda, ALMEIDA Maria Carolina, VASCONCELOS Lara Rodrigues, SEQUEIRA Leonor Ferreira						
4 x 200m	8:52.76	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	04/06/2011	Algés

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:08.16		POR			
4 x 100m	4:33.40	Sport Lisboa e Benfica	POR	SLB	15/06/2006	Reboleira

### Masc., Inf

### Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:44.83		POR			
4 x 100m	3:48.35	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	29/03/2014	Cantanhede
4 x 200m	8:18.74	Ass. Desp. Bairro dos Anjos /BOMCAR	POR	adba	08/07/2018	Caldas da Rainha

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	1:56.84		POR			
4 x 100m	4:12.48	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	20/03/2016	Tomar

### Misto, Inf A

### Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:55.81	Foca-Clube Natacao de Felgueiras	POR	FOCA	10/07/2021	Pacos de Ferreira
MOURA Leonardo Cunha, FERREIRA Mariana Pinto, HENRIQUES Carolina Cunha, TEIXEIRA Renato Gouveia						
4 x 100m	4:10.34	Clube Desportivo Nacional	POR	CDN	12/07/2019	Funchal
GOUVEIA Luis Galvao, DIAS Andre Vicente, COSTA Maria Jardim, FREITAS Margarida Ramos						

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:09.19	Foca-Clube Natacao de Felgueiras	POR	FOCA	11/07/2021	Pacos de Ferreira
TEIXEIRA Renato Gouveia, FERREIRA Mariana Pinto, MOURA Leonardo Cunha, HENRIQUES Carolina Cunha						
4 x 100m	4:35.27	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	29/06/2019	Algés
ALMEIDA Maria Soares, MIMOSO Rodrigo Ferreira, GUTUTUI Francisc, FERREIRA Francisca Santos						

**Masc., Inf B** **Piscina curta (25m)**

Livres Estafeta

4 x 50m	1:57.13		POR			
4 x 100m	4:05.06	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	28/06/2013	Vila Praia Ancora
4 x 200m	8:56.37	Ass. Desp. Bairro dos Anjos /BOMCAR	POR	ADBA	25/06/2017	Leiria

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:14.09		POR			
4 x 100m	4:35.54	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	17/03/2013	Porto

SILVA Daniel Pereira, SANTOS Miguel Angelo, MORAIS Hugo Gabriel, MACHADO Rogerio Jose

**Femin., Inf A**

**Piscina curta (25m)**

Livres Estafeta

4 x 50m	1:59.79		POR			
4 x 100m	4:13.11	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
		FERNANDES Carolina Miranda, SEQUEIRA Leonor Ferreira, ALMEIDA Maria Carolina, VASCONCELOS Lara Rodrigues				
4 x 200m	9:05.75	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	11/03/2011	Viseu

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:12.78		POR			
4 x 100m	4:40.29	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	12/03/2011	Viseu

**Misto, Inf**

**Piscina curta (25m)**

Livres Estafeta

4 x 50m	1:55.81	Foca-Clube Natacao de Felgueiras	POR	FOCA	10/07/2021	Pacos de Ferreira
		MOURA Leonardo Cunha, FERREIRA Mariana Pinto, HENRIQUES Carolina Cunha, TEIXEIRA Renato Gouveia				
4 x 100m	4:10.34	Clube Desportivo Nacional	POR	CDN	12/07/2019	Funchal
		GOUVEIA Luis Galvao, DIAS Andre Vicente, COSTA Maria Jardim, FREITAS Margarida Ramos				

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:09.19	Foca-Clube Natacao de Felgueiras	POR	FOCA	11/07/2021	Pacos de Ferreira
		TEIXEIRA Renato Gouveia, FERREIRA Mariana Pinto, MOURA Leonardo Cunha, HENRIQUES Carolina Cunha				
4 x 100m	4:35.27	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	29/06/2019	Algés
		ALMEIDA Maria Soares, MIMOSO Rodrigo Ferreira, GUTUTUI Francisc, FERREIRA Francisca Santos				

**Femin., Inf**

**Piscina curta (25m)**

Livres Estafeta

4 x 50m	1:59.79		POR			
4 x 100m	4:13.11	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
		FERNANDES Carolina Miranda, SEQUEIRA Leonor Ferreira, ALMEIDA Maria Carolina, VASCONCELOS Lara Rodrigues				
4 x 200m	9:05.75	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	11/03/2011	Viseu

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:12.78		POR			
4 x 100m	4:40.29	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	12/03/2011	Viseu

**Misto, Inf B**

**Piscina curta (25m)**

Livres Estafeta

4 x 50m	2:03.08	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	10/07/2021	Pacos de Ferreira
		PORTELA Leonor Borges, COSTA Uxia Romero, SILVA Vasco Lemos, DUARTE Tomas Dinis				
4 x 100m	4:30.20	Assoc. Desportiva de Fafe	POR	ADF	01/03/2020	Penafiel
		PINTO Pedro Miguel, CASTRO Laura Doellinger, MARTINS Maria Joao, COSTA Antonio Miguel				

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:20.98	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	11/07/2021	Pacos de Ferreira
		PEIXOTO Tomas Pinto, SOARES Goncalo Augusto, AMBRUS Beatriz Alves, SANTOS Mariana Silva				
4 x 100m	4:56.56	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	27/03/2022	Manique
		GODINHO Hugo Pacheco, REIS Diogo Damasceno, PARREIRA Gabriela, LOPES Jessica Bernardino				

**Femin., Inf B**

**Piscina curta (25m)**

**Livres Estafeta**

4 x 50m	2:02.38		POR				
4 x 100m	4:23.50	Clube Galitos de Aveiro	POR	CGA	21/05/2017	Mealhada	
		FERNANDES Carolina Miranda, ALMEIDA Maria Carolina, SEQUEIRA Leonor Ferreira, VASCONCELOS Lara Rodrigues					
4 x 200m	9:32.41	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	05/03/2010	Ponte da Barca	

**Estilos Estafeta**

4 x 50m	2:23.73		POR				
4 x 100m	4:57.35	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	06/03/2010	Ponte da Barca	

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



PATROCINADOR OFICIAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS

