

## RN H(60-64)

### Masc., Esc H

#### Livres

Distância	Tempo	Nome	Idade	Nac.	Cl.	Data	Lugar
50m	28.51	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	06/02/2022	Torres Novas
100m	1:02.29	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	20/03/2022	Évora
200m	2:19.25	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	06/02/2022	Torres Novas
400m	4:56.69	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	04/02/2022	Torres Novas
800m	10:45.30	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	04/12/2021	Paços de Ferreira
1500m	20:15.15	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	04/12/2021	Paços de Ferreira

#### Costas

50m	34.44	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	05/02/2022	Torres Novas
100m	1:12.68	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	04/02/2022	Torres Novas
200m	2:46.86	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	04/12/2021	Paços de Ferreira

#### Bruços

50m	36.18	Jose Miguel Barroso	62	POR	CFP	26/03/2022	Estarreja
100m	1:19.52	Jose Miguel Barroso	62	POR	CFP	30/04/2022	Caldas da Rainha
200m	3:00.75	Jose Miguel Barroso	62	POR	CFP	05/02/2022	Torres Novas

#### Mariposa

50m	30.21	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	24/04/2022	Sines
100m	1:06.94	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	20/03/2022	Évora
200m	2:35.28	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	05/02/2022	Torres Novas

#### Estilos

100m	1:14.80	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	12/12/2021	Albufeira
200m	2:42.45	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	11/12/2021	Albufeira
400m	5:45.27	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	25/04/2022	Valongo

### Femin., Esc H

#### Livres

50m	35.84	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	16/04/2011	Lisboa
100m	1:18.54	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	28/01/2012	Tomar
200m	2:54.01	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	29/01/2011	Ponte de Sor
400m	6:01.46	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	29/01/2012	Tomar
800m	12:42.30	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	27/02/2011	Lisboa
1500m	24:36.53	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	08/11/2014	Porto

#### Costas

50m	40.41	Elena Alarcon Garmonal	61	POR	GCNF	06/02/2022	Torres Novas
100m	1:37.00	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	28/01/2012	Tomar
200m	3:32.50	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	16/01/2011	Abóboda

#### Bruços

50m	43.26	Ana Moura Relvas	56	POR	AAC	30/01/2016	Tomar
100m	1:39.93	Ana Moura Relvas	56	POR	AAC	31/01/2016	Tomar
200m	3:43.37	Maria Santos Fernandes	62	POR	LSC	05/02/2022	Torres Novas

#### Mariposa

50m	39.19	Eugenia Maria Cunha	62	POR	AAC	04/02/2022	Torres Novas
100m	1:36.94	Eugenia Maria Cunha	62	POR	AAC	05/02/2022	Torres Novas
200m	3:49.01	Ana Maria Ferreira	50	POR	ANE	18/04/2010	Lisboa

#### Estilos

100m	1:20.84	Elena Alarcon Garmonal	61	POR	GCNF	06/02/2022	Torres Novas
200m	3:23.52	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	26/02/2011	Lisboa
400m	7:18.48	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	27/02/2011	Lisboa

## RN E(45-49)

<b>Masc., Esc E</b>							<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	24.49	Miguel Alexandre Machado	75	POR	CFP	19/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	55.12	Miguel Alexandre Machado	75	POR	CFP	19/01/2020	Vila Franca de Xira
200m	2:03.77	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	17/04/2010	Lisboa
400m	4:19.65	Jose Carlos Freitas	63	POR	CFP	29/01/2011	Ponte de Sor
800m	9:20.89	Jose Carlos Freitas	63	POR	CFP	25/03/2012	Vigo (ESP)
1500m	17:33.84	Jose Carlos Freitas	63	POR	CFP	25/03/2012	Vigo (ESP)
<b>Costas</b>							
50m	29.37	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	22/05/2010	Lisboa
100m	1:02.52	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	30/05/2009	Inatel
200m	2:17.46	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	19/04/2009	Lisboa
<b>Bruços</b>							
50m	31.71	Rodolfo Pereira Nunes	73	POR	INDNP	17/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:10.35	Rodolfo Pereira Nunes	73	POR	INDNP	20/01/2019	Mealhada
200m	2:38.17	Rodrigo Marques Costa	76	POR	CNLA	05/02/2022	Torres Novas
<b>Mariposa</b>							
50m	27.31	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	30/05/2009	Inatel
100m	1:00.13	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	31/05/2009	Inatel
200m	2:19.13	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	21/02/2010	Lisboa
<b>Estilos</b>							
100m	1:04.20	Rodolfo Pereira Nunes	73	POR	CAP	20/01/2018	Vila Franca de Xira
200m	2:22.38	Rodolfo Pereira Nunes	73	POR	CAP	19/01/2018	Vila Franca de Xira
400m	5:14.57	Paulo Paula Carvalho	61	POR	EMDS	22/12/2008	Inatel
<b>Femin., Esc E</b>							<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	29.71	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	CNFA	05/04/2008	Caldas da Rainha
100m	1:04.79	Carla Santa Barbara	75	POR	FCP	19/01/2020	Vila Franca de Xira
200m	2:23.57	Carla Santa Barbara	75	POR	FCP	18/01/2020	Vila Franca de Xira
400m	5:03.00	Ana Paula Grilo	69	POR	NDCO	26/01/2014	Mealhada
800m	10:48.71	Patricia Diogenes Pereira	69	POR	SAD	19/02/2015	Pontevedra (ESP)
1500m	20:28.21	Patricia Diogenes Pereira	69	POR	SAD	28/11/2015	Porto
<b>Costas</b>							
50m	33.57	Natacha Alexandra Sousa	72	POR	CFP	13/05/2017	Senhora da Hora
100m	1:15.22	Gisela Barbosa Coutinho	75	POR	FCP	17/01/2020	Vila Franca de Xira
200m	2:43.05	Gisela Barbosa Coutinho	75	POR	FCP	18/01/2020	Vila Franca de Xira
<b>Bruços</b>							
50m	39.71	Claudia Patricia Nobrega	75	POR	CNF	17/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:27.32	Amelia Ponte Galhardo	64	POR	CCDCML	31/01/2009	Torres Novas
200m	3:10.21	Claudia Patricia Nobrega	75	POR	CNF	18/01/2020	Vila Franca de Xira
<b>Mariposa</b>							
50m	33.12	Joana Isabel Arantes	72	POR	CMBCP	19/01/2018	Vila Franca de Xira
100m	1:12.81	Maria Luisa Costa	74	POR	CFP	18/01/2020	Vila Franca de Xira
200m	2:42.49	Joana Isabel Arantes	72	POR	CMBCP	21/01/2018	Vila Franca de Xira
<b>Estilos</b>							
100m	1:15.33	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	CNFA	05/04/2008	Caldas da Rainha
200m	2:44.20	Maria Helena Carmo	66	POR	CNCVG	29/01/2011	Ponte de Sor
400m	5:54.12	Ana Paula Grilo	69	POR	NDCO	26/04/2014	Leiria

## RN 4(200-239)

### Masc., Cat 4

### Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:49.28	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	04/02/2022	Torres Novas
Antonio Aderito CHAVES, Jose Pedro SOARES, Celso Ruben BARBOSA, Celso Fernando RIBEIRO						
4 x 100m	4:12.51	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	30/10/2016	Porto
Jose Carlos FREITAS, Jose Augusto VAZ, Jose Pedro SANTANA, Carlos Guimaraes GONCALVES						
4 x 200m	10:27.67	Fundacao Salesianos	POR	FS	23/03/2019	Manique
Jean Alexandre TESTAGROSSA, Jorge Miguel SILVA, Bruno Miguel FONSECA, Ricardo Antonio MENDES						

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:02.72	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	29/01/2017	Sines
Americo Pedro GONCALVES, Jose Augusto VAZ, Jose Carlos FREITAS, Jorge Manuel MONTEIRO						
4 x 100m	5:05.51	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	30/10/2016	Porto
Jose Pedro SANTANA, Luis Miguel BERNARDO, Jorge Manuel MONTEIRO, Jose Augusto VAZ						

### Femin., Cat 4

### Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	2:07.93	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	05/02/2022	Torres Novas
Gisela Barbosa COUTINHO, Carla Santa BARBARA, Maria Teresa ANDRADE, Maria Fernanda GONCALVES						
4 x 100m	5:25.19	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	02/04/2016	Algés
Catarina Araujo BLANCO, Ana Maria FERREIRA, Laura Manuela MIRANDA, Rita Mendonca GOMES						
4 x 200m	11:17.92	Assoc Desp Rec Colegio Int Monte Mai	POR	ADRCIMM	23/03/2019	Manique
Rita Miguel REINA, Rita Rijo SILVA, Elena Nikolaevna KRAEVA, Laura Manuela MIRANDA						

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:22.85	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	20/01/2019	Mealhada
Monica Anjos REZENDE, Maria Teresa ANDRADE, Carla Santa BARBARA, Maria Fernanda GONCALVES						
4 x 100m	6:13.74	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	30/10/2016	Porto
Ines Maria ROTHES, Ana Paula ALMEIDA, Filipa Margarida FERREIRA, Rita Cabral GUIMARAES						

### Misto, Cat 4

### Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:56.29	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	20/01/2019	Mealhada
Jose Pedro SOARES, Antonio Aderito CHAVES, Maria Fernanda GONCALVES, Monica Anjos REZENDE						
4 x 100m	5:36.44	Sindicato Trab. Funcao Pub. Sul e Acc	POR	SFP	07/03/2020	Sines
Sergio Miguel MANSO, Maria Felix FERREIRA, Marta Martins FERREIRA, Vitor Manuel MAVIOSO						
4 x 200m	59:00.00					

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:12.22	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	05/02/2022	Torres Novas
Jose Pedro SOARES, Maria Teresa ANDRADE, Antonio Aderito CHAVES, Carla Santa BARBARA						
4 x 100m	5:54.17	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	07/03/2020	Sines
Violante Isabel RIBEIRO, Carla Vale LENZI, Jorge Eduardo FARIA, Sergio Ferreira NEVES						

## RN L(80-84)

### Masc., Esc L

### Piscina curta (25m)

#### Livres

50m	42.02	Leonel Sousa Gomes	30	POR	AAC	31/01/2010	Mealhada
100m	1:38.75	Leonel Sousa Gomes	30	POR	AAC	30/01/2010	Mealhada
200m	3:55.06	Leonel Sousa Gomes	30	POR	AAC	30/01/2011	Ponte de Sor
400m	9:18.14	Antonio Alexandre Rodrigues	39	POR	AAC	18/01/2019	Mealhada
800m	59:00.00	start		POR			
1500m	59:00.00	start		POR			

#### Costas

50m	55.98	Leonel Sousa Gomes	30	POR	AAC	31/01/2010	Mealhada
-----	-------	--------------------	----	-----	-----	------------	----------

100m	2:06.59	Leonel Sousa Gomes	30	POR	AAC	30/01/2010	Mealhada
200m	5:34.15	Joao Rodrigues Teixeira	37	POR	AAC	08/02/2020	Tomar
<b>Bruços</b>							
50m	51.47	Leonel Sousa Gomes	30	POR	AAC	30/01/2010	Mealhada
100m	1:55.42	Leonel Sousa Gomes	30	POR	AAC	30/01/2010	Mealhada
200m	4:11.52	Leonel Sousa Gomes	30	POR	AAC	24/04/2010	Caldas da Rainha
<b>Mariposa</b>							
50m	1:02.82	Antonio Alexandre Rodrigues	39	POR	AAC	17/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	2:38.38	Antonio Alexandre Rodrigues	39	POR	AAC	18/01/2020	Vila Franca de Xira
200m	59:00.00	start		POR			
<b>Estilos</b>							
100m	1:49.71	Leonel Sousa Gomes	30	POR	AAC	25/04/2010	Caldas da Rainha
200m	59:00.00	start		POR			
400m	59:00.00	start		POR			
<b>Femin., Esc L</b>							
<b>Livres</b>							
50m	55.99	Isabel Maria Raimundo	40	POR	SAD	19/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	2:29.45	Nair Gomes Sa	39	POR	ANE	05/02/2022	Torres Novas
200m	5:02.89	Nair Gomes Sa	39	POR	ANE	05/02/2022	Torres Novas
400m	59:00.00	start		POR			
800m	59:00.00	start		POR			
1500m	59:00.00	start		POR			
<b>Costas</b>							
50m	1:02.58	Nair Gomes Sa	39	POR	ANE	06/04/2019	Algés
100m	2:16.56	Nair Gomes Sa	39	POR	ANE	02/03/2019	Sines
200m	5:03.54	Nair Gomes Sa	39	POR	ANE	18/01/2020	Vila Franca de Xira
<b>Bruços</b>							
50m	1:03.93	Isabel Maria Raimundo	40	POR	SAD	17/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	2:23.23	Isabel Maria Raimundo	40	POR	SAD	19/01/2020	Vila Franca de Xira
200m	5:19.56	Isabel Maria Raimundo	40	POR	SAD	08/02/2020	Tomar
<b>Mariposa</b>							
50m	59:00.00	start		POR			
100m	59:00.00	start		POR			
200m	59:00.00	start		POR			
<b>Estilos</b>							
100m	2:51.23	Nair Gomes Sa	39	POR	ANE	13/04/2019	Caldas da Rainha
200m	59:00.00	start		POR			
400m	59:00.00	start		POR			

**Piscina curta (25m)**

**RN G(55-59)**

<b>Masc., Esc G</b>							
<b>Livres</b>							
50m	26.25	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	20/01/2019	Mealhada
100m	57.72	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	06/04/2019	Algés
200m	2:06.91	Jose Carlos Freitas	63	POR	INDNP	20/01/2019	Mealhada
400m	4:25.70	Jose Carlos Freitas	63	POR	INDNP	18/01/2019	Mealhada
800m	9:34.13	Jose Carlos Freitas	63	POR	INDANP	16/11/2019	Pacos de Ferreira
1500m	18:03.28	Jose Carlos Freitas	63	POR	INDNP	28/10/2018	Porto
<b>Costas</b>							
50m	29.98	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	19/01/2019	Mealhada
100m	1:10.70	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	18/01/2019	Mealhada
200m	2:31.57	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	19/01/2019	Mealhada
<b>Bruços</b>							
50m	33.74	Jose Samuel Duarte	65	POR	SCP	17/01/2020	Vila Franca de Xira

**Piscina curta (25m)**

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIRO OFICIAL  
DE NUTRIÇÃO DESPORTIVA  
E ALIMENTAÇÃO FUNCIONAL



PARCEIROS



100m	1:14.31	Jose Samuel Duarte	65	POR	SCP	19/01/2020	Vila Franca de Xira
200m	2:41.09	Jose Samuel Duarte	65	POR	SCP	18/01/2020	Vila Franca de Xira
<b>Mariposa</b>							
50m	27.63	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	02/03/2019	Sines
100m	1:01.41	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	06/04/2019	Algés
200m	2:27.46	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	20/01/2018	Vila Franca de Xira
<b>Estilos</b>							
100m	1:07.56	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	19/01/2019	Mealhada
200m	2:32.75	Jose Carlos Freitas	63	POR	INDNP	18/01/2019	Mealhada
400m	5:35.57	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SFUAP	03/04/2016	Benedita

### Femin., Esc G

<b>Livres</b>							
50m	32.36	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	CNFA	20/01/2018	Vila Franca de Xira
100m	1:13.67	Elena Nikolaevna Kraeva	61	POR	ADRCIMM	21/04/2018	Algés
200m	2:40.35	Elena Nikolaevna Kraeva	61	POR	ADRCIMM	28/01/2017	Sines
400m	5:32.63	Elena Nikolaevna Kraeva	61	POR	ADRCIMM	31/01/2016	Tomar
800m	12:49.51	Ana Maria Ferreira	56	POR	UDCA	18/11/2006	Inatel
1500m	59:00.00	start		POR			
<b>Costas</b>							
50m	36.84	Elena Nikolaevna Kraeva	61	POR	ADRCIMM	31/01/2016	Tomar
100m	1:19.42	Elena Nikolaevna Kraeva	61	POR	ADRCIMM	30/01/2016	Tomar
200m	2:53.12	Elena Nikolaevna Kraeva	61	POR	ADRCIMM	21/01/2018	Vila Franca de Xira
<b>Bruços</b>							
50m	41.29	Maria Teresa Andrade	63	POR	FCP	17/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:31.28	Maria Teresa Andrade	63	POR	FCP	19/01/2020	Vila Franca de Xira
200m	3:23.36	Maria Teresa Andrade	63	POR	FCP	18/01/2020	Vila Franca de Xira
<b>Mariposa</b>							
50m	34.54	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	CNFA	19/01/2018	Vila Franca de Xira
100m	1:21.04	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	CNFA	20/01/2018	Vila Franca de Xira
200m	3:35.07	Eugenia Maria Cunha	62	POR	AAC	22/04/2017	Caldas da Rainha
<b>Estilos</b>							
100m	1:20.05	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	CNFA	21/01/2018	Vila Franca de Xira
200m	3:01.29	Elena Nikolaevna Kraeva	61	POR	ADRCIMM	30/01/2016	Tomar
400m	7:26.86	Ana Maria Ferreira	50	POR	SFP	26/05/2006	Ponte de Sôr

### Piscina curta (25m)

### RN M(85-89)

#### Masc., Esc M

<b>Livres</b>							
50m	47.60	Jose Vicente Moura	37	POR	SAD	06/02/2022	Torres Novas
100m	1:48.22	Jose Vicente Moura	37	POR	SAD	30/04/2022	Caldas da Rainha
200m	5:15.81	Joao Rodrigues Teixeira	37	POR	AAC	04/02/2022	Torres Novas
400m	10:39.47	Joao Rodrigues Teixeira	37	POR	AAC	04/02/2022	Torres Novas
800m	59:00.00	start		POR			
1500m	59:00.00	start		POR			
<b>Costas</b>							
50m	1:14.03	Leonel Sousa Gomes	30	POR	SAD	28/01/2017	Sines
100m	2:39.20	Joao Rodrigues Teixeira	37	POR	AAC	04/02/2022	Torres Novas
200m	59:00.00	start		POR			
<b>Bruços</b>							
50m	1:05.05	Antonio Poiares Baptista	27	POR	AAC	26/01/2014	Mealhada
100m	2:34.03	Leonel Sousa Gomes	30	POR	SAD	11/04/2015	Caldas da Rainha
200m	6:09.33	Joao Rodrigues Teixeira	37	POR	AAC	05/02/2022	Torres Novas
<b>Mariposa</b>							
50m	59:00.00	start		POR			

### Piscina curta (25m)



100m	59:00.00	start	POR
200m	59:00.00	start	POR
<b>Estilos</b>			
100m	59:00.00	start	POR
200m	59:00.00	start	POR
400m	59:00.00	start	POR

**Femin., Esc M**

**Livres**

50m	59:00.00	start	POR
100m	59:00.00	start	POR
200m	59:00.00	start	POR
400m	59:00.00	start	POR
800m	59:00.00	start	POR
1500m	59:00.00	start	POR

**Costas**

50m	59:00.00	start	POR
100m	59:00.00	start	POR
200m	59:00.00	start	POR

**Bruços**

50m	59:00.00	start	POR
100m	59:00.00	start	POR
200m	59:00.00	start	POR

**Mariposa**

50m	59:00.00	start	POR
100m	59:00.00	start	POR
200m	59:00.00	start	POR

**Estilos**

100m	59:00.00	start	POR
200m	59:00.00	start	POR
400m	59:00.00	start	POR

**Piscina curta (25m)**

**RN F(50-54)**

**Masc., Esc F**

**Livres**

50m	25.54	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	06/04/2014	Algés
100m	55.76	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	12/04/2014	Caldas da Rainha
200m	2:04.16	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	12/04/2014	Caldas da Rainha
400m	4:22.11	Jose Carlos Freitas	63	POR	CFP	26/01/2013	Felgueiras
800m	9:10.24	Jose Carlos Freitas	63	POR	CFP	02/03/2014	Ponteareas (ESP)
1500m	17:28.53	Jose Carlos Freitas	63	POR	CFP	28/11/2015	Porto

**Costas**

50m	29.30	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	12/04/2014	Caldas da Rainha
100m	1:02.31	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	06/04/2014	Algés
200m	2:26.74	Antonio Aderito Chaves	70	POR	FCP	18/01/2020	Vila Franca de Xira

**Bruços**

50m	33.62	Jose Samuel Duarte	65	POR	SCP	08/04/2017	Algés
100m	1:12.73	Jose Samuel Duarte	65	POR	SCP	22/04/2017	Caldas da Rainha
200m	2:39.50	Jose Samuel Duarte	65	POR	SCP	29/03/2015	Algés

**Mariposa**

50m	27.52	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	25/01/2014	Mealhada
100m	1:00.08	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	06/04/2014	Algés
200m	2:26.10	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SFUAP	27/02/2011	Lisboa

**Estilos**

100m	1:05.00	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	25/01/2014	Mealhada
------	---------	---------------------	----	-----	-----	------------	----------

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIRO OFICIAL  
DE NUTRIÇÃO DESPORTIVA  
E ALIMENTAÇÃO FUNCIONAL



PARCEIROS



200m	2:22.63	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	26/01/2014	Mealhada
400m	5:29.30	Jose Samuel Duarte	65	POR	SCP	28/11/2015	Porto
<b>Femin., Esc F</b>							<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	30.55	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	CNFA	30/04/2011	Palma Maiorca (ESP)
100m	1:09.02	Isabel Baptista Ferreira	67	POR	ADRCIMM	08/04/2017	Algés
200m	2:29.91	Ana Paula Grilo	69	POR	NDCO	08/02/2020	Tomar
400m	5:16.71	Ana Paula Grilo	69	POR	NDCO	07/03/2020	Sines
800m	11:05.37	Ana Paula Grilo	69	POR	NDCO	16/11/2019	Pacos de Ferreira
1500m	20:48.64	Ana Paula Grilo	69	POR	NDCO	16/11/2019	Pacos de Ferreira
<b>Costas</b>							
50m	34.67	Monica Anjos Rezende	69	POR	FCP	20/01/2019	Mealhada
100m	1:17.09	Monica Anjos Rezende	69	POR	FCP	18/01/2019	Mealhada
200m	2:50.10	Isabel Baptista Ferreira	67	POR	ADRCIMM	18/01/2020	Vila Franca de Xira
<b>Bruços</b>							
50m	40.58	Sarah Coutts	67	POR	ANE	07/03/2020	Sines
100m	1:28.70	Sarah Coutts	67	POR	ANE	07/03/2020	Sines
200m	3:10.13	Maria Helena Carmo	66	POR	SAD	28/01/2017	Sines
<b>Mariposa</b>							
50m	33.21	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	CNFA	30/04/2011	Palma Maiorca (ESP)
100m	1:17.16	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	CNFA	28/04/2012	Portimão
200m	3:01.01	Ana Paula Grilo	69	POR	NDCO	09/02/2020	Tomar
<b>Estilos</b>							
100m	1:17.33	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	CNFA	01/05/2011	Palma Maiorca (ESP)
200m	2:48.74	Maria Helena Carmo	66	POR	SAD	19/01/2018	Vila Franca de Xira
400m	6:12.27	Ana Paula Grilo	69	POR	NDCO	11/01/2020	Aguas Santas

## RN I(65-69)

<b>Masc., Esc I</b>							<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	31.44	Alberto Vaz Correia	55	POR	FS	19/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:09.18	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	19/03/2011	Lisboa
200m	2:36.31	Alberto Vaz Correia	55	POR	FS	18/01/2020	Vila Franca de Xira
400m	5:33.34	Alberto Vaz Correia	55	POR	FS	17/01/2020	Vila Franca de Xira
800m	11:54.54	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	27/02/2011	Lisboa
1500m	22:36.53	Alberto Vaz Correia	55	POR	FS	04/12/2021	Paços de Ferreira
<b>Costas</b>							
50m	38.38	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	07/01/2012	Sines
100m	1:21.35	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	21/04/2011	Lisboa
200m	2:57.17	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	20/06/2010	Lisboa
<b>Bruços</b>							
50m	39.98	Joaquim Fidalgo Freitas	47	POR	AAC	26/01/2014	Mealhada
100m	1:29.34	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	16/05/2010	Ponte da Barca
200m	3:18.46	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	26/02/2011	Lisboa
<b>Mariposa</b>							
50m	36.47	Orlando Gomes Bairrada	45	POR	ANE	22/05/2010	Lisboa
100m	1:23.93	Orlando Gomes Bairrada	45	POR	ANE	20/06/2010	Lisboa
200m	3:05.18	Orlando Gomes Bairrada	45	POR	ANE	20/06/2010	Lisboa
<b>Estilos</b>							
100m	1:20.96	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	20/06/2010	Lisboa
200m	2:59.32	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	07/01/2012	Sines
400m	6:26.02	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	18/06/2010	Lisboa

## Femin., Esc I

<b>Livres</b>							<b>Piscina curta (25m)</b>
50m	36.20	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	08/04/2017	Algés

100m	1:21.75	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	29/03/2015	Alges
200m	2:57.96	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	16/04/2016	Caldas da Rainha
400m	6:06.65	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	04/03/2017	Sines
800m	12:59.57	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	28/11/2015	Porto
1500m	24:30.19	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	28/11/2015	Porto
<b>Costas</b>							
50m	46.14	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	29/03/2015	Algés
100m	1:42.96	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	28/01/2017	Sines
200m	3:46.86	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	03/04/2016	Benedita
<b>Bruços</b>							
50m	45.70	Ana Moura Relvas	56	POR	AAC	05/02/2022	Torres Novas
100m	1:47.79	Ana Moura Relvas	56	POR	AAC	30/04/2022	Caldas da Rainha
200m	3:52.92	Luisa Maria Pintao	54	POR	ANE	18/01/2020	Vila Franca de Xira
<b>Mariposa</b>							
50m	45.06	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	01/12/2018	Caldas da Rainha
100m	1:45.49	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	05/03/2016	Sines
200m	3:47.45	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	23/04/2016	Badajoz (ESP)
<b>Estilos</b>							
100m	1:38.61	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	05/03/2016	Sines
200m	3:32.53	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	16/04/2016	Caldas da Rainha
400m	7:32.09	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	03/04/2016	Benedita

## RN 3(160-199)

<b>Masc., Cat 3</b>						<b>Piscina curta (25m)</b>	
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:45.03	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	19/01/2020	Vila Franca de Xira	
Pedro Manuel FERREIRA, Gustavo Andre REIS, Ricardo Nuno ABRANTES, Andre Barbosa VICENTE							
4 x 100m	4:03.06	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	30/10/2016	Porto	
Jorge Manuel MONTEIRO, Americo Pedro GONCALVES, Pedro Jorge MARQUES, Vasco Vieira LOPES							
4 x 200m	9:07.06	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	23/03/2019	Manique	
Pedro Manuel FERREIRA, Jose Samuel DUARTE, Andre Barbosa VICENTE, Mario Andre BONANCA							
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:55.21	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	20/01/2019	Mealhada	
Mario Moura CARVALHO, Pedro Alexandre SOUSA, Celso Ruben BARBOSA, Jose Pedro SOARES							
4 x 100m	4:32.66	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	30/10/2016	Porto	
Carlos Guimaraes GONCALVES, Hugo Miguel FERNANDES, Americo Pedro GONCALVES, Jose Carlos FREITAS							
<b>Femin., Cat 3</b>						<b>Piscina curta (25m)</b>	
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	2:03.66	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	19/01/2019	Mealhada	
Monica Anjos REZENDE, Carla Santa BARBARA, Maria Fernanda GONCALVES, Matilde Valente RIBEIRINHO							
4 x 100m	4:54.40	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	28/11/2015	Porto	
Ines Maria ROTHES, Maria Ana FONSECA, Maria Luisa COSTA, Maria Teresa BRANDAO							
4 x 200m	59:00.00	start	POR				
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	2:16.12	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	20/01/2019	Mealhada	
Vania Soares NEVES, Rita Rebelo SILVA, Maria Luisa COSTA, Ines Maria ROTHES							
4 x 100m	5:34.96	Leixoes Sport Club	POR	LSC	29/10/2017	Porto	
Liliana Elisabete BAPTISTA, Joana Maria FARIA, Raquel Alexandra SILVA, Maribel Santos FERNANDES							
<b>Misto, Cat 3</b>						<b>Piscina curta (25m)</b>	
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:52.61	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	21/01/2018	Vila Franca de Xira	
Paulo Sergio NASCIMENTO, Celso Ruben BARBOSA, Ana Filipe COSTA, Carla Santa BARBARA							



4 x 100m	4:56.21	Leixoes Sport Club	POR	LSC	16/11/2019	Pacos de Ferreira
Rodrigo Jorge RODRIGUES, Liliana Elisabete BAPTISTA, Ana DAAlte GUEDES, Miguel Jose FERREIRA						
4 x 200m	59:00.00					
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:05.82	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	19/01/2019	Mealhada
Monica Anjos REZENDE, Manuel Duran SANTOS, Celso Ruben BARBOSA, Carla Santa BARBARA						
4 x 100m	5:13.25	Clube de Natacao do Litoral Alentejan	POR	CNLA	07/03/2020	Sines
Mariana Sa LUCAS, Rodrigo Marques COSTA, Marco VANTAGGIATO, Jadylla Monara CABRAL						

## RN O(95-99)

### Masc., Esc O

### Piscina curta (25m)

#### Livres

50m	1:34.32	Antonio Poiares Baptista	27	POR	AAC	26/03/2022	Estarreja
100m	59:00.00						

#### Costas

50m	59:00.00						
-----	----------	--	--	--	--	--	--

#### Bruços

50m	59:00.00						
100m							

### Femin., Esc O

### Piscina curta (25m)

#### Livres

50m	59:00.00						
100m	59:00.00						

#### Costas

50m	59:00.00						
-----	----------	--	--	--	--	--	--

#### Bruços

50m	59:00.00						
-----	----------	--	--	--	--	--	--

## RN 5(240-279)

### Masc., Cat 5

### Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:58.07	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	26/03/2022	Estarreja
Paulo Francisco TORRES, Nuno Silva LOBO, Luis Lopes SANTOS, Jose Miguel BARROSO						
4 x 100m	4:50.13	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	23/04/2016	Badajoz (ESP)
Joaquim Mendes BILRO, Vitor Manuel MAVIOSO, Antonio Bessone BASTO, Alberto Vaz CORREIA						
4 x 200m	59:00.00	start		POR		

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:20.52	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	14/05/2022	Recarei
Nuno Silva LOBO, Luis Miguel BERNARDO, Jose Miguel BARROSO, Alexandre Jose CARREIRA						
4 x 100m	7:07.33	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	08/11/2014	Porto
Antonio Bessone BASTO, Alexandre Azevedo GASPAS, Antonio Manuel FERREIRA, Alberto Vaz CORREIA						

### Femin., Cat 5

### Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	2:34.54	Associacao Academica de Coimbra	POR	AAC	19/01/2020	Vila Franca de Xira
Ana Moura RELVAS, Maria Teresa OLIVEIRA, Maria Margarida URBANO, Maria Isabel TORRES						
4 x 100m	7:18.00	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	02/04/2016	Algés
Luisa Bessone BASTO, Isabel Maria RAIMUNDO, Maria Felix FERREIRA, Carla Vale LENZI						
4 x 200m	59:00.00	start		POR		

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:56.96	Associacao Academica de Coimbra	POR	AAC	09/02/2020	Tomar
Maria Teresa OLIVEIRA, Ana Moura RELVAS, Maria Margarida URBANO, Maria Isabel TORRES						

4 x 100m 59:00.00 start POR

### Misto, Cat 5

Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m 2:14.59 Sport Alges e Dafundo POR SAD 31/01/2016 Tomar  
Antonio Bessone BASTO, Patricia Prista GRACA, Ana Maria FERREIRA, Vitor Manuel MAVIOSO

4 x 100m 6:03.92 Sport Alges e Dafundo POR SAD 07/03/2020 Sines  
Isabel Maria RAIMUNDO, Carla Vale LENZI, Diogo Gil HENRIQUES, Antonio Bessone BASTO

4 x 200m 59:00.00

#### Estilos Estafeta

4 x 50m 2:34.89 Futebol Clube do Porto POR FCP 05/02/2022 Torres Novas  
Maria Fernanda GONCALVES, Mario Jorge BARROS, Maria Manuel FRIAES, Eduardo Jorge COHEN

4 x 100m 8:10.44 Clube Fluvial Portuense POR CFP 28/10/2018 Porto  
Ana Paula ALMEIDA, Maria Fatima CABRAL, Carlos Guimaraes GONCALVES, Antonio Jorge MARQUES

## RN 7(320-359)

### Masc., Cat 7

Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m 3:45.84 Associacao Academica de Coimbra POR AAC 18/01/2019 Mealhada  
Antonio Poiares BAPTISTA, Joao Rodrigues TEIXEIRA, Joaquim Fidalgo FREITAS, Antonio Alexandre RODRIGUES

4 x 100m 59:00.00 start POR

4 x 200m 59:00.00

#### Estilos Estafeta

4 x 50m 4:20.26 Associacao Academica de Coimbra POR AAC 20/01/2019 Mealhada  
Joao Rodrigues TEIXEIRA, Joaquim Fidalgo FREITAS, Antonio Alexandre RODRIGUES, Antonio Poiares BAPTISTA

4 x 100m 59:00.00 start POR

### Femin., Cat 7

Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m 59:00.00 start POR

4 x 100m 59:00.00 start POR

4 x 200m 59:00.00

#### Estilos Estafeta

4 x 50m 59:00.00 start POR

4 x 100m 59:00.00 start POR

### Misto, Cat 7

Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m 59:00.00 start POR

4 x 100m 59:00.00 start POR

#### Estilos Estafeta

4 x 50m 59:00.00 start POR

4 x 100m 59:00.00 start POR

## RN 1(100-119)

### Masc., Cat 1

Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m 1:37.86 Clube Fluvial Vilacondense POR CFV 31/01/2009 Torres Novas  
Vasco Vieira LOPES, Miguel Santos COELHO, Ricardo Zamith PASSOS, Pedro Miguel SILVA

4 x 100m 3:57.64 Clube Nautico Academico de Coimbra POR CNAC 23/01/2005 Pedrulha

4 x 200m 8:59.97 Clube Natacao Masters de Almada POR CNMAL 23/03/2019 Manique  
Diogo Andre CORDEIRO, Pedro Diniz CASIMIRO, Luis Emanuel AIRES, Jorge Manuel ROQUE

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIRO OFICIAL  
DE NUTRIÇÃO DESPORTIVA  
E ALIMENTAÇÃO FUNCIONAL



PARCEIROS



### Estilos Estafeta

4 x 50m	1:51.03	Clube Desportivo Nacional	POR	CDN	12/02/2019	Funchal
Miguel Goncalves FERREIRA, Tomas Miguel FREITAS, Tiago Ferreira SOUSA, Vitor Diogo MOURA						
4 x 100m	4:30.69	Clube Nautico Academico de Coimbra	POR	CNAC	23/01/2005	Pedrulha

### Femin., Cat 1

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:58.50	Ginasio Clube de Santo Tirso	POR	GCST	19/01/2019	Mealhada
Carolina Santos SILVA, Maria Joao JOSE, Mariana Dias ALMEIDA, Rute Sofia TEIXEIRA						
4 x 100m	4:34.24	Clube Propaganda da Natacao	POR	CPN	28/04/2018	Senhora da Hora
Carolina Santos SILVA, Joana Marques MAIA, Ana Catarina REIS, Joana Catarina MARTINS						
4 x 200m	59:00.00	start	POR			

### Piscina curta (25m)

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:08.96	Ginasio Clube de Santo Tirso	POR	GCST	20/01/2019	Mealhada
Carolina Santos SILVA, Joana Marques MAIA, Rute Sofia TEIXEIRA, Mariana Dias ALMEIDA						
4 x 100m	5:03.80	Clube de Natacao da Maia	POR	CNMAIA	08/11/2014	Porto
Carolina Santos SILVA, Catia Santos RAMALHO, Rita Claudia FOUGO, Ana Mafalda OLIVEIRA						

### Misto, Cat 1

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:47.35	Clube Desportivo Nacional	POR	CDN	17/01/2015	Funchal
Diego Felipe SANTOS, Fabiana Maria QUINTAL, Vitor Hugo PEREIRA, Natalie Nobrega SANTOS						
4 x 100m	4:17.10	Clube Desportivo Feirense	POR	CDF	04/12/2021	Paços de Ferreira
Filipe Jose BAPTISTA, Teresa Sofia LEITE, Ana Lucia CASTRO, Joao Paulo CAPITAO						
4 x 200m	59:00.00					

### Piscina curta (25m)

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:01.44	Clube Desportivo Nacional	POR	CDN	17/01/2015	Funchal
Diego Felipe SANTOS, Natalie Nobrega SANTOS, Debora Marisa PEREIRA, Vitor Hugo PEREIRA						
4 x 100m	5:24.13	Leixoes Sport Club	POR	LSC	04/12/2021	Paços de Ferreira
Raquel Alexandra SILVA, Sandra Marisa SOUSA, Fernando Santos MOREIRA, Jorge Miguel CASELHA						

## RN A(25-29)

### Masc., Esc A

#### Livres

50m	22.70	Artiom Viatcheslavovitch Poliakov	93	POR	COL	06/02/2022	Torres Novas
100m	50.54	Artiom Viatcheslavovitch Poliakov	93	POR	COL	05/02/2022	Torres Novas
200m	1:51.39	Artiom Viatcheslavovitch Poliakov	93	POR	COL	01/12/2018	Caldas da Rainha
400m	4:00.23	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	17/01/2015	Funchal
800m	8:25.06	Hugo Alberto Ribeiro	88	POR	INDANP	28/11/2015	Porto
1500m	15:50.89	Hugo Alberto Ribeiro	88	POR	INDANP	28/11/2015	Porto

### Piscina curta (25m)

#### Costas

50m	25.55	Artiom Viatcheslavovitch Poliakov	93	POR	COL	05/02/2022	Torres Novas
100m	56.06	Artiom Viatcheslavovitch Poliakov	93	POR	COL	13/04/2019	Caldas da Rainha
200m	2:02.10	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	21/06/2015	Mealhada

#### Braços

50m	29.46	Pedro Miguel Silva	94	POR	ADRCIMM	17/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:03.92	Pedro Miguel Silva	94	POR	ADRCIMM	19/01/2020	Vila Franca de Xira
200m	2:19.48	Pedro Miguel Silva	94	POR	ADRCIMM	18/01/2020	Vila Franca de Xira

#### Mariposa

50m	25.16	Artiom Viatcheslavovitch Poliakov	93	POR	COL	01/12/2018	Caldas da Rainha
100m	55.90	Mario Alexandre Pereira	92	POR	CNAC	20/01/2019	Mealhada
200m	2:07.89	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	28/11/2015	Porto

#### Estilos

100m	57.99	Artiom Viatcheslavovitch Poliakov	93	POR	COL	13/04/2019	Caldas da Rainha
------	-------	-----------------------------------	----	-----	-----	------------	------------------

200m	2:04.34	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	16/05/2015	Recarei
400m	4:33.01	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	08/11/2014	Porto
<b>Femin., Esc A</b>							<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	27.13	Sara Francisco Cruz	93	POR	CWP	30/04/2022	Caldas da Rainha
100m	59.05	Soraia Vanessa Ribeiro	92	POR	CPN	20/01/2019	Mealhada
200m	2:10.40	Soraia Vanessa Ribeiro	92	POR	CPN	19/01/2019	Mealhada
400m	4:42.65	Soraia Vanessa Ribeiro	92	POR	CPN	18/01/2019	Mealhada
800m	9:54.80	Ana Mafalda Oliveira	81	POR	CNMAIA	25/05/2006	Ponte de Sôr
1500m	19:00.78	Carolina Santos Silva	86	POR	CNMAIA	08/11/2014	Porto
<b>Costas</b>							
50m	31.08	Filipa Mendes Pinheiro	92	POR	SCCAM	19/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:07.01	Filipa Mendes Pinheiro	92	POR	EDV	18/01/2019	Mealhada
200m	2:25.91	Vania Soares Neves	90	POR	CFP	20/01/2019	Mealhada
<b>Bruços</b>							
50m	35.02	Isabel Maria Figueira	79	POR	CNFA	26/01/2008	Pontevedra (ESP)
100m	1:15.32	Joana Marques Maia	91	POR	GCST	20/01/2019	Mealhada
200m	2:41.11	Joana Marques Maia	91	POR	GCST	19/01/2019	Mealhada
<b>Mariposa</b>							
50m	28.98	Sara Francisco Cruz	93	POR	CWP	04/02/2022	Torres Novas
100m	1:05.71	Soraia Vanessa Ribeiro	92	POR	ESJB	07/01/2018	Mealhada
200m	2:27.70	Andreia Catarina Martins	83	POR	CNMAL	13/04/2008	Inatel
<b>Estilos</b>							
100m	1:07.80	Soraia Vanessa Ribeiro	92	POR	ESJB	06/01/2018	Mealhada
200m	2:29.92	Soraia Vanessa Ribeiro	92	POR	LSC	01/12/2019	Mealhada
400m	5:22.62	Ana Monica Eloi	96	POR	CLIPTEAM	04/12/2021	Paços de Ferreira

## RN N(90-94)

<b>Masc., Esc N</b>							<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	1:04.21	Antonio Poiares Baptista	27	POR	AAC	29/01/2017	Sines
100m							
400m							
<b>Costas</b>							
50m	1:45.09	Virgilio Zacarias Costa	31	POR	AAC	04/02/2022	Torres Novas
100m							
<b>Bruços</b>							
50m	1:15.63	Antonio Poiares Baptista	27	POR	AAC	07/01/2017	Mealhada
200m							

## RN 2(120-159)

<b>Masc., Cat 2</b>							<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:37.86	Clube Fluvial Vilacondense		POR	CFV	25/04/2013	Vila do Conde
		Pedro Miguel SILVA, Henrique Pereira NEIVA, Fabio Manuel PEREIRA, Carlos Alberto CARDOSO					
4 x 100m	3:52.28	Clube de Natacao do Litoral Alentejan		POR	CNLA	02/04/2016	Algés
		Ivo Andre MARGARIDO, Jaime Fernando COSTA, Mauro Santos INACIO, Rodrigo Marques COSTA					
4 x 200m	9:11.39	Fundacao Salesianos		POR	FS	23/03/2019	Manique
		Marc Santos VALENTE, Joao Carlos MALTA, Duarte Nuno FERREIRA, Henrique Mira GODINHO					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:49.72	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao		POR	GDNVNF	16/05/2015	Recarei
4 x 100m	4:28.06	Clube Futebol Benfica		POR	CFBE	17/03/2007	Vila Franca de Xira

### Femin., Cat 2

### Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	2:00.61	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	19/01/2020	Vila Franca de Xira
Carla Sofia SANTOS, Joana Aguiar RODRIGUES, Matilde Valente RIBEIRINHO, Keissy Joselin SOUSA						
4 x 100m	4:34.00	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	08/11/2014	Porto
Ines Maria ROTHES, Maria Luisa COSTA, Maria Sofia MARTINS, Natacha Alexandra SOUSA						
4 x 200m	11:11.29	Assoc. Propriet. Urbanizacao Vila DEstPOR	APUVE		23/03/2019	Manique
Elza Maria CARVALHO, Maria Margarida MACHADO, Patricia Marisa RIBEIRO, Alexandra Sofia MONTEIRO						

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:08.59	Ginasio Clube de Santo Tirso	POR	GCST	18/01/2020	Vila Franca de Xira
Carolina Santos SILVA, Joana Marques MAIA, Rute Sofia TEIXEIRA, Mariana Dias ALMEIDA						
4 x 100m	4:57.73	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	08/11/2014	Porto
Natacha Alexandra SOUSA, Maria Sofia MARTINS, Maria Luisa COSTA, Ines Maria ROTHES						

### Misto, Cat 2

### Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:46.50	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	21/01/2018	Vila Franca de Xira
Tatiana Gama SEVIERI, Pedro Alexandre SOUSA, Carla Sofia SANTOS, Eduardo Ferreira SEVIERI						
4 x 100m	4:08.98	Clube de Natacao do Litoral Alentejan	POR	CNLA	24/04/2022	Sines
Susana Maria MATEUS, David Oliveira GORGULHO, Mariana Sa LUCAS, Rodrigo Marques COSTA						
4 x 200m	59:00.00					

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	1:58.14	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	20/01/2018	Vila Franca de Xira
Eduardo Ferreira SEVIERI, Pedro Alexandre SOUSA, Leonor Bessa BABO, Tatiana Gama SEVIERI						
4 x 100m	4:41.81	Leixoes Sport Club	POR	LSC	16/11/2019	Pacos de Ferreira
Edgar Paiva BARTOLO, Elsa Maria FUMEGA, Ricardo Amorim REGO, Soraia Vanessa RIBEIRO						

## RN J(70-74)

### Masc., Esc J

### Piscina curta (25m)

#### Livres

50m	32.42	Antonio Jose Trabuco	50	POR	SAD	19/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:11.98	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	11/04/2015	Caldas da Rainha
200m	2:42.97	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	17/05/2015	Vila Praia de Âncora
400m	5:55.49	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	16/05/2015	Recarei
800m	15:04.86	Alexandre Azevedo Gaspar	45	POR	SAD	19/02/2015	Pontevedra (ESP)
1500m	30:34.81	Alexandre Azevedo Gaspar	45	POR	SAD	28/11/2015	Porto

#### Costas

50m	38.32	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	21/02/2015	Pontevedra (ESP)
100m	1:22.77	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	29/03/2015	Algés
200m	3:26.76	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	20/01/2018	Vila Franca de Xira

#### Bruços

50m	41.01	Joaquim Fidalgo Freitas	47	POR	AAC	29/01/2017	Sines
100m	1:31.62	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	22/02/2015	Pontevedra (ESP)
200m	3:20.44	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	21/02/2015	Pontevedra (ESP)

#### Mariposa

50m	37.95	Stephen Thomas Dyson	47	POR	SAD	06/04/2019	Algés
100m	1:36.15	Orlando Gomes Bairrada	45	POR	SAD	02/04/2016	Algés
200m	3:40.82	Orlando Gomes Bairrada	45	POR	SAD	23/04/2016	Badajoz (ESP)

#### Estilos

100m	1:24.15	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	05/03/2016	Sines
200m	3:02.91	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	21/02/2015	Pontevedra (ESP)
400m	6:35.10	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	20/02/2015	Pontevedra (ESP)

### Femin., Esc J

### Piscina curta (25m)

#### Livres

50m	38.46	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	09/02/2020	Tomar
-----	-------	--------------------	----	-----	-----	------------	-------



100m	1:31.22	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	07/03/2020	Sines
200m	3:09.01	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	07/03/2020	Sines
400m	6:23.87	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	07/03/2020	Sines
800m	15:22.92	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	11/11/2017	Badajoz (JPN)
1500m	59:00.00	start		POR			
<b>Costas</b>							
50m	49.36	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	09/02/2020	Tomar
100m	2:07.18	Isabel Maria Raimundo	40	POR	SAD	26/02/2011	Lisboa
200m	4:59.45	Nair Gomes Sa	39	POR	SFP	19/04/2009	Lisboa
<b>Bruços</b>							
50m	48.36	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	28/04/2018	Plan-les-Ouates (SUI)
100m	1:45.73	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	28/04/2018	Plan-les-Ouates (SUI)
200m	3:55.98	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	09/12/2017	Caldas da Rainha
<b>Mariposa</b>							
50m	51.90	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	09/02/2020	Tomar
100m	1:52.86	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	09/02/2020	Tomar
200m	3:58.89	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	09/02/2020	Tomar
<b>Estilos</b>							
100m	1:43.31	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	09/02/2020	Tomar
200m	59:00.00	start		POR			
400m	59:00.00	start		POR			

## RN K(75-79)

<b>Masc., Esc K</b>							<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	35.29	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	19/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:30.13	Luis Vidigal Salgueiro	45	POR	SAD	19/01/2020	Vila Franca de Xira
200m	3:30.32	Luis Vidigal Salgueiro	45	POR	SAD	18/01/2020	Vila Franca de Xira
400m	7:32.94	Leonel Sousa Gomes	30	POR	SFP	21/01/2005	Pedrulha
800m	59:00.00	start		POR			
1500m	59:00.00	start		POR			
<b>Costas</b>							
50m	44.01	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	19/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:31.92	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	07/03/2020	Sines
200m	3:23.24	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	18/01/2020	Vila Franca de Xira
<b>Bruços</b>							
50m	44.47	Leonel Sousa Gomes	30	POR	SFP	12/06/2005	Ponte da Barca
100m	1:40.76	Leonel Sousa Gomes	30	POR	INATEL	18/06/2005	Inatel
200m	3:44.78	Leonel Sousa Gomes	30	POR	SFP	11/06/2005	Ponte da Barca
<b>Mariposa</b>							
50m	51.15	Antonio Alexandre Rodrigues	39	POR	AAC	25/01/2014	Mealhada
100m	2:03.93	Antonio Alexandre Rodrigues	39	POR	AAC	26/01/2014	Mealhada
200m	59:00.00	start		POR			
<b>Estilos</b>							
100m	1:30.37	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	07/03/2020	Sines
200m	4:05.04	Alexandre Azevedo Gaspar	45	POR	SAD	17/01/2020	Vila Franca de Xira
400m	7:18.18	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	07/03/2020	Sines
<b>Femin., Esc K</b>							<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	42.26	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	02/03/2019	Sines
100m	1:36.29	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	06/04/2019	Algés
200m	3:28.77	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	18/01/2019	Mealhada
400m	7:11.81	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	18/01/2019	Mealhada

800m	59:00.00	start		POR			
1500m	59:00.00	start		POR			
<b>Costas</b>							
50m	55.89	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	19/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	2:08.60	Isabel Maria Raimundo	40	POR	SAD	21/02/2015	Pontevedra (ESP)
200m	5:11.80	Nair Gomes Sa	39	POR	ANE	01/12/2018	Caldas da Rainha
<b>Bruços</b>							
50m	52.16	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	06/04/2019	Algés
100m	1:55.81	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	06/04/2019	Algés
200m	4:07.05	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	18/01/2020	Vila Franca de Xira
<b>Mariposa</b>							
50m	1:00.25	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	18/01/2019	Mealhada
100m	59:00.00	start		POR			
200m	59:00.00	start		POR			
<b>Estilos</b>							
100m	2:12.95	Isabel Maria Raimundo	40	POR	SAD	16/01/2015	Funchal
200m	4:00.92	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	13/04/2019	Caldas da Rainha
400m	59:00.00	start		POR			

## RN 6(280-319)

### Masc., Cat 6

### Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	2:19.22	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	08/04/2017	Algés
Antonio Jose TRABUCO, Antonio Bessone BASTO, Stephen Thomas DYSON, Luis Vidigal SALGUEIRO							
4 x 100m	6:30.64	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	02/04/2016	Algés
Jose Antonio SACADURA, Luis Silveira VIEGAS, Alexandre Azevedo GASPAS, Orlando Gomes BAIRRADA							
4 x 200m	59:00.00	start		POR			

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:43.93	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	21/02/2015	Pontevedra (ESP)
Antonio Bessone BASTO, Alexandre Azevedo GASPAS, Orlando Gomes BAIRRADA, Luis Vidigal SALGUEIRO							
4 x 100m	8:59.37	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	07/04/2013	Algés
Jose Joaquim MARREIROS, Leonel Sousa GOMES, Antonio Manuel FERREIRA, Luis Silveira VIEGAS							

### Femin., Cat 6

### Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	3:05.65	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	07/01/2018	Sto António Cavaleiros
Ana Maria FERREIRA, Isabel Maria RAIMUNDO, Paula Cristina CONCEICAO, Luisa Bessone BASTO							
4 x 100m	59:00.00	start		POR			
4 x 200m	59:00.00	start		POR			

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	3:31.96	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	07/01/2018	Sto António Cavaleiros
Isabel Maria RAIMUNDO, Maria Felix FERREIRA, Ana Maria FERREIRA, Luisa Bessone BASTO							
4 x 100m	59:00.00	start		POR			

### Misto, Cat 6

### Piscina curta (25m)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	2:39.84	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	22/02/2015	Pontevedra (ESP)
Isabel Maria RAIMUNDO, Luis Vidigal SALGUEIRO, Ana Maria FERREIRA, Antonio Bessone BASTO							
4 x 100m	5:48.79	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	07/03/2020	Sines
Antonio Jose TRABUCO, Luisa Bessone BASTO, Joaquim Mendes BILRO, Ana Maria FERREIRA							
4 x 200m	59:00.00	start					

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	3:19.17	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	28/01/2017	Sines
Isabel Maria RAIMUNDO, Maria Felix FERREIRA, Orlando Gomes BAIRRADA, Antonio Bessone BASTO							

4 x 100m 6:56.39 Sport Alges e Dafundo POR SAD 07/03/2020 Sines  
Joaquim Mendes BILRO, Luisa Bessone BASTO, Ana Maria FERREIRA, Antonio Jose TRABUCO

## RN D(40-44)

### Masc., Esc D

#### Livres

50m	24.19	Miguel Alexandre Machado	75	POR	CFP	26/10/2019	Sheffield (GBR)
100m	52.90	Miguel Alexandre Machado	75	POR	INDANP	28/10/2016	Sheffield (GBR)
200m	2:04.25	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	14/04/2007	Inatel
400m	4:26.18	David Oliveira Gorgulho	82	POR	CNLA	24/04/2022	Sines
800m	9:42.16	Rodolfo Pereira Nunes	73	POR	GESP	24/02/2013	Vigo (ESP)
1500m	18:49.19	Patrick Santos	79	POR	SCP	24/11/2019	London (GBR)

#### Costas

50m	27.81	Miguel Alexandre Machado	75	POR	INDANP	30/10/2016	Sheffield (GBR)
100m	1:01.68	Nuno Filipe Laurentino	75	POR	SAD	29/01/2017	Sines
200m	2:11.78	Mario Moura Carvalho	78	POR	FCP	18/01/2020	Vila Franca de Xira

#### Bruços

50m	30.61	Vasco Jorge Rosario	76	POR	SAD	05/02/2017	Palma de Mallorca (ESP)
100m	1:05.21	Vasco Jorge Rosario	76	POR	SAD	04/02/2017	Palma de Mallorca (ESP)
200m	2:22.69	Vasco Jorge Rosario	76	POR	SAD	02/02/2017	Palma de Mallorca (ESP)

#### Mariposa

50m	26.64	Rodrigo Martins Alves	80	POR	ANE	17/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:00.74	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	26/05/2007	Cantanhede
200m	2:22.74	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SFP	23/06/2001	Inatel

#### Estilos

100m	1:01.12	Nuno Filipe Laurentino	75	POR	SAD	28/01/2017	Sines
200m	2:17.94	Andre Barbosa Vicente	77	POR	SCP	17/01/2020	Vila Franca de Xira
400m	5:02.24	Andre Barbosa Vicente	77	POR	SCP	07/03/2020	Sines

### Femin., Esc D

#### Livres

50m	27.72	Isabel Maria Figueira	79	POR	CNFA	19/01/2019	Mealhada
100m	1:00.63	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	20/01/2019	Mealhada
200m	2:15.77	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	19/01/2019	Mealhada
400m	4:49.44	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	18/01/2019	Mealhada
800m	10:17.00	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	26/11/2016	Funchal
1500m	19:28.04	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	26/11/2016	Funchal

#### Costas

50m	33.09	Ana Paula Grilo	69	POR	INDALEN	16/05/2010	Ponte da Barca
100m	1:11.91	Ana Paula Grilo	69	POR	INDALEN	20/03/2010	Lisboa
200m	2:39.07	Ana Paula Grilo	69	POR	INDALEN	20/11/2010	Penafiel

#### Bruços

50m	33.16	Isabel Maria Figueira	79	POR	CNFA	19/01/2019	Mealhada
100m	1:14.18	Isabel Maria Figueira	79	POR	CNFA	20/01/2019	Mealhada
200m	3:01.00	Catarina Andrade Alves	78	POR	CDN	20/01/2018	Vila Franca de Xira

#### Mariposa

50m	29.58	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	19/01/2018	Vila Franca de Xira
100m	1:05.90	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	18/01/2020	Vila Franca de Xira
200m	2:39.67	Ana Paula Grilo	69	POR	INDALEN	20/11/2010	Penafiel

#### Estilos

100m	1:10.83	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	06/05/2017	Funchal
200m	2:30.13	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	19/01/2018	Vila Franca de Xira
400m	5:32.53	Ana Paula Grilo	69	POR	CNBE	25/02/2012	Blackpool (GBR)

## RN C(35-39)

### Masc., Esc C

#### Livres

50m	24.26	Eduardo Ferreira Sevieri	84	POR	FCP	19/01/2020
100m	52.38	Pedro Miguel Silva	76	POR	CFV	26/01/2013
200m	1:54.01	Pedro Miguel Silva	76	POR	CFV	30/01/2011
400m	4:06.32	Pedro Miguel Silva	76	POR	CFV	29/01/2011
800m	9:14.03	Rui Fonseca Vaz	71	POR	CNCVG	13/05/2007
1500m	18:17.18	Carlos Neves Cabrita	71	POR	UDCA	25/11/2006

### Piscina curta (25m)

Vila Franca de Xira
Felgueiras
Ponte de Sor
Ponte de Sor
Inatel
Londres (GBR)

#### Costas

50m	27.19	Eduardo Ferreira Sevieri	84	POR	FCP	17/01/2020
100m	57.80	Eduardo Ferreira Sevieri	84	POR	FCP	17/01/2020
200m	2:04.82	Eduardo Ferreira Sevieri	84	POR	FCP	18/01/2020

Vila Franca de Xira
Vila Franca de Xira
Vila Franca de Xira

#### Bruços

50m	29.72	Rui Manuel Ribeiro	82	POR	ADF	21/01/2018
100m	1:08.12	Ricardo Amorim Rego	84	POR	LSC	20/01/2019
200m	2:26.33	Ricardo Amorim Rego	84	POR	LSC	19/01/2019

Vila Franca de Xira
Mealhada
Mealhada

#### Mariposa

50m	26.21	Pedro Miguel Silva	76	POR	CFV	26/01/2013
100m	59.12	Pedro Miguel Silva	76	POR	CFV	30/01/2011
200m	2:08.27	Eduardo Ferreira Sevieri	84	POR	FCP	19/01/2020

Felgueiras
Ponte de Sor
Vila Franca de Xira

#### Estilos

100m	59.93	Ricardo Amorim Rego	84	POR	LSC	19/01/2019
200m	2:08.46	Eduardo Ferreira Sevieri	84	POR	FCP	17/01/2020
400m	4:33.58	Eduardo Ferreira Sevieri	84	POR	FCP	01/12/2021

Mealhada
Vila Franca de Xira
Rio de Janeiro (BRA)

### Femin., Esc C

#### Livres

50m	27.63	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	20/03/2004
100m	59.37	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	25/01/2004
200m	2:07.69	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	08/05/2004
400m	4:30.30	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	18/04/2004
800m	9:33.68	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	26/05/2006
1500m	20:33.67	Patricia Diogenes Pereira	69	POR	CFBE	

### Piscina curta (25m)

Hürth (GER)
Desenzano (ITA)
Freiburg (GER)
Palma Maiorca (ESP)
Ponte de Sôr
San Lorenzo (ESP)

#### Costas

50m	32.59	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	03/04/2006
100m	1:09.91	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	19/02/2005
200m	2:33.17	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	05/02/2006

Palma de Maiorca (ESP)
Caldas da Rainha
Inatel

#### Bruços

50m	33.84	Isabel Maria Figueira	79	POR	CNFA	20/01/2018
100m	1:14.91	Isabel Maria Figueira	79	POR	CNFA	21/01/2018
200m	2:57.65	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	11/06/2005

Vila Franca de Xira
Vila Franca de Xira
Ponte da Barca

#### Mariposa

50m	29.54	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	16/01/2015
100m	1:06.87	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	17/01/2015
200m	2:26.45	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	05/02/2006

Funchal
Funchal
Inatel

#### Estilos

100m	1:09.68	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	16/01/2015
200m	2:27.95	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	04/02/2006
400m	5:10.65	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	10/06/2005

Funchal
Inatel
Ponte da Barca

## RN B(30-34)

### Masc., Esc B

#### Livres

50m	23.60	Carlos Andre Ribeiro	87	POR	AACL	20/01/2019
100m	51.28	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	28/01/2017
200m	1:54.11	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	31/01/2016
400m	4:03.15	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	30/01/2016
800m	8:39.31	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNFAMA	28/10/2018
1500m	17:16.65	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNFAMA	16/11/2019

### Piscina curta (25m)

Mealhada
Sines
Tomar
Tomar
Porto
Pacos de Ferreira

#### Costas

50m	26.95	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	05/06/2016
100m	56.96	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	04/06/2016
200m	2:01.89	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	28/01/2017

Santa Marta de Penaguião
Santa Marta de Penaguião
Sines

#### Bruços

50m	29.39	Bruno Daniel Monteiro	88	POR	LSC	31/05/2018
100m	1:04.90	Bruno Daniel Monteiro	88	POR	LSC	20/01/2019
200m	2:24.34	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	29/01/2017

Senhora da Hora
Mealhada
Sines

#### Mariposa

50m	25.32	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	04/06/2016
100m	57.29	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	29/01/2017
200m	2:08.70	Eduardo Ferreira Sevieri	84	POR	FCP	20/01/2018

Santa Marta de Penaguião
Sines
Vila Franca de Xira

#### Estilos

100m	58.27	Ricardo Amorim Rego	84	POR	GDNVNF	17/01/2015
200m	2:07.24	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	14/05/2016
400m	4:56.32	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNFAMA	12/01/2019

Funchal
Recarei
Maia

### Femin., Esc B

#### Livres

50m	27.40	Tatiana Gama Sevieri	84	POR	FCP	20/01/2018
100m	58.49	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	05/04/2003
200m	2:06.50	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	22/03/2003
400m	4:27.23	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	25/05/2002
800m	9:23.38	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	26/05/2002
1500m	18:54.87	Carolina Santos Silva	86	POR	GCST	28/10/2018

### Piscina curta (25m)

Vila Franca de Xira
Funchal
Inatel
Inatel
Inatel
Porto

#### Costas

50m	31.10	Tatiana Gama Sevieri	84	POR	FCP	21/01/2018
100m	1:07.48	Filipa Mendes Pinheiro	92	POR	SCCAM	04/02/2022
200m	2:25.63	Vania Soares Neves	90	POR	VNC	06/02/2022

Vila Franca de Xira
Torres Novas
Torres Novas

#### Bruços

50m	33.70	Isabel Maria Figueira	79	POR	LDC	08/01/2011
100m	1:13.31	Isabel Maria Figueira	79	POR	CNFA	30/01/2010
200m	2:46.84	Diana Duarte Gomes	89	POR	CWP	05/02/2022

Sines
Mealhada
Torres Novas

#### Mariposa

50m	29.22	Sara Freitas Oliveira	85	POR	FCP	29/01/2017
100m	1:06.80	Carolina Santos Silva	86	POR	GCST	01/12/2019
200m	2:25.78	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	01/06/2003

Sines
Mealhada
Anadia

#### Estilos

100m	1:08.44	Tatiana Gama Sevieri	84	POR	FCP	11/11/2016
200m	2:28.40	Tatiana Gama Sevieri	84	POR	FCP	09/11/2016
400m	5:07.66	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	31/05/2003

Maldonado (URU)
Maldonado (URU)
Anadia