

## Recordes Nacionais 50m

### Masc., Open

#### Livres

Distância	Tempo	Nome	Idade	País	Classe	Data	Lugar
50m	21.90	Miguel Duarte Nascimento	95	POR	SLB	30/07/2022	Oeiras
100m	48.52	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	POR	12/08/2022	Roma (ITA)
200m	1:47.97	Miguel Duarte Nascimento	95	POR	SLB	06/04/2019	Coimbra
400m	3:50.56	Jose Paulo Lopes	00	POR	POR	06/06/2021	Barcelona (ESP)
800m	7:52.68	Jose Paulo Lopes	00	POR	POR	22/05/2021	Budapeste (HUN)
1500m	15:15.12	Guilherme Filipe Pina	98	POR	SCP	30/03/2017	Coimbra

#### Costas

50m	25.28	Alexis Manacas Santos	92	POR	POR	17/05/2021	Budapeste (HUN)
100m	53.87	Joao Nogueira Costa	01	POR	POR	16/08/2022	Roma (ITA)
200m	1:57.06	Francisco Rogerio Santos	98	POR	SCP	06/06/2021	Porto

#### Bruços

50m	28.16	Carlos Esteves Almeida	88	POR	POR	30/07/2013	Barcelona (ESP)
100m	1:01.01	Carlos Esteves Almeida	88	POR	POR	28/07/2013	Barcelona (ESP)
200m	2:11.92	Gabriel Jose Lopes	97	POR	POR	13/08/2022	Roma (ITA)

#### Mariposa

50m	22.96	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	POR	03/09/2022	Lima (PER)
100m	51.61	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	POR	13/08/2022	Roma (ITA)
200m	1:56.17	Pedro Diogo Oliveira	88	POR	POR	28/07/2009	Roma (ITA)

#### Estilos

200m	1:58.19	Alexis Manacas Santos	92	POR	SCP	06/04/2019	Coimbra
400m	4:15.84	Alexis Manacas Santos	92	POR	POR	06/08/2016	Rio de Janeiro (BRA)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:29.80	Sport Lisboa e Benfica		POR	SLB	27/07/2022	Oeiras
Miguel Duarte Nascimento, Miguel Henriques Marques, Diogo Ramos Lebre, Diogo Santos Costa							
4 x 100m	3:20.94	Sport Lisboa e Benfica		POR	SLB	09/04/2022	Oeiras
Diogo Ramos Lebre, Diogo Matos Ribeiro, Diogo Santos Costa, Miguel Duarte Nascimento							
4 x 200m	7:26.26	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	14/04/2019	Oeiras
Alexis Manacas Santos, Tiago Cunha Costa, Francisco Rogerio Santos, Igor Araujo Mogne							

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	1:41.67	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	29/07/2022	Oeiras
Francisco Rogerio Santos, Francisco Robalo Quintas, Tiago Cunha Costa, Alexis Manacas Santos							
4 x 100m	3:43.87	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	30/07/2022	Oeiras
Francisco Rogerio Santos, Francisco Robalo Quintas, Tiago Cunha Costa, Gustavo Carvalhais Ribeiro							

### Femin., Open

#### Livres

50m	25.56	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	03/08/2019	Funchal
100m	56.39	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	04/04/2019	Coimbra
200m	2:01.30	Francisca Soares Martins	03	POR	FOCA	28/07/2022	Oeiras
400m	4:09.49	Diana Margarida Duraes	96	POR	POR	25/06/2018	Tarragona (ESP)
800m	8:29.33	Diana Margarida Duraes	96	POR	POR	23/06/2018	Tarragona (ESP)
1500m	16:15.12	Diana Margarida Duraes	96	POR	SLB	09/02/2020	Lisboa

#### Costas

50m	28.24	Rafaela Gomes Azevedo	02	POR	SAD	23/12/2021	Oeiras
100m	1:00.66	Camila Rodrigues Rebelo	03	POR	POR	15/08/2022	Roma (ITA)
200m	2:10.41	Camila Rodrigues Rebelo	03	POR	POR	02/07/2022	Oran (ALG)

### Piscina longa (50m)

<b>Bruços</b>							
50m	31.04	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	POR	16/08/2022	Roma (ITA)
100m	1:08.29	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	EDV	17/12/2022	Coimbra
200m	2:25.67	Victoria Kaminskaya	95	POR	POR	25/07/2019	Gwangju (KOR)
<b>Mariposa</b>							
50m	26.58	Ana Margarida Guedes	01	POR	GCVR	06/06/2021	Porto
100m	58.76	Sara Freitas Oliveira	85	POR	POR	12/08/2010	Budapeste (HUN)
200m	2:08.03	Ana Catarina Monteiro	93	POR	POR	06/08/2018	Glasgow (GBR)
<b>Estilos</b>							
200m	2:13.87	Victoria Kaminskaya	95	POR	POR	10/04/2017	Pontevedra (ESP)
400m	4:40.11	Victoria Kaminskaya	95	POR	POR	09/04/2017	Pontevedra (ESP)
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:46.22	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita		POR	FCP	01/04/2011	Rio Maior
		Marta Vieira Marinho, Sara Beatriz Loureiro, Alexandra Paiva Oliveira, Sara Freitas Oliveira					
4 x 100m	3:52.07	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita		POR	FCP	30/07/2010	Coimbra
		Sara Freitas Oliveira, Alexandra Paiva Oliveira, Joana Aguiar Rodrigues, Marta Vieira Marinho					
4 x 200m	8:22.93	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	14/04/2019	Oeiras
		Ana Reis Sousa, Raquel Gomes Pereira, Madalena Gomes Azevedo, Rita Barros Frischknecht					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:56.39	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	03/08/2019	Funchal
		Rafaela Gomes Azevedo, Raquel Gomes Pereira, Rita Barros Frischknecht, Ana Reis Sousa					
4 x 100m	4:14.70	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	13/04/2019	Oeiras
		Rafaela Gomes Azevedo, Raquel Gomes Pereira, Madalena Gomes Azevedo, Ana Reis Sousa					
<b>Misto, Open</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:41.55	Futebol Clube do Porto		POR	FCP	02/02/2020	Povoa de Varzim
		Rosa Maria Oliveira, Porfirio Braga Nunes, Alexandre Ferreira Amorim, Catarina Maria Ferreira					
4 x 100m	3:42.93	Associacao Louzan Natacao		POR	ALN	28/05/2022	Coimbra
		Camila Rodrigues Rebelo, Afonso Filipe Costa, Mariana Carmo Rosa, Gabriel Jose Lopes					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:50.71	Associacao Louzan Natacao		POR	ALN	04/02/2023	Póvoa de Varzim
		Camila Rodrigues Rebelo, Gabriel Jose Lopes, Ines Jacinto Henriques, Afonso Filipe Costa					
4 x 100m	4:05.38	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	25/05/2019	Coimbra
		Igor Araujo Mogne, Alexis Manacas Santos, Ines Camacho Fernandes, Beatriz Mendes Viegas					
<b>Masc., Sen</b>							
<b>Livres</b>							
50m	21.90	Miguel Duarte Nascimento	95	POR	SLB	30/07/2022	Oeiras
100m	49.04	Miguel Duarte Nascimento	95	POR	SLB	20/12/2020	Oeiras
200m	1:47.97	Miguel Duarte Nascimento	95	POR	SLB	06/04/2019	Coimbra
400m	3:50.56	Jose Paulo Lopes	00	POR	POR	06/06/2021	Barcelona (ESP)
800m	7:52.68	Jose Paulo Lopes	00	POR	POR	22/05/2021	Budapeste (HUN)
1500m	15:15.12	Guilherme Filipe Pina	98	POR	SCP	30/03/2017	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	25.28	Alexis Manacas Santos	92	POR	POR	17/05/2021	Budapeste (HUN)
100m	53.87	Joao Nogueira Costa	01	POR	POR	16/08/2022	Roma (ITA)
200m	1:57.06	Francisco Rogerio Santos	98	POR	SCP	06/06/2021	Porto
<b>Bruços</b>							
50m	28.16	Carlos Esteves Almeida	88	POR	POR	30/07/2013	Barcelona (ESP)

100m	1:01.01	Carlos Esteves Almeida	88	POR	POR	28/07/2013	Barcelona (ESP)
200m	2:11.92	Gabriel Jose Lopes	97	POR	POR	13/08/2022	Roma (ITA)
<b>Mariposa</b>							
50m	23.49	Miguel Duarte Nascimento	95	POR	POR	19/04/2022	Copenhagen (DEN)
100m	52.42	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	29/03/2009	Lisboa
200m	1:56.17	Pedro Diogo Oliveira	88	POR	POR	28/07/2009	Roma (ITA)
<b>Estilos</b>							
200m	1:58.19	Alexis Manacas Santos	92	POR	SCP	06/04/2019	Coimbra
400m	4:15.84	Alexis Manacas Santos	92	POR	POR	06/08/2016	Rio de Janeiro (BRA)
<b>Masc., Jun18</b>							
<b>Livres</b>							
50m	21.92	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	POR	02/09/2022	Lima (PER)
100m	48.52	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	POR	12/08/2022	Roma (ITA)
200m	1:49.98	Tiago Andre Venancio	87	POR	POR	14/07/2005	Budapest (HUN)
400m	3:53.79	Jose Paulo Lopes	00	POR	SCB	28/07/2018	Oeiras
800m	8:06.97	Guilherme Filipe Pina	98	POR	POR	09/07/2016	Hodmezovasarhely (HUN)
1500m	15:23.46	Guilherme Filipe Pina	98	POR	POR	07/07/2016	Hodmezovasarhely (HUN)
<b>Costas</b>							
50m	26.22	Joao Nogueira Costa	01	POR	POR	22/08/2019	Budapest (HUN)
100m	55.18	Joao Nogueira Costa	01	POR	POR	20/08/2019	Budapest (HUN)
200m	2:00.07	Joao Nogueira Costa	01	POR	POR	25/08/2019	Budapest (HUN)
<b>Bruços</b>							
50m	29.07	Bruno Miguel Ramos	84	POR	POR	13/07/2002	Linz (AUT)
100m	1:02.87	Andre Miguel Silva	91	POR	PDEM	18/07/2009	Faro
200m	2:15.99	Andre Miguel Silva	91	POR	PDEM	20/07/2009	Faro
<b>Mariposa</b>							
50m	22.96	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	POR	03/09/2022	Lima (PER)
100m	51.61	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	POR	13/08/2022	Roma (ITA)
200m	2:01.46	Pedro Diogo Oliveira	88	POR	POR	08/07/2006	Palma de Mallorca (ESP)
<b>Estilos</b>							
200m	2:02.55	Jose Paulo Lopes	00	POR	POR	06/07/2018	Helsinki (FIN)
400m	4:21.42	Jose Paulo Lopes	00	POR	POR	08/07/2018	Helsinki (FIN)
<b>Femin., Sen</b>							
<b>Livres</b>							
50m	25.56	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	03/08/2019	Funchal
100m	56.39	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	04/04/2019	Coimbra
200m	2:00.96	Francisca Soares Martins	03	POR	FOCA	11/02/2023	Lisboa
400m	4:09.49	Diana Margarida Duraes	96	POR	POR	25/06/2018	Tarragona (ESP)
800m	8:29.33	Diana Margarida Duraes	96	POR	POR	23/06/2018	Tarragona (ESP)
1500m	16:15.12	Diana Margarida Duraes	96	POR	SLB	09/02/2020	Lisboa
<b>Costas</b>							
50m	28.24	Rafaela Gomes Azevedo	02	POR	SAD	23/12/2021	Oeiras
100m	1:00.66	Camila Rodrigues Rebelo	03	POR	POR	15/08/2022	Roma (ITA)
200m	2:10.41	Camila Rodrigues Rebelo	03	POR	POR	02/07/2022	Oran (ALG)
<b>Bruços</b>							
50m	31.04	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	POR	16/08/2022	Roma (ITA)
100m	1:08.29	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	EDV	17/12/2022	Coimbra
200m	2:25.67	Victoria Kaminskaya	95	POR	POR	25/07/2019	Gwangju (KOR)
<b>Piscina longa (50m)</b>							

### Mariposa

50m	26.58	Ana Margarida Guedes	01	POR	GCVR	06/06/2021	Porto
100m	58.76	Sara Freitas Oliveira	85	POR	POR	12/08/2010	Budapeste (HUN)
200m	2:08.03	Ana Catarina Monteiro	93	POR	POR	06/08/2018	Glasgow (GBR)

### Estilos

200m	2:13.87	Victoria Kaminskaya	95	POR	POR	10/04/2017	Pontevedra (ESP)
400m	4:40.11	Victoria Kaminskaya	95	POR	POR	09/04/2017	Pontevedra (ESP)

### Masc., Jun17

#### Livres

50m	22.95	Tiago Andre Venancio	87	POR	POR	16/07/2004	Oeiras
100m	49.34	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	POR	07/07/2021	Rome (ITA)
200m	1:50.82	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	27/03/2021	Coimbra
400m	3:57.15	Gustavo Manuel Santa	93	POR	POR	14/07/2010	Helsinquia (FIN)
800m	8:13.49	Gustavo Manuel Santa	93	POR	POR	17/07/2010	Helsinquia (FIN)
1500m	15:43.45	Guilherme Filipe Pina	98	POR	POR	30/08/2015	Singapore (SGP)

#### Costas

50m	26.67	Diogo Santos Costa	02	POR	ADRCIMM	14/04/2019	Oeiras
100m	57.17	Alexis Manacas Santos	92	POR	POR	12/07/2009	Praga (CZE)
200m	2:03.06	Pedro Diogo Oliveira	88	POR	POR	15/07/2005	Budapeste (HUN)

#### Bruços

50m	29.10	Pedro Miguel Agostinho	92	POR	POR	10/07/2009	Praga (CZE)
100m	1:04.54	Andre Miguel Silva	91	POR	POR	02/08/2008	Belgrado (SRB)
200m	2:19.00	Andre Goncalo Santos	97	POR	LSC	26/07/2014	Oeiras

### Mariposa

50m	24.09	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	POR	07/07/2021	Rome (ITA)
100m	52.54	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	POR	09/07/2021	Rome (ITA)
200m	2:02.12	Pedro Diogo Oliveira	88	POR	POR	16/07/2005	Belgrado (HUN)

### Estilos

200m	2:04.32	Carlos Esteves Almeida	88	POR	POR	17/07/2005	Budapeste (HUN)
400m	4:25.23	Joao Alexandre Vital	98	POR	POR	29/08/2015	Singapore (SGP)

### Femin., Jun17

#### Livres

50m	26.17	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	01/04/2022	Coimbra
100m	56.56	Ana Reis Sousa	02	POR	SAD	04/04/2019	Coimbra
200m	2:03.11	Francisca Soares Martins	03	POR	POR	16/08/2020	Loule
400m	4:14.67	Tamila Hryhorivna Holub	99	POR	SCB	23/07/2016	Oeiras
800m	8:36.21	Tamila Hryhorivna Holub	99	POR	SCB	28/05/2016	Coimbra
1500m	16:20.80	Tamila Hryhorivna Holub	99	POR	POR	08/07/2016	Hodmezovasarhely (HUN)

#### Costas

50m	28.55	Rafaela Gomes Azevedo	02	POR	POR	23/08/2019	Budapest (HUN)
50m	28.55	Rafaela Gomes Azevedo	02	POR	POR	05/07/2019	Kazan (RUS)
100m	1:01.18	Rafaela Gomes Azevedo	02	POR	POR	20/08/2019	Budapest (HUN)
200m	2:15.53	Rita Barros Frischknecht	98	POR	SAD	02/04/2015	Coimbra

#### Bruços

50m	31.60	Joana Catarina Carvalho	92	POR	FCP	30/05/2009	Coimbra
100m	1:10.00	Raquel Gomes Pereira	00	POR	SAD	31/03/2017	Coimbra
200m	2:29.23	Raquel Gomes Pereira	00	POR	SAD	02/04/2017	Coimbra

### Mariposa

50m	27.10	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	POR	09/07/2021	Rome (ITA)
-----	-------	-----------------------	----	-----	-----	------------	------------

### Piscina longa (50m)

### Piscina longa (50m)

100m	1:00.11	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	POR	05/06/2021	Porto
200m	2:12.56	Sara Freitas Oliveira	85	POR	POR	04/08/2002	Berlim (GER)
<b>Estilos</b>							
200m	2:17.22	Raquel Gomes Pereira	00	POR	SAD	30/03/2017	Coimbra
400m	4:52.12	Victoria Kaminskaya	95	POR	PIMP	27/07/2012	Oeiras
<b>Masc., Juv A</b>							
<b>Livres</b>							
50m	23.78	Tiago Andre Venancio	87	POR	POR	31/07/2003	Paris (FRA)
100m	52.10	Tiago Andre Venancio	87	POR	POR	28/07/2003	Paris (FRA)
200m	1:54.18	Gustavo Manuel Santa	93	POR	POR	24/07/2009	Tampere (FIN)
400m	3:59.38	Gustavo Manuel Santa	93	POR	POR	21/07/2009	Tampere (FIN)
800m	8:23.54	Gustavo Manuel Santa	93	POR	POR	23/07/2009	Tampere (FIN)
1500m	15:45.55	Gustavo Manuel Santa	93	POR	POR	23/07/2009	Tampere (FIN)
<b>Costas</b>							
50m	27.60	Rodrigo Vieira Rodrigues	06	POR	SCE	10/07/2022	Coimbra
100m	58.61	Diogo Gomes Sousa	95	POR	CNCVG	29/05/2011	Coimbra
200m	2:06.59	Joao Alexandre Vital	98	POR	POR	28/06/2014	Netanya (ISR)
<b>Bruços</b>							
50m	29.75	tempo limite					
100m	1:04.48	Ricardo Samuel Pereira	03	POR	POR	25/07/2019	Baku (AZE)
200m	2:22.25	Jorge Jesus Silva	00	POR	SCB	23/07/2016	Oeiras
<b>Mariposa</b>							
50m	25.63	tempo limite					
100m	56.05	Paulo Vakulyuk	03	POR	CNTN	03/08/2019	Funchal
200m	2:03.76	Pedro Diogo Oliveira	88	POR	CNRM	31/07/2004	Lisboa
<b>Estilos</b>							
200m	2:08.11	Carlos Esteves Almeida	88	POR	CNA	31/07/2004	Lisboa
400m	4:32.66	Joao Alexandre Vital	98	POR	ADRCIMM	01/06/2014	Coimbra
<b>Femin., Jun16</b>							
<b>Livres</b>							
50m	26.21	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	10/04/2010	Coimbra
100m	57.11	Ana Reis Sousa	02	POR	POR	04/07/2018	Helsinki (FIN)
200m	2:02.89	Ana Reis Sousa	02	POR	POR	06/07/2018	Helsinki (FIN)
400m	4:20.37	Marta Andreia Ferreira	86	POR	POR	04/08/2002	Berlim (GER)
800m	8:45.53	Tamila Hryhorivna Holub	99	POR	SCB	30/05/2015	Coimbra
1500m	16:43.22	Tamila Hryhorivna Holub	99	POR	SCB	29/08/2015	Singapore (SGP)
<b>Costas</b>							
50m	29.33	Rafaela Gomes Azevedo	02	POR	SAD	26/07/2018	Oeiras
100m	1:03.21	Camila Rodrigues Rebelo	03	POR	ALN	05/04/2019	Coimbra
200m	2:15.72	Camila Rodrigues Rebelo	03	POR	ALN	07/04/2019	Coimbra
<b>Bruços</b>							
50m	31.92	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	POR	28/03/2010	Gorzow Wlwp (POL)
100m	1:10.09	Diana Duarte Gomes	89	POR	POR	17/07/2005	Budapeste (HUN)
200m	2:29.51	Diana Duarte Gomes	89	POR	POR	15/07/2005	Budapeste (HUN)
<b>Mariposa</b>							
50m	27.99	Carilina Miranda Fernandes	05	POR	POR	09/07/2021	Rome (ITA)
100m	1:01.48	Sara Francisco Cruz	93	POR	ADBA	20/07/2009	Faro
200m	2:17.09	Mariana Fernandes Barbosa	02	POR	FCP	29/07/2018	Oeiras

### Estilos

200m	2:20.61	Diana Margarida Duraes	96	POR	FOCA	03/06/2012	Porto
400m	4:54.00	Ines Neto Rocha	01	POR	SANNP	20/05/2017	Gijón (ESP)

### Masc., Juv B

#### Livres

50m	24.61	Tiago Andrade Machado	02	POR	SCA	20/07/2017	Oeiras
100m	52.51	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	04/08/2019	Funchal
200m	1:53.96	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	02/08/2019	Funchal
400m	4:06.22	Rui Filipe Costa	91	POR	VSC	29/07/2006	Coimbra
800m	8:37.90	Vitor Belo Clara	04	POR	ADBA	14/07/2019	Coimbra
1500m	16:30.45	Duarte Miguel Jorge	01	POR	CGA	21/07/2016	Oeiras

### Piscina longa (50m)

#### Costas

50m	28.21	tempo limite					
100m	59.54	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	POR	22/07/2019	Baku (AZE)
200m	2:06.44	Joao Alexandre Vital	98	POR	POR	17/07/2013	Utrecht (NED)

#### Bruços

50m	30.57	tempo limite					
100m	1:06.16	Ricardo Samuel Pereira	03	POR	SLB	26/07/2018	Oeiras
200m	2:19.73	Rafael Miguel Mimoso	07	POR	POR	26/07/2022	Banská Bystrica (SVK)

#### Mariposa

50m	26.18	tempo limite					
100m	56.61	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	03/08/2019	Funchal
200m	2:08.12	Jorge Jesus Silva	00	POR	SCB	26/07/2015	Coimbra

#### Estilos

200m	2:10.83	Jorge Jesus Silva	00	POR	SCB	26/07/2015	Coimbra
400m	4:37.06	Joao Alexandre Vital	98	POR	POR	16/07/2013	Utrecht (NED)

### Femin., Juv A

#### Livres

50m	26.78	Maria Gomes Pereira	04	POR	SAD	05/04/2019	Coimbra
100m	57.75	Maria Carolina Rosa	94	POR	POR	08/07/2009	Prague (CZE)
200m	2:05.85	Francisca Soares Martins	03	POR	FOCA	27/07/2018	Oeiras
400m	4:20.78	Tamila Hryhorivna Holub	99	POR	POR	07/06/2014	Porto
800m	8:50.68	Tamila Hryhorivna Holub	99	POR	SCB	27/07/2014	Oeiras
1500m	16:54.60	Tamila Hryhorivna Holub	99	POR	POR	11/07/2014	Dordrecht (NED)

### Piscina longa (50m)

#### Costas

50m	29.42	tempo limite					
100m	1:03.92	Joana Carina Silva	97	POR	LSXXI	06/04/2012	Coimbra
100m	1:03.92	Ines Camacho Fernandes	97	POR	SCP	06/04/2012	Coimbra
200m	2:17.38	Joana Carina Silva	97	POR	LSXXI	05/04/2012	Coimbra

#### Bruços

50m	32.04	tempo limite					
100m	1:10.73	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	31/05/2009	Coimbra
200m	2:31.32	Diana Duarte Gomes	89	POR	POR	27/06/2004	Mulhouse (FRA)

#### Mariposa

50m	27.98	tempo limite					
100m	1:01.69	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	CFP	03/08/2019	Funchal
200m	2:15.56	Ana Rita Francisco	80	POR	POR	20/07/1995	Genebra (SUI)

#### Estilos

200m	2:21.01	Raquel Gomes Pereira	00	POR	SAD	04/04/2015	Coimbra
------	---------	----------------------	----	-----	-----	------------	---------

400m	4:58.08	Diana Margarida Duraes	96	POR	FOCA	05/08/2011	Povoa de Varzim
<b>Masc., Inf A</b>							<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	26.00	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	19/05/2018	Coimbra
100m	55.53	David Miguel Ferro	84	POR	SFUAP	26/07/1998	Campanhã
200m	2:00.20	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	21/07/2018	S. Joao da Madeira
400m	4:15.99	Pedro Fontoura Oliveira	90	POR	CFB	11/07/2004	Badajoz (ESP)
800m	8:54.25	Pedro Fontoura Oliveira	90	POR	CFB	29/05/2004	Lisboa
1500m	16:43.48	Pedro Fontoura Oliveira	90	POR	CFB	19/06/2004	Rio Maior
<b>Costas</b>							
50m	29.93	tempo limite					
100m	1:01.39	Alexandre Lages Ribas	97	POR	EDV	22/07/2011	Lisboa
200m	2:14.56	Alexandre Lages Ribas	97	POR	EDV	23/07/2011	Lisboa
<b>Bruços</b>							
50m	30.39	tempo limite					
100m	1:09.82	Ricardo Samuel Pereira	03	POR	CCDPCMS	20/05/2017	Vila Franca de Xira
200m	2:32.07	Joao Soares Carneiro	03	POR	SLB	15/07/2017	Loulé
<b>Mariposa</b>							
50m	27.35	tempo limite					
100m	59.19	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	21/07/2018	S. Joao da Madeira
200m	2:14.50	Fabio Parrilha da Silva	87	POR	CNAL	29/07/2001	Campanhã
<b>Estilos</b>							
200m	2:16.63	Alexandre Lages Ribas	97	POR	EDV	24/07/2011	Lisboa
400m	4:46.20	Tomas Miguel Freitas	90	POR	CDN	23/07/2004	Póvoa Varzim
<b>Femin., Juv B</b>							<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	27.17	Ana Margarida Guedes	01	POR	GCVR	31/05/2015	Coimbra
100m	58.07	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	POR	22/07/2019	Baku (AZE)
200m	2:07.40	Maria Francisca Cabral	00	POR	FCP	25/07/2014	Oeiras
400m	4:26.20	Maria Francisca Cabral	00	POR	FCP	26/07/2014	Oeiras
800m	9:07.70	Alexandra Maria Silva		POR	POR	10/09/1981	Split (CRO)
1500m	17:34.28	Maria Miguel Veloso	93	POR	CNAC	08/07/2007	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	30.52	tempo limite					
100m	1:04.90	Joana Carina Silva	97	POR	LSXXI	25/03/2011	Oeiras
200m	2:20.53	Camila Rodrigues Rebelo	03	POR	ALN	21/07/2017	Oeiras
<b>Bruços</b>							
50m	34.12	tempo limite					
100m	1:12.89	Paula Alexandra Oliveira	96	POR	FCP	29/07/2010	Coimbra
200m	2:36.99	Diana Duarte Gomes	89	POR	POR	28/07/2003	Paris (FRA)
<b>Mariposa</b>							
50m	28.51	tempo limite					
100m	1:02.99	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	POR	24/07/2019	Baku (AZE)
200m	2:20.75	Susana Patricia Miguel	90	POR	POR	04/07/2004	Génova (ITA)
<b>Estilos</b>							
200m	2:23.60	Diana Margarida Duraes	96	POR	FOCA	01/08/2010	Coimbra
400m	5:01.00	Ines Neto Rocha	01	POR	CAP	24/07/2015	Coimbra
<b>Masc., Inf B</b>							<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	27.00	Jose Miguel Miranda	73	POR	CFP	11/08/1986	Coimbra

100m	58.47	Joao Magalhaes Nunes	99	POR	CNA	22/07/2012	Rio Maior
200m	2:06.18	Joao Magalhaes Nunes	99	POR	CNA	21/07/2012	Rio Maior
400m	4:28.42	Pedro Fontoura Oliveira	90	POR	CFB	26/07/2003	Restelo
800m	9:12.56	Pedro Fontoura Oliveira	90	POR	CFB	27/07/2003	Lisboa
1500m	17:21.58	Pedro Fontoura Oliveira	90	POR	CFB	27/07/2003	Restelo
<b>Costas</b>							
50m	30.71	Miguel Reis Oliveira		POR	SCB	23/04/2022	Coimbra
100m	1:05.61	Goncalo Henriques Wanzeller	03	POR	CFB	16/07/2016	Famalicão
200m	2:20.07	Andre Vilas Ruivo	00	POR	DNMG	13/07/2013	S. Joao da Madeira
<b>Bruços</b>							
50m	33.76	tempo limite					
100m	1:11.95	Andre Goncalo Santos	97	POR	LSC	24/07/2010	Porto
200m	2:38.94	Duarte Anastacio Sousa	02	POR	CAC	19/07/2015	Oeiras
<b>Mariposa</b>							
50m	28.50	tempo limite					
100m	1:03.64	Fabio Parrilha da Silva	87	POR	CNAL	22/07/2000	S. Joao da Madeira
200m	2:21.67	Fabio Parrilha da Silva	87	POR	CNAL	23/07/2000	S. Joao da Madeira
<b>Estilos</b>							
200m	2:22.36	Andre Vilas Ruivo	00	POR	DNMG	23/06/2013	Coimbra
400m	4:54.87	Andre Vilas Ruivo	00	POR	DNMG	12/07/2013	S. Joao da Madeira
<b>Femin., Inf A</b>							
<b>Livres</b>							
50m	27.86	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	10/02/2018	Lisboa
100m	59.73	Ines Camacho Fernandes	97	POR	POR	20/06/2010	Catania (ITA)
200m	2:10.86	Alexandra Couto Frazao	02	POR	CNA	11/04/2015	Oeiras
400m	4:31.53	Alexandra Maria Silva	67	POR	POR	08/08/1980	Skovde (SWE)
800m	9:14.85	Alexandra Maria Silva	67	POR	POR	10/08/1980	Skovde (SWE)
1500m	18:05.56	Mafalda Sofia Rosa	03	POR	CNRM	24/06/2016	Rio Maior
<b>Costas</b>							
50m	32.67	tempo limite					
100m	1:06.78	Ines Camacho Fernandes	97	POR	POR	20/06/2010	Catania (ITA)
200m	2:23.57	Rafaela Gomes Azevedo	02	POR	POR	20/06/2015	Genova (ITA)
<b>Bruços</b>							
50m	35.10	tempo limite					
100m	1:15.49	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	08/07/2007	Coimbra
200m	2:42.69	Clara Gomes Pereira	02	POR	SAD	18/07/2015	Oeiras
<b>Mariposa</b>							
50m	28.26	tempo limite					
100m	1:03.83	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	21/07/2018	S. Joao da Madeira
200m	2:25.32	Susana Patricia Miguel	90	POR	SFUAP	05/07/2003	Restelo
<b>Estilos</b>							
200m	2:27.21	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	22/07/2018	S. Joao da Madeira
400m	5:11.29	Diana Ramos Rocha	94	POR	EDV	20/07/2007	Faro
<b>Femin., Inf B</b>							
<b>Livres</b>							
50m	28.36	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	15/06/2017	S. Joao da Madeira
100m	1:01.46	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	15/07/2017	Loulé
200m	2:12.20	Filipa Vilas Ruivo	97	POR	DNMG	24/07/2009	S. Joao da Madeira

**Piscina longa (50m)**

**Piscina longa (50m)**



400m	4:43.70	Alexandra Maria Silva	67	POR	FCP	27/07/1979	Funchal
800m	9:30.42	Filipa Vilas Ruivo	97	POR	DNMG	25/07/2009	S. Joao da Madeira
1500m	18:11.07	Filipa Vilas Ruivo	97	POR	DNMG	05/07/2009	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	33.65	tempo limite					
100m	1:08.97	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	01/07/2017	Coimbra
200m	2:33.03	Keissy Joselin Sousa	85	POR	FCP	27/07/1997	Famalicão
<b>Bruços</b>							
50m	37.07	tempo limite					
100m	1:18.66	Clara Gomes Pereira	02	POR	SAD	20/07/2014	Loulé
200m	2:49.82	Clara Gomes Pereira	02	POR	SAD	19/07/2014	Loulé
<b>Mariposa</b>							
50m	31.21	tempo limite					
100m	1:07.00	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	SCP	15/06/2017	S. Joao da Madeira
200m	2:28.92	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	09/07/2017	Coimbra
<b>Estilos</b>							
200m	2:32.93	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	16/07/2017	Loulé
400m	5:14.05	Filipa Vilas Ruivo	97	POR	DNMG	24/07/2009	S. Joao da Madeira
<b>Masc., Sen</b>							<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:29.80	Sport Lisboa e Benfica		POR	SLB	27/07/2022	Oeiras
		Miguel Duarte Nascimento, Miguel Henriques Marques, Diogo Ramos Lebre, Diogo Santos Costa					
4 x 100m	3:24.34	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	09/04/2022	Oeiras
		Gustavo Carvalhais Ribeiro, Igor Araujo Mogne, Francisco Rogerio Santos, Tiago Cunha Costa					
4 x 200m	7:26.26	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	14/04/2019	Oeiras
		Alexis Manacas Santos, Tiago Cunha Costa, Francisco Rogerio Santos, Igor Araujo Mogne					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:41.67	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	29/07/2022	Oeiras
		Francisco Rogerio Santos, Francisco Robalo Quintas, Tiago Cunha Costa, Alexis Manacas Santos					
4 x 100m	3:43.87	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	30/07/2022	Oeiras
		Francisco Rogerio Santos, Francisco Robalo Quintas, Tiago Cunha Costa, Gustavo Carvalhais Ribeiro					
<b>Femin., Sen</b>							<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:46.22	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita		POR	FCP	01/04/2011	Rio Maior
		Marta Vieira Marinho, Sara Beatriz Loureiro, Alexandra Paiva Oliveira, Sara Freitas Oliveira					
4 x 100m	3:52.07	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita		POR	FCP	30/07/2010	Coimbra
		Sara Freitas Oliveira, Alexandra Paiva Oliveira, Joana Aguiar Rodrigues, Marta Vieira Marinho					
4 x 200m	8:25.04	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	18/03/2018	Coimbra
		Madalena Gomes Azevedo, Raquel Gomes Pereira, Francisca Gomes Azevedo, Rita Barros Frischknecht					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:56.50	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita		POR	FCP	10/04/2010	Coimbra
		Marta Vieira Marinho, Joana Catarina Carvalho, Sara Freitas Oliveira, Alexandra Paiva Oliveira					
4 x 100m	4:16.23	Clube Natacao da Amadora		POR	CNA	21/07/2009	Faro
		Susana Patricia Miguel, Diana Duarte Gomes, Filipa Ferreira Silva, Patricia Vilas Conceicao					
<b>Misto, Sen</b>							<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:41.55	Futebol Clube do Porto		POR	FCP	02/02/2020	Povoa de Varzim
		Rosa Maria Oliveira, Porfirio Braga Nunes, Alexandre Ferreira Amorim, Catarina Maria Ferreira					

4 x 100m	3:43.48	Sport Lisboa e Benfica	POR	SLB	20/05/2017	Coimbra
Diana Margarida Duraes, Luiz Pedro Pereira, Sofia Alexandra Rolao, Joao Duarte Santos						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:50.71	Associacao Louzan Natacao	POR	ALN	04/02/2023	Póvoa de Varzim
Camila Rodrigues Rebelo, Gabriel Jose Lopes, Ines Jacinto Henriques, Afonso Filipe Costa						
4 x 100m	4:05.38	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	25/05/2019	Coimbra
Igor Araujo Mogne, Alexis Manacas Santos, Ines Camacho Fernandes, Beatriz Mendes Viegas						
<b>Masc., Jun</b>						<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:36.69	Futebol Clube do Porto/Imperio Bonanc	POR	FCP	27/03/2009	Lisboa
Rui Filipe Vilar, Nuno Miguel Vieira, Joao Pedro Almeida, Carlos Filipe Santos						
4 x 100m	3:32.70	Clube Uniao 1919	POR	CUC	09/05/2021	Coimbra
Diogo Matos Ribeiro, Gustavo Pires Marques, Martim Miranda Machado, Rodrigo Miguel Reis						
4 x 200m	7:44.42	Associacao Naval Amorense	POR	ANAM	05/04/2014	Coimbra
Joao Carlos Santos, Fabio Alcantara Aires, Rafael Lourenco Gil, Joao Pedro Gil						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:48.28	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	10/04/2010	Coimbra
Alexis Manacas Santos, Diogo Filipe Matos, Joao Pedro Coutinho, Pedro Miguel Agostinho						
4 x 100m	3:55.74	Sporting Clube de Braga	POR	SCB	29/07/2018	Oeiras
Jose Paulo Lopes, Rafael Gomes Simoes, Jorge Jesus Silva, Joao Peixoto Pereira						
<b>Misto, Jun</b>						<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:46.18	Clube Natacao Colegio Efanor	POR	CNCE	02/02/2020	Povoa de Varzim
Samson Silva Costa, Mariana Pacheco Cunha, Bernardo Felgueiras Ferreira, Ana Rita Oliveira						
4 x 100m	3:49.81	Clube Natacao Colegio Efanor	POR	CNCE	24/04/2021	Coimbra
Mariana Pacheco Cunha, Joao Pedro Moreira, Ana Rita Oliveira, Bernardo Felgueiras Ferreira						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:52.50	Clube Natacao Colegio Efanor	POR	CNCE	27/03/2021	Coimbra
Ana Rita Oliveira, Joao Pedro Moreira, Mariana Pacheco Cunha, Bernardo Felgueiras Ferreira						
4 x 100m	4:09.98	Clube Natacao Colegio Efanor	POR	CNCE	28/03/2021	Coimbra
Ana Rita Oliveira, Joao Pedro Moreira, Mariana Pacheco Cunha, Bernardo Felgueiras Ferreira						
<b>Femin., Jun</b>						<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:49.09	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	27/07/2022	Oeiras
Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Miriam Mortagua Soares, Lara Rodrigues Vasconcelos						
4 x 100m	4:00.06	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	28/07/2022	Oeiras
Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Miriam Mortagua Soares, Lara Rodrigues Vasconcelos						
4 x 200m	8:37.33	Sport Lisboa e Benfica	POR	SLB	26/07/2018	Oeiras
Ana Raquel Graveto, Leticia Maia Andre, Filipa Serrano Rodrigues, Sara Rulin Loureiro						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	2:00.61	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	29/07/2022	Oeiras
Luana Cardoso Magalhaes, Rebeca Leonor Antunes, Francisca Santos Ferreira, Marta Joao Pires						
4 x 100m	4:24.80	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	04/04/2015	Coimbra
Rita Barros Frischknecht, Ana Beatriz Marques, Sofia Alexandra Branco, Madalena Gomes Azevedo						
<b>Masc., Juv A</b>						<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:43.62	Clube Nautico de Leiria	POR	CNL	05/02/2023	Póvoa de Varzim
Afonso Dinis Roque, Goncalo Pereira Colaco, Francisco Marques Simoes, Joao Moura Francisco						

4 x 100m	3:39.68	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	19/07/2013	Famalicao
Joao Miguel Ascensao, Luis Carlos Oliveira, Eduardo Salgado Ramos, Ruben Oliveira Lopes						
4 x 200m	7:58.57	Associacao Naval Amorense	POR	ANAM	26/07/2012	Jamor
Miguel Angelo Alves, Rafael Lourenco Gil, Rafael Filipe Nunes, Joao Carlos Santos						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:52.81	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNFAMA	01/04/2022	Coimbra
Francisco Araujo Silva, Tomas Mendes Costa, Rodrigo Ferreira Pereira, Rui Miguel Santos						
4 x 100m	4:03.65	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	29/07/2018	Oeiras
Diogo Nuno Valente, Gabriel Macedo Cresta, Ruy Manuel Domingos, Vicente Oliveira Gomes						
<b>Masc., Juv</b>						<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:43.62	Clube Nautico de Leiria	POR	CNL	05/02/2023	Póvoa de Varzim
Afonso Dinis Roque, Goncalo Pereira Colaco, Francisco Marques Simoes, Joao Moura Francisco						
4 x 100m	3:39.68	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	19/07/2013	Famalicao
Joao Miguel Ascensao, Luis Carlos Oliveira, Eduardo Salgado Ramos, Ruben Oliveira Lopes						
4 x 200m	7:58.57	tempo limite	POR			
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:52.81	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNFAMA	01/04/2022	Coimbra
Francisco Araujo Silva, Tomas Mendes Costa, Rodrigo Ferreira Pereira, Rui Miguel Santos						
4 x 100m	4:03.65	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	29/07/2018	Oeiras
Diogo Nuno Valente, Gabriel Macedo Cresta, Ruy Manuel Domingos, Vicente Oliveira Gomes						
<b>Misto, Juv A</b>						<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:49.50					
4 x 100m	4:00.22	Ass. Desp. Bairro dos Anjos	POR	ADBA	31/07/2021	Oeiras
Micael Dmitrievich Denisov, Maria Francisca Frois, Maria Madalena Alves, Jose Francisco Oliveira						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:59.55	Sporting Clube de Braga	POR	SCB	30/07/2022	Oeiras
Miguel Costa Durao, Milan Santos Jevic, Gabriela Silva Marques, Margarida Vieira Pinto						
4 x 100m	4:23.79	Geslours-Gestao Equip. Sociais, EM	POR	GESL	02/04/2022	Coimbra
Rafael Duarte Beato, Pedro Goncalves Bonniz, Catarina Andrade Franco, Beatriz Heitor Cachaco						
<b>Masc., Juv B</b>						<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:44.74					
4 x 100m	3:44.52	Ass. Desp. Bairro dos Anjos	POR	ADBA	02/08/2019	Funchal
Guilherme Silva Castanheira, Vitor Belo Clara, Ricardo Morais Faria, Rodrigo Miguel Reis						
4 x 200m	8:09.89	Ass. Desp. Bairro dos Anjos	POR	ADBA	01/08/2019	Funchal
Nuno Marques Silva, Guilherme Silva Castanheira, Vitor Belo Clara, Rodrigo Miguel Reis						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:53.93	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	29/07/2022	Oeiras
Rodrigo Filipe Correia, Duarte Maria Carreira, Francisco Bernardes Martelo, Guilherme Mahua Soares						
4 x 100m	4:08.58	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	23/07/2017	Oeiras
Diogo Nuno Valente, Martim Rebelo Malfeito, Ruy Manuel Domingos, Vicente Oliveira Gomes						
<b>Femin., Juv A</b>						<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:52.98					

4 x 100m	4:06.43	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	02/04/2015	Coimbra
		Maria Francisca Cabral, Marta Alexandra Canedo, Joana Martins Pereira, Ana Rita Faria				
4 x 200m	8:55.49	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	01/04/2015	Coimbra
		Maria Francisca Cabral, Marta Alexandra Canedo, Joana Martins Pereira, Ana Rita Faria				
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	2:08.21					
4 x 100m	4:35.70	tempo limite	POR	SLB	27/07/2008	Oeiras
		Ines Catarina Agostinho, Ana Maria Pina, Sofia Oliveira Pinto, Vera Patricia Pinto				
<b>Misto, Juv</b>						
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:49.50					
4 x 100m	3:53.92	Sporting Clube de Braga	POR	SCB	28/07/2022	Oeiras
		Milan Santos Jevic, Eduardo Nuno Faria, Margarida Vieira Pinto, Maria Gomes Neves				
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:57.70	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	31/07/2021	Oeiras
		Diogo Miguel Silva, Joao Carvalho Rodrigues, Maria Emilia Almeida, Miriam Mortagua Soares				
4 x 100m	4:15.97	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	01/08/2021	Oeiras
		Diogo Miguel Silva, Joao Carvalho Rodrigues, Maria Emilia Almeida, Miriam Mortagua Soares				
<b>Femin., Juv</b>						
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:52.98					
4 x 100m	4:03.10	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	24/07/2015	Coimbra
		Ana Rita Faria, Beatriz Santos Silva, Maria Carolina Costa, Maria Francisca Cabral				
4 x 200m	8:46.61	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	23/07/2015	Coimbra
		Maria Francisca Cabral, Maria Carolina Costa, Isabel Porfirio Pego, Ana Rita Faria				
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	2:02.78					
4 x 100m	4:30.40	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	24/07/2016	Oeiras
		Rafaela Gomes Azevedo, Clara Gomes Pereira, Carolina Rosa Marcelino, Anna Baptista Ferreira				
<b>Misto, Juv B</b>						
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:53.38	Clube Colegio de Lamas	POR	CCLAMAS	08/07/2021	Famalicao
		Romulo Neves Pinto, Beatriz Azevedo Pereira, Biagio Martim Tona, Nuria Soares Silva				
4 x 100m	4:00.87	Gesloures-Gestao Equip. Sociais, EM	POR	GESL	31/07/2021	Oeiras
		Pedro Goncalves Bonriz, Tomas Maia Janeiro, Maria Carlotta Ferrari, Catarina Andrade Franco				
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	2:00.17	Gesloures-Gestao Equip. Sociais, EM	POR	GESL	31/07/2021	Oeiras
		Tomas Maia Janeiro, Pedro Goncalves Bonriz, Maria Carlotta Ferrari, Catarina Andrade Franco				
4 x 100m	4:24.01	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNFAMA	01/08/2021	Oeiras
		Rita Marques Soares, Tomas Mendes Costa, Rodrigo Ferreira Pereira, Mafalda Martins Mesquita				
<b>Masc., Inf A</b>						
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:47.89					
4 x 100m	3:52.27	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	19/07/2014	Loulé
		Jose Pedro Freitas, Joao Pereira Tinoco, Hugo Gabriel Morais, Miguel Angelo Santos				

4 x 200m	8:31.60	Assoc Desp Cult Rec Bairro dos Anjos/IPOR:ar ADBA	06/07/2018	Coimbra
Vitor Belo Clara, Nuno Marques Silva, Rodrigo Miguel Reis, Ricardo Morais Faria				
<b>Estilos Estafeta</b>				
4 x 50m	2:06.61			
4 x 100m	4:18.17	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao POR GDNVNF	29/06/2014	Loulé
Joao Pereira Tinoco, Daniel Pereira Silva, Hugo Gabriel Morais, Jose Pedro Freitas				
<b>Femin., Juv B</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>				
4 x 50m	1:54.01			
4 x 100m	4:10.72	Clube Nautico Academico de Coimbra POR CNAC	05/08/2011	Povoa de Varzim
Daniela Figueiredo Metelo, Beatriz Neves Craveiro, Andreia Margarida Morgado, Beatriz Filipa Matos				
4 x 200m	9:01.51	Sporting Clube de Portugal POR SCP	26/07/2012	Oeiras
Sofia Alexandra Branco, Carolina Mantua Guedes, Sofia Machado Dionisio, Beatriz Rodrigues Conde				
<b>Estilos Estafeta</b>				
4 x 50m	2:10.12			
4 x 100m	4:35.70	Sport Lisboa e Benfica POR SLB	27/07/2008	Lisboa
Ines Catarina Agostinho, Ana Maria Pina, Sofia Oliveira Pinto, Vera Patricia Pinto				
<b>Masc., Inf</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>				
4 x 50m	1:47.89			
4 x 100m	3:52.27	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao POR GDNVNF	19/07/2014	Loulé
Jose Pedro Freitas, Joao Pereira Tinoco, Hugo Gabriel Morais, Miguel Angelo Santos				
4 x 200m	8:31.60	Assoc Desp Cult Rec Bairro dos Anjos/IPOR:ar ADBA	06/07/2018	Coimbra
Vitor Belo Clara, Nuno Marques Silva, Rodrigo Miguel Reis, Ricardo Morais Faria				
<b>Estilos Estafeta</b>				
4 x 50m	2:05.21			
4 x 100m	4:18.17	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao POR GDNVNF	20/07/2014	Loulé
Joao Pereira Tinoco, Daniel Pereira Silva, Hugo Gabriel Morais, Jose Pedro Freitas				
<b>Misto, Inf A</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>				
4 x 50m	2:02.64	ASSS Columb Cantanhedense POR SCC	25/06/2022	Coimbra
Martim Nobre Pascoal, Rodrigo Mosca Silva, Anastacia Protolyuk, Leonor Mercedes Cavaleiro				
4 x 100m	4:01.87	Clube dos Galitos / Bresimar POR CGA	21/07/2018	S. Joao da Madeira
Joao Afonso Antunes, Pedro Duarte Jesus, Carolina Miranda Fernandes, Lara Rodrigues Vasconcelos				
<b>Estilos Estafeta</b>				
4 x 50m	2:21.30	ASSS Columb Cantanhedense POR SCC	25/06/2022	Coimbra
Rodrigo Mosca Silva, Martim Nobre Pascoal, Leonor Mercedes Cavaleiro, Anastacia Protolyuk				
4 x 100m	4:33.31	Sporting Clube de Portugal POR SCP	17/07/2016	Famalicão
Filipa Ramos Peixeira, Martim Rebelo Malfeito, Vicente Oliveira Gomes, Barbara Silva Viegas				
<b>Masc., Inf B</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>				
4 x 50m	1:57.13			
4 x 100m	4:06.16	Associacao Naval Amorense POR ANAM	19/07/2014	Loulé
Rafael Alcantara Aires, Edgar Filipe Santos, David Matias Cristino, Rodrigo Ponte Jorge				
4 x 200m	8:58.21	Associacao Naval Amorense POR ANAM	18/07/2014	Loulé
Rodrigo Ponte Jorge, Edgar Filipe Santos, David Matias Cristino, Rafael Alcantara Aires				

### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:14.68					
4 x 100m	4:41.06	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	14/07/2013	S. Joao da Madeira
Joao Pereira Tinoco, Miguel Angelo Santos, Hugo Gabriel Morais, Daniel Pereira Silva						

### Femin., Inf A

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:59.79					
4 x 100m	4:17.13	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	24/07/2011	Lisboa
Ana Silva Costa, Carla Luisa Alves, Catarina Alexandra Jardim, Barbara Nogueira Goncalves						
4 x 200m	9:07.81	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	22/07/2011	Lisboa
Ana Silva Costa, Carla Luisa Alves, Catarina Alexandra Jardim, Barbara Nogueira Goncalves						

### Piscina longa (50m)

### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:14.31					
4 x 100m	4:45.41	Sport Lisboa e Benfica	POR	SLB	30/06/2007	Lisboa
Ines Catarina Agostinho, Ana Maria Pina, Raquel Paulo Ranito, Vera Patricia Pinto						

### Misto, Inf

#### Livres Estafeta

4 x 50m	2:02.64	ASSS Columb Cantanhedense	POR	SCC	25/06/2022	Coimbra
Martim Nobre Pascoal, Rodrigo Mosca Silva, Anastacia Protolyuk, Leonor Mercedes Cavaleiro						
4 x 100m	4:01.87	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	21/07/2018	S. Joao da Madeira
Joao Afonso Antunes, Pedro Duarte Jesus, Carolina Miranda Fernandes, Lara Rodrigues Vasconcelos						

### Piscina longa (50m)

### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:21.30	ASSS Columb Cantanhedense	POR	SCC	25/06/2022	Coimbra
Rodrigo Mosca Silva, Martim Nobre Pascoal, Leonor Mercedes Cavaleiro, Anastacia Protolyuk						
4 x 100m	4:33.31	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	17/07/2016	Famalicao

### Femin., Inf

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:59.79					
4 x 100m	4:17.13	tempo limite	POR	GDNVNF	24/07/2011	Lisboa
Ana Silva Costa, Carla Luisa Alves, Catarina Alexandra Jardim, Barbara Nogueira Goncalves						
4 x 200m	9:07.81	tempo limite	POR		22/07/2011	Lisboa
Ana Silva Costa, Carla Luisa Alves, Catarina Alexandra Jardim, Barbara Nogueira Goncalves						

### Piscina longa (50m)

### Estilos Estafeta

4 x 50m	2:14.31					
4 x 100m	4:45.41	tempo limite	POR	SLB	30/06/2007	Oeiras
Ines Catarina Agostinho, Ana Maria Pina, Raquel Paulo Ranito, Vera Patricia Pinto						

### Misto, Inf B

#### Livres Estafeta

4 x 50m	59:00.00					
4 x 100m	4:15.46	Clube Galitos de Aveiro	POR	CGA	16/07/2017	Loulé
Joao Afonso Antunes, Pedro Duarte Jesus, Lara Rodrigues Vasconcelos, Carolina Miranda Fernandes						

### Piscina longa (50m)

### Estilos Estafeta

4 x 50m	59:00.00					
4 x 100m	4:48.64	Grupo Desportivo Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	15/07/2017	Loulé
Gabriel Moreira Santos, Ines Faria Rego, Joao Campelo Oliveira, Mariana Martins Costa						

**Femin., Inf B**

**Livres Estafeta**

4 x 50m 2:02.38

4 x 100m 4:26.09

4 x 200m 9:28.03

**Estilos Estafeta**

4 x 50m 2:23.73

4 x 100m 4:56.36

**Piscina longa (50m)**

Grupo Desportivo Natacao V. N. Famalicao POR GDNVNF 25/07/2010

Ana Silva Costa, Catarina Alexandra Jardim, Carla Luisa Alves, Barbara Nogueira Goncalves

Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao POR GDNVNF 23/07/2010

Ana Silva Costa, Carla Luisa Alves, Barbara Nogueira Goncalves, Catarina Alexandra Jardim

Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao POR GDNVNF 24/07/2010

Catarina Alexandra Jardim, Barbara Nogueira Goncalves, Carla Luisa Alves, Ana Silva Costa