

## R N 25m

### Masc., Open

#### Livres

50m	21.22	Miguel Duarte Nascimento	95	POR	SLB	09/12/2022	Leiria
100m	46.65	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	SLB	11/12/2022	Leiria
200m	1:43.16	Miguel Duarte Nascimento	95	POR	POR	14/12/2018	Hangzhou (CHN)
400m	3:42.57	Jose Paulo Lopes	00	POR	POR	16/12/2021	Abu Dhabi (UAE)
800m	7:41.51	Jose Paulo Lopes	00	POR	SCB	14/04/2024	Felgueiras
1500m	14:39.82	Jose Paulo Lopes	00	POR	POR	20/12/2021	Abu Dhabi (UAE)

#### Costas

50m	23.35	Alexis Manacas Santos	92	POR	POR	18/12/2021	Abu Dhabi (UAE)
50m	23.35	Alexis Manacas Santos	92	POR	POR	18/12/2021	Abu Dhabi (UAE)
100m	50.82	Gabriel Jose Lopes	97	POR	ALN	11/12/2022	Leiria
200m	1:52.66	Gabriel Jose Lopes	97	POR	POR	16/12/2018	Hangzhou (CHN)

#### Bruços

50m	27.01	Alexandre Ferreira Amorim	99	POR	VSC	14/04/2024	Felgueiras
100m	58.19	Carlos Esteves Almeida	88	POR	POR	22/11/2012	Chartres (FRA)
200m	2:05.59	Carlos Esteves Almeida	88	POR	POR	25/11/2012	Chartres (FRA)

#### Mariposa

50m	21.71	Gustavo Pires Marques	04	POR	CUC	13/11/2022	Albufeira
100m	51.00	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	SLB	22/12/2023	Felgueiras
200m	1:53.39	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	POR	12/12/2009	Istambul (TUR)

#### Estilos

100m	52.73	Alexis Manacas Santos	92	POR	POR	07/12/2019	Glasgow (GBR)
200m	1:53.45	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	POR	04/12/2015	Netanya (ISR)
400m	4:05.87	Gabriel Jose Lopes	97	POR	ALN	09/12/2022	Leiria

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:26.91	Sport Lisboa e Benfica	POR	SLB	09/12/2022	Leiria
Miguel Duarte Nascimento, Miguel Henriques Marques, Diogo Santos Costa, Diogo Matos Ribeiro						
4 x 100m	3:12.81	Sport Lisboa e Benfica	POR	SLB	11/12/2022	Leiria
Diogo Matos Ribeiro, Diogo Santos Costa, Miguel Henriques Marques, Miguel Duarte Nascimento						
4 x 200m	7:10.67	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	22/12/2018	Felgueiras
Tiago Cunha Costa, Igor Araujo Mogne, Francisco Rogerio Santos, Alexis Manacas Santos						

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	1:36.67	Sport Lisboa e Benfica	POR	SLB	10/12/2022	Leiria
Diogo Santos Costa, Joao Soares Carneiro, Diogo Matos Ribeiro, Miguel Henriques Marques						
4 x 100m	3:33.03	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	09/12/2022	Leiria
Francisco Rogerio Santos, Francisco Robalo Quintas, Tiago Cunha Costa, Gustavo Carvalhais Ribeiro						

### Femin., Open

#### Livres

50m	24.94	Patricia Vilas Conceicao	85	POR	CNA	20/12/2009	S. António Cavaleiros
100m	54.66	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	20/12/2019	Felgueiras
200m	1:56.81	Francisca Soares Martins	03	POR	POR	09/12/2023	Otopeni (ROU)
400m	4:04.61	Diana Margarida Duraes	96	POR	POR	17/12/2017	Copenhagen (DEN)
800m	8:20.97	Diana Margarida Duraes	96	POR	POR	04/12/2019	Glasgow (GBR)
1500m	15:55.19	Diana Margarida Duraes	96	POR	SLB	23/11/2019	Felgueiras

#### Costas

50m	27.33	Rafaela Gomes Azevedo	02	POR	SAD	13/11/2021	Albufeira
100m	58.14	Camila Rodrigues Rebelo	03	POR	POR	08/12/2023	Otopeni (ROU)

### Piscina curta (25m)

200m	2:04.39	Camila Rodrigues Rebelo	03	POR	POR	07/12/2023	Otopeni (ROU)
<b>Bruços</b>							
50m	30.21	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	EDV	11/12/2022	Leiria
100m	1:06.73	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	EDV	14/04/2024	Felgueiras
200m	2:22.12	Raquel Gomes Pereira	00	POR	SAD	29/06/2019	Algés
<b>Mariposa</b>							
50m	26.12	Ana Margarida Guedes	01	POR	GCVR	23/04/2023	Felgueiras
100m	58.01	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	CNCE	22/04/2023	Felgueiras
200m	2:05.74	Ana Catarina Monteiro	93	POR	POR	12/12/2018	Hangzhou (CHN)
<b>Estilos</b>							
100m	1:00.83	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	CNCE	14/04/2024	Felgueiras
200m	2:12.08	Victoria Kaminskaya	95	POR	POR	16/12/2017	Copenhagen (DEN)
400m	4:36.19	Victoria Kaminskaya	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
		Sara Beatriz Loureiro, Sara Freitas Oliveira, Alexandra Paiva Oliveira, Marta Vieira Marinho					
4 x 100m	3:44.99	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita		POR	FCP	04/12/2010	Porto
		Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro, Alexandra Paiva Oliveira, Marta Vieira Marinho					
4 x 200m	8:03.35	Sport Lisboa e Benfica		POR	SLB	22/12/2023	Felgueiras
		Leticia Maia Andre, Catarina Andrade Franco, Ema Jeronimo Conceicao, Diana Margarida Duraes					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:53.11	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	21/12/2019	Felgueiras
		Rafaela Gomes Azevedo, Raquel Gomes Pereira, Lia Ana Lima, Rita Barros Frischknecht					
4 x 100m	4:06.14	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita		POR	FCP	19/12/2009	S. António Cavaleiros
<b>Misto, Open</b>							
<b>Piscina curta (25m)</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:39.08	Futebol Clube do Porto		POR	FCP	28/04/2019	Felgueiras
		Alexandre Ferreira Amorim, Catarina Maria Ferreira, Porfirio Braga Nunes, Rosa Maria Oliveira					
4 x 100m	3:38.72	Futebol Clube do Porto		POR	FCP	14/11/2021	Felgueiras
		Porfirio Braga Nunes, Catarina Maria Ferreira, Pedro Miguel Santos, Ana Rita Faria					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:46.76	Vitoria Sport Clube		POR	VSC	07/05/2022	Felgueiras
		Joao Nogueira Costa, Alexandre Ferreira Amorim, Filipa Viamonte Fernandes, Ana Ines Fernandes					
4 x 100m	3:58.31	Vitoria Sport Clube		POR	VSC	14/11/2021	Felgueiras
<b>Masc., Sen</b>							
<b>Piscina curta (25m)</b>							
<b>Livres</b>							
50m	21.22	Miguel Duarte Nascimento	95	POR	SLB	09/12/2022	Leiria
100m	46.65	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	SLB	11/12/2022	Leiria
200m	1:43.16	Miguel Duarte Nascimento	95	POR	POR	14/12/2018	Hangzhou (CHN)
400m	3:42.57	Jose Paulo Lopes	00	POR	POR	16/12/2021	Abu Dhabi (UAE)
800m	7:41.51	Jose Paulo Lopes	00	POR	SCB	14/04/2024	Felgueiras
1500m	14:39.82	Jose Paulo Lopes	00	POR	POR	20/12/2021	Abu Dhabi (UAE)
<b>Costas</b>							
50m	23.35	Alexis Manacas Santos	92	POR	POR	18/12/2021	Abu Dhabi (UAE)
50m	23.35	Alexis Manacas Santos	92	POR	POR	18/12/2021	Abu Dhabi (UAE)
100m	50.82	Gabriel Jose Lopes	97	POR	ALN	11/12/2022	Leiria
200m	1:52.66	Gabriel Jose Lopes	97	POR	POR	16/12/2018	Hangzhou (FRA)
<b>Bruços</b>							
50m	27.01	Alexandre Ferreira Amorim	99	POR	VSC	14/04/2024	Felgueiras

100m	58.19	Carlos Esteves Almeida	88	POR	POR	22/11/2012	Chartres (FRA)
200m	2:05.59	Carlos Esteves Almeida	88	POR	POR	25/11/2012	Chartres (FRA)
<b>Mariposa</b>							
50m	21.71	Gustavo Pires Marques	04	POR	CUC	13/11/2022	Albufeira
100m	51.00	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	SLB	22/12/2023	Felgueiras
200m	1:53.39	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	POR	12/12/2009	Istambul (TUR)
<b>Estilos</b>							
100m	52.73	Alexis Manacas Santos	92	POR	POR	07/12/2019	Glasgow (GBR)
200m	1:53.45	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	POR	04/12/2015	Netanya (ISR)
400m	4:05.87	Gabriel Jose Lopes	97	POR	ALN	09/12/2022	Leiria
<b>Masc., Jun18</b>							
<b>Livres</b>							
50m	22.24	Miguel Duarte Nascimento	95	POR	PORTIN	08/12/2012	Porto
100m	48.32	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	SLB	26/11/2021	Leiria
200m	1:47.73	Tiago Andre Venancio	87	POR	POR	12/12/2004	Viena (AUT)
400m	3:50.52	Adriano Miguel Niz	86	POR	CFV	26/06/2004	Fafe
800m	7:56.76	Guilherme Filipe Pina	98	POR	BSCN	11/12/2015	Porto
1500m	15:06.77	Filipe Miguel Santo	00	POR	SLB	26/03/2018	Funchal
<b>Costas</b>							
50m	25.01	Alexis Manacas Santos	92	POR	SCP	04/12/2009	Leiria
100m	53.88	Alexis Manacas Santos	92	POR	SCP	05/12/2009	Leiria
200m	1:57.90	Tomas Maia Januario	06	POR	SLB	09/12/2023	Leiria
<b>Bruços</b>							
50m	28.55	Simao Miguel Capitao	97	POR	CLAMAS	24/05/2015	Senhora da Hora
100m	1:01.25	Pedro Miguel Agostinho	92	POR	SCP	19/12/2009	S. António Cavaleiros
200m	2:12.17	Pedro Goncalves Bonniz	06	POR	SLB	09/12/2023	Leiria
<b>Mariposa</b>							
50m	23.82	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	SLB	26/11/2021	Leiria
100m	52.87	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	SLB	27/11/2021	Leiria
200m	1:58.64	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	09/12/2005	Tomar
<b>Estilos</b>							
100m	56.40	Joao Peres Costa	04	POR	CNPV	28/11/2021	Leiria
200m	2:00.59	Gabriel Jose Lopes	97	POR	ALN	10/05/2015	Coimbra
400m	4:11.20	Joao Alexandre Vital	98	POR	SCP	11/12/2015	Porto
<b>Femin., Sen</b>							
<b>Livres</b>							
50m	24.94	Patricia Vilas Conceicao	85	POR	CNA	20/12/2009	S. António Cavaleiros
100m	54.66	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	20/12/2019	Felgueiras
200m	1:56.81	Francisca Soares Martins	03	POR	POR	09/12/2023	Otopeni (ROU)
400m	4:04.61	Diana Margarida Duraes	96	POR	POR	17/12/2017	Copenhagen (DEN)
800m	8:20.97	Diana Margarida Duraes	96	POR	POR	04/12/2019	Glasgow (GBR)
1500m	15:55.19	Diana Margarida Duraes	96	POR	SLB	23/11/2019	Felgueiras
<b>Costas</b>							
50m	27.33	Rafaela Gomes Azevedo	02	POR	SAD	13/11/2021	Albufeira
100m	58.14	Camila Rodrigues Rebelo	03	POR	POR	08/12/2023	Otopeni (ROU)
200m	2:04.39	Camila Rodrigues Rebelo	03	POR	POR	07/12/2023	Otopeni (ROU)
<b>Bruços</b>							
50m	30.21	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	EDV	11/12/2022	Leiria
100m	1:06.73	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	EDV	14/04/2024	Felgueiras

200m	2:22.12	Raquel Gomes Pereira	00	POR	SAD	29/06/2019	Algés
<b>Mariposa</b>							
50m	26.12	Ana Margarida Guedes	01	POR	GCVR	23/04/2023	Felgueiras
100m	58.01	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	CNCE	22/04/2023	Felgueiras
200m	2:05.74	Ana Catarina Monteiro	93	POR	POR	12/12/2018	Hangzhou (CHN)
<b>Estilos</b>							
100m	1:00.83	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	CNCE	14/04/2024	Felgueiras
200m	2:12.08	Victoria Kaminskaya	95	POR	POR	16/12/2017	Copenhagen (DEN)
400m	4:36.19	Victoria Kaminskaya	95	POR	POR	13/12/2017	Copenhagen (DEN)
<b>Masc., Jun17</b>							
<b>Livres</b>							
50m	23.12	Tiago Andrade Machado	02	POR	SCA	22/12/2018	Felgueiras
100m	49.56	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	22/12/2020	Coimbra
200m	1:47.65	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	11/04/2021	Felgueiras
400m	3:56.54	Rui Filipe Costa	91	POR	VSC	24/11/2007	Felgueiras
800m	8:00.80	Gustavo Manuel Santa	93	POR	CNLA	06/12/2009	Leiria
1500m	15:05.57	Gustavo Manuel Santa	93	POR	CNLA	06/12/2009	Leiria
<b>Costas</b>							
50m	25.37	Gabriel Jose Lopes	97	POR	CDL	11/05/2014	Coimbra
100m	54.97	Gabriel Jose Lopes	97	POR	CDL	11/05/2014	Coimbra
200m	1:59.34	Adriano Miguel Niz	86	POR	CFV	16/05/2003	Alges
<b>Bruços</b>							
50m	28.56	Pedro Miguel Agostinho	92	POR	SLB	03/05/2009	S. António Cavaleiros
100m	1:01.63	Rafael Miguel Mimoso	07	POR	SLB	08/12/2023	Leiria
200m	2:11.78	Rafael Miguel Mimoso	07	POR	SLB	09/12/2023	Leiria
<b>Mariposa</b>							
50m	24.49	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	23/12/2020	Coimbra
100m	53.97	Tiago Andre Venancio	87	POR	CNS	15/02/2004	Alapraia
200m	1:59.93	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	05/03/2005	Mealhada
<b>Estilos</b>							
100m	57.40	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	14/05/2005	Aveiro
200m	2:02.96	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	06/03/2005	Mealhada
400m	4:21.93	Joao Alexandre Vital	98	POR	ADRCIMM	19/12/2014	Porto
<b>Femin., Jun17</b>							
<b>Livres</b>							
50m	25.42	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	14/11/2021	Albufeira
100m	55.54	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	28/11/2021	Leiria
200m	1:59.62	Leticia Maia Andre	02	POR	SLB	23/12/2018	Felgueiras
400m	4:10.52	Tamila Hryhorivna Holub	99	POR	SCB	12/12/2015	Porto
800m	8:32.83	Tamila Hryhorivna Holub	99	POR	SCB	13/12/2015	Porto
1500m	16:11.67	Tamila Hryhorivna Holub	99	POR	SCB	11/12/2015	Porto
<b>Costas</b>							
50m	28.22	Camila Rodrigues Rebelo	03	POR	ALN	21/12/2019	Felgueiras
100m	59.61	Rafaela Gomes Azevedo	02	POR	SAD	29/06/2019	Algés
200m	2:11.13	Camila Rodrigues Rebelo	03	POR	ALN	20/12/2019	Felgueiras
<b>Bruços</b>							
50m	32.09	Raquel Gomes Pereira	00	POR	SAD	11/12/2016	Funchal
100m	1:08.02	Raquel Gomes Pereira	00	POR	SAD	09/12/2016	Funchal
200m	2:26.47	Raquel Gomes Pereira	00	POR	SAD	10/12/2016	Funchal

**Piscina curta (25m)**

**Piscina curta (25m)**

<b>Mariposa</b>							
50m	26.74	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	CNCE	11/04/2021	Felgueiras
100m	59.36	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	CNCE	10/04/2021	Felgueiras
200m	2:10.12	Sara Francisco Cruz	93	POR	ADBA	04/12/2009	Leiria
<b>Estilos</b>							
100m	1:02.10	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	28/11/2021	Leiria
200m	2:15.10	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	CNCE	10/04/2021	Felgueiras
400m	4:46.89	Ines Neto Rocha	01	POR	CAP	15/04/2018	Felgueiras
<b>Masc., Juv A</b>							
<b>Livres</b>							
50m	23.83	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	02/02/2020	Coimbra
100m	50.82	Tiago Andre Venancio	87	POR	CNS	23/03/2003	Braga
200m	1:49.83	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	07/12/2019	Mealhada
400m	3:58.45	Rui Silva Pereira	08	POR	ADRCIMM	17/12/2023	Sines
800m	8:09.43	Rui Filipe Costa	91	POR	VSC	12/05/2007	Senhora da Hora
1500m	15:36.31	Rui Filipe Costa	91	POR	VSC	04/03/2007	Braga
<b>Costas</b>							
50m	26.26	tempo limite					
100m	56.34	Goncalo Carlos Azevedo	07	POR	CNMAIA	22/04/2023	Felgueiras
200m	2:01.43	Diogo Gomes Sousa	95	POR	CNCVG	04/06/2011	Algés
<b>Bruços</b>							
50m	29.23	tempo limite					
100m	1:03.25	Ricardo Samuel Pereira	03	POR	SLB	13/07/2019	Algés
200m	2:15.14	Rafael Miguel Mimoso	07	POR	SLB	12/11/2022	Albufeira
<b>Mariposa</b>							
50m	25.01	Duarte Santos Ferreira	08	POR	FCP	20/07/2024	Porto
100m	55.48	Duarte Santos Ferreira	08	POR	FCP	21/07/2024	Porto
200m	2:03.38	Diogo Parrilha da Silva	93	POR	CNAL	13/06/2009	Alcobaça
<b>Estilos</b>							
100m	59.16	Goncalo Carlos Azevedo	07	POR	CNMAIA	22/04/2023	Felgueiras
200m	2:05.34	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	15/05/2004	Aveiro
400m	4:25.04	Joao Alexandre Vital	98	POR	ADRCIMM	13/12/2013	Tomar
<b>Femin., Jun16</b>							
<b>Livres</b>							
50m	26.07	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	18/07/2021	Gafanha de Nazaré
100m	56.72	Ana Reis Sousa	02	POR	CNLA	08/12/2017	Porto
200m	2:01.12	Francisca Soares Martins	03	POR	FOCA	27/04/2019	Felgueiras
400m	4:13.53	Ana Reis Sousa	02	POR	CNLA	09/12/2017	Porto
800m	8:45.41	Tamila Hryhorivna Holub	99	POR	SCB	21/12/2014	Porto
1500m	16:44.26	Tamila Hryhorivna Holub	99	POR	SCB	19/12/2014	Porto
<b>Costas</b>							
50m	28.42	Ines Camacho Fernandes	97	POR	SCP	08/12/2012	Porto
100m	1:01.55	Ines Camacho Fernandes	97	POR	SCP	08/12/2013	Porto
200m	2:11.74	Camila Rodrigues Rebelo	03	POR	ALN	21/12/2018	Felgueiras
<b>Bruços</b>							
50m	31.46	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	06/12/2009	Leiria
100m	1:08.85	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	13/12/2009	Ponte de Sôr
200m	2:26.87	Raquel Gomes Pereira	00	POR	SAD	11/12/2015	Porto
<b>Mariposa</b>							
50m	27.31	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	18/07/2021	Gafanha de Nazaré

100m	1:00.66	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	25/04/2021	Gafanha de Nazaré
200m	2:13.60	Ana Rita Francisco	80	POR	POR	11/02/1996	Gelsenkirchen (GER)
<b>Estilos</b>							
100m	1:03.25	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	CNCE	22/12/2019	Felgueiras
200m	2:14.94	Maria Carolina Rosa	94	POR	SCP	19/12/2009	S. António Cavaleiros
400m	4:50.85	Diana Margarida Duraes	96	POR	FOCA	02/12/2011	Silves
<b>Masc., Juv B</b>							
<b>Livres</b>							
50m	23.96	Diogo Gomes Sousa	95	POR	CNCVG	13/12/2009	Ponte de Sôr
100m	52.29	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	11/05/2019	Coimbra
200m	1:53.76	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	16/06/2019	Coimbra
400m	4:01.42	Rui Silva Pereira	08	POR	POR	15/01/2023	Tomar
800m	8:25.99	Rui Silva Pereira	08	POR	POR	14/01/2023	Tomar
1500m	15:55.78	Rui Silva Pereira	08	POR	POR	14/01/2023	Tomar
<b>Costas</b>							
50m	26.38	Miguel Reis Oliveira	09	POR	VSC	14/04/2024	Felgueiras
100m	57.20	Miguel Reis Oliveira	09	POR	VSC	13/04/2024	Felgueiras
200m	2:04.99	Joao Alexandre Vital	98	POR	ADRCIMM	09/03/2013	Alapraia
<b>Bruços</b>							
50m	30.65	tempo limite					
100m	1:04.20	Rafael Miguel Mimoso	07	POR	SLB	16/06/2022	Algés
200m	2:18.99	Rafael Miguel Mimoso	07	POR	SLB	08/05/2022	Felgueiras
<b>Mariposa</b>							
50m	26.10	Rodrigo Ferreira Pereira	06	POR	GDNFAMA	17/07/2021	Felgueiras
100m	56.68	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	23/06/2019	Lousã
200m	2:06.17	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	27/04/2019	Felgueiras
<b>Estilos</b>							
100m	59.82	Diogo Damasceno Reis	09	POR	SCP	17/12/2023	Sines
200m	2:08.27	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	10/05/2003	Fafe
400m	4:35.02	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	21/03/2003	Braga
<b>Femin., Juv A</b>							
<b>Livres</b>							
50m	26.37	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	09/11/2019	Albufeira
100m	56.18	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
200m	2:03.90	Maria Ferreira Moura	04	POR	SCP	29/06/2019	Algés
400m	4:18.39	Ana Claudia Santos	90	POR	SFUAP	20/12/2004	Cantanhede
800m	8:46.74	Ana Claudia Santos	90	POR	SFUAP	19/12/2004	Cantanhede
1500m	16:54.39	Tamila Hryhorivna Holub	99	POR	SCB	16/03/2014	Vila Praia Ancora
<b>Costas</b>							
50m	29.69	tempo limite					
100m	1:01.43	Ines Camacho Fernandes	97	POR	SCP	17/12/2011	Mealhada
200m	2:14.11	Camila Rodrigues Rebelo	78	POR	ALN	12/05/2018	Condeixa
<b>Bruços</b>							
50m	32.81	tempo limite					
100m	1:09.59	Diana Duarte Gomes	89	POR	ABVE	13/03/2004	Tomar
200m	2:32.36	Diana Duarte Gomes	89	POR	ABVE	07/02/2004	Alcobaça
<b>Mariposa</b>							
50m	27.86	tempo limite					
100m	1:00.43	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada

Estilos	200m	2:17.51	Raquel Maria Felgueiras	80	POR	SCB	05/03/1995	Algés
	100m	1:05.68						
	200m	2:18.13	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	CFP	27/04/2019	Felgueiras
	400m	4:51.85	Ana Claudia Santos	90	POR	SFUAP	21/11/2004	Setubal
<b>Masc., Inf A</b>								<b>Piscina curta (25m)</b>
Livres	50m	25.30	Joao Cruz Castro	00	POR	CSM	12/04/2014	Funchal
	100m	54.35	Diogo Matos Ribeiro	04	POR	CUC	01/07/2018	S. António Cavaleiros
	200m	1:58.99	Pedro Fontoura Oliveira	90	POR	CFB	10/06/2004	Cova da Piedade
	400m	4:12.35	Andre Vilas Ruivo	00	POR	DNMG	29/03/2014	Campo Maior
	800m	8:36.36	Andre Vilas Ruivo	00	POR	DNMG	25/05/2014	Nazaré
	1500m	16:13.14	Andre Vilas Ruivo	00	POR	DNMG	30/03/2014	Campo Maior
Costas	50m	28.26	Miguel Reis Oliveira	09	POR	SCB	23/04/2023	Felgueiras
	100m	59.50	Ricardo Lopes Silva	03	POR	DNMG	10/06/2017	Caldas da Rainha
	200m	2:09.17	Joao Alexandre Vital	98	POR	ADRCIMM	29/06/2012	Algés
Bruços	50m	31.28	tempo limite					
	100m	1:07.92	Andre Goncalo Santos	97	POR	LSC	12/03/2011	Viseu
	200m	2:29.20	Paulo Rodrigues Alves	04	POR	CDN	01/08/2018	Funchal
Mariposa	50m	27.68	tempo limite					
	100m	59.56	Fabio Parrilha da Silva	87	POR	CNAL	07/04/2001	Leiria
	200m	2:12.42	Tomas Miguel Freitas	90	POR	CDN	11/07/2004	Funchal
Estilos	100m	1:02.84						
	200m	2:13.38	Tomas Miguel Freitas	90	POR	CDN	17/07/2004	Funchal
	400m	4:40.32	Tomas Miguel Freitas	90	POR	CDN	09/07/2004	Funchal
<b>Femin., Juv B</b>								<b>Piscina curta (25m)</b>
Livres	50m	26.85	Ana Margarida Guedes	01	POR	GCVR	05/07/2015	Bragança
	100m	57.65	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	10/06/2019	Estarreja
	200m	2:04.38	Camila Rodrigues Rebelo	03	POR	SANC	25/06/2017	Coimbra
	400m	4:23.08	Susana Patricia Miguel	90	POR	SFUAP	15/05/2004	Alhandra
	800m	9:00.27	Alexandra Maria Silva	67	POR	FCP	20/12/1980	Antibes (FRA)
	1500m	17:17.43	Tamila Hryhorivna Holub	99	POR	SCB	30/06/2013	Vila Praia Ancora
Costas	50m	29.82	Carolina Ratola Taveira	10	POR	CGA	21/07/2024	Porto
	100m	1:02.96	Ines Camacho Fernandes	97	POR	SCP	12/02/2011	Alapraia
	200m	2:17.86	Catia Raquel Martinheira	95	POR	LDC	21/12/2008	Sines
Bruços	50m	34.12	tempo limite					
	100m	1:11.76	Diana Duarte Gomes	89	POR	ABVE	28/06/2003	Reboleira
	200m	2:34.51	Diana Duarte Gomes	89	POR	ABVE	28/06/2003	Reboleira
Mariposa	50m	29.15	Leonor Carnide Silva	09	POR	GCVR	23/04/2023	Felgueiras
	100m	1:02.36	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	CFP	14/04/2018	Felgueiras
	200m	2:18.29	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	CFP	15/04/2018	Felgueiras

**Estilos**

100m	1:06.81	Carolina Ratola Taveira	10	POR	CGA	21/07/2024	Porto
200m	2:19.79	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	CFP	14/04/2018	Felgueiras
400m	4:56.53	Mariana Pacheco Cunha	04	POR	CFP	05/05/2018	Porto

**Masc., Inf B**

**Livres**

50m	26.65	Gabriel Jose Lopes	97	POR	CDL	19/06/2010	Lousã
100m	56.82	Rodolfo Junior Alecrim	10	POR	ADBA	20/05/2023	Leiria
200m	2:04.75	Joao Magalhaes Nunes	99	POR	CNA	30/06/2012	Algés
400m	4:21.95	Pedro Fontoura Oliveira	90	POR	CFB	04/04/2003	Santarém
800m	9:07.20	Andre Vilas Ruivo	00	POR	DNMG	03/03/2013	Leiria
1500m	17:11.29	Andre Vilas Ruivo	00	POR	DNMG	03/03/2013	Leiria

**Piscina curta (25m)**

**Costas**

50m	29.25	tempo limite					
100m	1:04.13	Miguel Reis Oliveira	09	POR	SCB	22/05/2022	Braga
200m	2:15.27	Andre Vilas Ruivo	00	POR	DNMG	16/03/2013	S. António Cavaleiros

**Bruços**

50m	33.81	tempo limite					
100m	1:09.54	Andre Goncalo Santos	97	POR	LSC	15/05/2010	Lousada
200m	2:37.57	Tomas Miguel Freitas	90	POR	CDN	13/07/2003	Funchal

**Mariposa**

50m	28.73	tempo limite					
100m	1:01.78	Fabio Parrilha da Silva	87	POR	CNAL	01/04/2000	Penafiel
200m	2:19.18	Andre Vilas Ruivo	00	POR	DNMG	01/06/2013	Nazaré

**Estilos**

100m	1:06.44						
200m	2:17.96	Andre Vilas Ruivo	00	POR	DNMG	02/06/2013	Nazaré
400m	4:49.65	Andre Vilas Ruivo	00	POR	DNMG	15/03/2013	S. António Cavaleiros

**Femin., Inf A**

**Livres**

50m	27.43	Marta Lopes Brites	06	POR	CNPDL	12/07/2019	Ponta Delgada
100m	58.55	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
200m	2:07.47	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	09/03/2018	Felgueiras
400m	4:25.30	Alexandra Maria Silva	67	POR	FCP	19/07/1980	Porto
800m	9:03.90	Alexandra Maria Silva	67	POR	FCP	13/07/1980	Porto
1500m	17:18.20	Alexandra Maria Silva	67	POR	FCP	23/07/1980	Porto

**Piscina curta (25m)**

**Costas**

50m	31.38	Matilde Brandao Carvalho	10	POR	CFP	22/04/2023	Felgueiras
100m	1:04.85	Filipa Ramos Peixeira	03	POR	SCP	18/03/2016	Tomar
200m	2:21.33	Rafaela Gomes Azevedo	02	POR	SAD	06/06/2015	Algés

**Bruços**

50m	34.68	tempo limite					
100m	1:13.43	Raquel Gomes Pereira	00	POR	SANL	13/04/2013	Abrantes
200m	2:36.86	Clara Gomes Pereira	02	POR	SAD	06/06/2015	Algés

**Mariposa**

50m	29.31	tempo limite					
100m	1:02.30	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
200m	2:20.28	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	12/05/2018	Condeixa

**Estilos**

100m	1:09.62						
------	---------	--	--	--	--	--	--



200m	2:21.36	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	10/03/2018	Felgueiras
400m	5:03.94	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	12/05/2018	Condeixa
<b>Femin., Inf B</b>							
<b>Livres</b>							
50m	27.89	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	13/05/2017	Espinho
100m	1:00.13	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	08/04/2017	Mealhada
200m	2:11.27	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	25/03/2017	Mealhada
400m	4:38.40	Filipa Vilas Ruivo	97	POR	DNMG	13/06/2009	Alcobaça
800m	9:33.95	Filipa Vilas Ruivo	97	POR	DNMG	16/05/2009	Nazaré
1500m	18:28.43	Mafalda Sofia Rosa	03	POR	CNRM	14/03/2015	Coruche
<b>Costas</b>							
50m	32.16	tempo limite					
100m	1:06.85	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	07/04/2017	Mealhada
200m	2:27.90	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	26/03/2017	Mealhada
<b>Bruços</b>							
50m	36.81	tempo limite					
100m	1:17.79	Mariana Ferrinha Cunha	83	POR	AAC	19/03/1995	Coimbra
200m	2:45.30	Clara Gomes Pereira	02	POR	SAD	14/06/2014	Algés
<b>Mariposa</b>							
50m	31.28	tempo limite					
100m	1:05.51	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	06/05/2017	Gafanha de Nazaré
200m	2:31.64	Raquel Maria Felgueiras	80	POR	SCB	09/05/1992	Algés
<b>Estilos</b>							
100m	1:13.22						
200m	2:28.04	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	08/04/2017	Mealhada
400m	5:15.68	Susana Patricia Miguel	90	POR	SFUAP	06/07/2002	Rio Maior
<b>Masc., Sen</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:26.91	Sport Lisboa e Benfica		POR	SLB	09/12/2022	Leiria
Miguel Duarte Nascimento, Miguel Henriques Marques, Diogo Santos Costa, Diogo Matos Ribeiro							
4 x 100m	3:12.81	Sport Lisboa e Benfica		POR	SLB	11/12/2022	Leiria
Diogo Matos Ribeiro, Diogo Santos Costa, Miguel Henriques Marques, Miguel Duarte Nascimento							
4 x 200m	7:10.67	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	22/12/2018	Felgueiras
Tiago Cunha Costa, Igor Araujo Mogne, Francisco Rogerio Santos, Alexis Manacas Santos							
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:36.67	Sport Lisboa e Benfica		POR	SLB	10/12/2022	Leiria
Diogo Santos Costa, Joao Soares Carneiro, Diogo Matos Ribeiro, Miguel Henriques Marques							
4 x 100m	3:33.03	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	09/12/2022	Leiria
Francisco Rogerio Santos, Francisco Robalo Quintas, Tiago Cunha Costa, Gustavo Carvalhais Ribeiro							
<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
Sara Beatriz Loureiro, Sara Freitas Oliveira, Alexandra Paiva Oliveira, Marta Vieira Marinho							
4 x 100m	3:44.99	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita		POR	FCP	04/12/2010	Porto
Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro, Alexandra Paiva Oliveira, Marta Vieira Marinho							
4 x 200m	8:09.37	Sport Lisboa e Benfica		POR	SLB	09/12/2023	Leiria
Maria Leonor Coelho, Ema Jeronimo Conceicao, Leticia Maia Andre, Diana Margarida Duraes							
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:53.11	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	21/12/2019	Felgueiras
Rafaela Gomes Azevedo, Raquel Gomes Pereira, Lia Ana Lima, Rita Barros Frischknecht							

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>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:39.08	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	28/04/2019	Felgueiras
Alexandre Ferreira Amorim, Catarina Maria Ferreira, Porfirio Braga Nunes, Rosa Maria Oliveira						
4 x 100m	3:38.72	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	14/11/2021	Felgueiras
Pedro Miguel Santo, Ana Rita Ramos, Porfirio Braga Nunes, Rosa Maria Oliveira						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:46.76	Vitoria Sport Clube	POR	VSC	07/05/2022	Felgueiras
Joao Nogueira Costa, Alexandre Ferreira Amorim, Filipa Viamonte Fernandes, Ana Ines Fernandes						
4 x 100m	3:58.31	Vitoria Sport Clube	POR	VSC	14/11/2021	Felgueiras
Maria Francisca Cabral, Alexandre Ferreira Amorim, Joao Ribeiro Sousa, Ana Rita Ramos						
<b>Masc., Jun</b>						<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:34.33	Sport Lisboa e Benfica	POR	SLB	08/12/2023	Leiria
Pedro Goncalves Bonniz, Tomas Maia Januario, Guilherme Fernandes Baptista, Tomas Nunes Roque						
4 x 100m	3:27.52	Sport Lisboa e Benfica	POR	SLB	10/12/2023	Leiria
Tomas Maia Januario, Tomas Nunes Roque, Guilherme Fernandes Baptista, Pedro Goncalves Bonniz						
4 x 200m	7:35.04	Sport Lisboa e Benfica	POR	SLB	09/12/2023	Leiria
Tomas Nunes Roque, Guilherme Fernandes Baptista, Tomas Maia Januario, Pedro Goncalves Bonniz						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:43.58	Sport Lisboa e Benfica	POR	SLB	09/12/2023	Leiria
Tomas Maia Januario, Rafael Miguel Mimoso, Pedro Goncalves Bonniz, Guilherme Fernandes Baptista						
4 x 100m	3:46.26	Sport Lisboa e Benfica	POR	SLB	08/12/2023	Leiria
Tomas Maia Januario, Rafael Miguel Mimoso, Guilherme Fernandes Baptista, Tomas Nunes Roque						
<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
Rafael Alcantara Aires, Leticia Maia Andre, Diogo Ramos Lebre, Ana Raquel Graveto						
4 x 100m	3:41.33	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	15/05/2022	Gafanha da Nazaré
Bernardo Rodrigues Tavares, Diogo Miguel Silva, Maria Carolina Almeida, Carolina Miranda Fernandes						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:52.76	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	27/04/2019	Felgueiras
Filipa Ramos Peixeira, Goncalo Silveirinha Caldeira, Eduardo Gomes Fernandes, Mafalda Marques Pinto						
4 x 100m	4:00.84	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	14/05/2022	Gafanha da Nazaré
Diogo Miguel Silva, Tiago Maia Pereira, Maria Carolina Almeida, Carolina Miranda Fernandes						
<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
Maria Carolina Rosa, Patricia Garcia Marinho, Filipa Vilas Tiago, Mafalda Gomes Beleza						
4 x 100m	3:52.24	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	28/11/2021	Leiria
Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Miriam Mortagua Soares, Lara Rodrigues Vasconcelos						
4 x 200m	8:24.59	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	22/12/2018	Felgueiras
Ana Rita Ramos, Catarina Silva Soares, Maria Leonor Amorim, Mariana Fernandes Barbosa						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:56.40	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	22/12/2018	Felgueiras
Rafaela Gomes Azevedo, Clara Gomes Pereira, Sara Moura Cruz, Ana Reis Sousa						

4 x 100m	4:15.24	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	21/12/2018	Felgueiras
Rafaela Gomes Azevedo, Clara Gomes Pereira, Sara Moura Cruz, Ana Reis Sousa					
<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
Tomas Nunes Roque, Tomas Maia Janeiro, Guilherme Fernandes Baptista, David Miguel Morais					
4 x 100m	3:34.94	Clube Naval do Funchal	POR CNF	11/07/2014	Funchal
Francisco Manso Teixeira, Francisco Aguiar Morganho, Pedro Camacho Sousa, Henrique Luis Vargas					
4 x 200m	7:49.50	Associacao Naval Amorense	POR ANAM	06/07/2012	Algés
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	1:49.06	Clube Nautico de Leiria	POR CNL	25/03/2023	Leiria
Goncalo Pereira Colaco, Francisco Marques Simoes, Joao Moura Francisco, Afonso Dinis Roque					
4 x 100m	3:59.39	Clube Futebol Os Belenenses	POR CFB	14/07/2019	Algés
Goncalo Henriques Wanzeller, Luis Cabral Junior, Rodrigo Reis Dias, Pedro Pires Gomes					
<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
Tomas Nunes Roque, Tomas Maia Janeiro, Guilherme Fernandes Baptista, David Miguel Morais					
4 x 100m	3:34.94	Clube Naval do Funchal	POR CNF	11/07/2014	Funchal
Duarte Rafael Mourao, Fabio Andre Figueira, Simao Gomes Morgado, Carlos Esteves Almeida					
4 x 200m	7:49.50	Associacao Naval Amorense	POR ANAM	06/07/2012	Algés
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	1:49.06	Clube Nautico de Leiria	POR CNL	25/03/2023	Leiria
Goncalo Pereira Colaco, Francisco Marques Simoes, Joao Moura Francisco, Afonso Dinis Roque					
4 x 100m	3:59.39	Clube Futebol Os Belenenses	POR CFB	14/07/2019	Algés
Goncalo Henriques Wanzeller, Luis Cabral Junior, Rodrigo Reis Dias, Pedro Pires Gomes					
<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
Clara Vieira Tojo, Tomas Maia Janeiro, Guilherme Fernandes Baptista, Leonor Carreiro Rodrigues					
4 x 100m	3:55.90	Clube Naval Praia da Vitoria	POR CNPV	15/02/2020	Praia da Vitória
Joao Peres Costa, Maria Pedro Rino, Gustavo Carvalho Silva, Ana Carolina Silva					
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	1:57.59	Clube Naval da Praia da Vitoria	POR CNPV	16/11/2019	Angra do Heroísmo
Gustavo Carvalho Silva, Ana Carolina Silva, Maria Pedro Rino, Joao Peres Costa					
4 x 100m	4:18.10	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR GDNFAMA	19/11/2021	Paredes
Rita Marques Soares, Tomas Mendes Costa, Rodrigo Ferreira Pereira, Mafalda Martins Mesquita					
<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
Rodrigo Ferreira Pereira, Francisco Araujo Silva, Tomas Mendes Costa, Rui Miguel Santos					
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
Nuno Marques Silva, Vitor Belo Clara, Rodrigo Miguel Reis, Ricardo Morais Faria					
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	1:53.23	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR GDNFAMA	17/07/2021	Felgueiras
Francisco Araujo Silva, Tomas Mendes Costa, Rodrigo Ferreira Pereira, Rui Miguel Santos					

4 x 100m	4:04.46	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao POR	GDNVNF	14/12/2014	Estarreja
Joao Pereira Tinoco, Miguel Angelo Santos, Hugo Gabriel Morais, Jose Pedro Freitas					
<b>Femin., Juv A</b>					
<b>Piscina curta (25m)</b>					
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:54.01	POR	POR		
4 x 100m	4:00.53	Clube dos Galitos / Bresimar	POR CGA	08/12/2019	Mealhada
Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Leonor Ferreira Sequeira, Lara Rodrigues Vasconcelos					
4 x 200m	8:48.75	Assoc Desp Cult Rec Bairro dos Anjos	POR ADBA	14/12/2018	Tomar
Maria Lopes Amado, Margarida Violante Viana, Rita Mendes Simoes, Maria Francisca Alves					
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	2:05.46	POR	POR		
4 x 100m	4:29.46	Sporting Clube de Portugal	POR SCP	14/07/2019	Algés
Mariana Morais Delfino, Marta Macedo Inacio, Maria Ferreira Moura, Daniela Alexandra Pedro					
<b>Misto, Juv</b>					
<b>Piscina curta (25m)</b>					
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:43.33	Clube Fluvial Portuense	POR CFP	20/07/2024	Porto
Bernardo Silva Deus, Uxia Romero Costa, Matilde Brandao Carvalho, Francisco Miguel Pereira					
4 x 100m	3:50.95	Clube Fluvial Portuense	POR CFP	20/07/2024	Porto
Bernardo Silva Deus, Uxia Romero Costa, Matilde Brandao Carvalho, Francisco Miguel Pereira					
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	1:55.99		POR		
4 x 100m	4:22.18	Futebol Clube do Porto	POR FCP	20/07/2024	Porto
Goncalo Augusto Soares, Beatriz Alves Ambrus, Duarte Santos Ferreira, Francisca Martingo Ricardo					
<b>Femin., Juv</b>					
<b>Piscina curta (25m)</b>					
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:54.01	POR	POR		
4 x 100m	4:00.53	Clube dos Galitos / Bresimar	POR CGA	08/12/2019	Mealhada
Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Leonor Ferreira Sequeira, Lara Rodrigues Vasconcelos					
4 x 200m	8:48.75	Assoc Desp Cult Rec Bairro dos Anjos	POR ADBA	14/12/2018	Tomar
Maria Lopes Amado, Margarida Violante Viana, Rita Mendes Simoes, Maria Francisca Alves					
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	2:05.46	POR	POR		
4 x 100m	4:29.46	Sporting Clube de Portugal	POR SCP	14/07/2019	Algés
Mariana Morais Delfino, Madalena Graca Gerales, Maria Ferreira Moura, Marta Macedo Inacio					
<b>Misto, Juv B</b>					
<b>Piscina curta (25m)</b>					
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:50.17	Clube Fluvial Vilacondense	POR CFV	23/04/2023	Felgueiras
Luis Miguel Guimaraes, Guilherme Costa Soares, Filipa Carvalho Galante, Ines Sousa Santos					
4 x 100m	3:54.84	Sport Lisboa e Benfica	POR SLB	23/02/2020	S. António Cavaleiros
Matilde Nunes Lopes, Goncalo Duarte Carvalho, Maria Leonor Coelho, Andre Henriques Marques					
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	2:02.54	Clube Fluvial Vilacondense	POR CFV	22/04/2023	Felgueiras
Ines Sousa Santos, Guilherme Simao Bessa, Guilherme Costa Soares, Filipa Carvalho Galante					
4 x 100m	4:25.03	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	29/06/2019	Algés
Marta Joao Pires, Joao Lourenco Rebelo, Tomas Sa Vieira, Maria Teresa Fernandes					
<b>Masc., Inf A</b>					
<b>Piscina curta (25m)</b>					
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:44.83	POR	POR		

4 x 100m	3:48.35	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	29/03/2014	Cantanhede
		Jose Pedro Freitas, Miguel Angelo Santos, Joao Pereira Tinoco, Hugo Gabriel Morais				
4 x 200m	8:18.74	Ass. Desp. Bairro dos Anjos /BOMCARPOR	ADBA		08/07/2018	Caldas da Rainha
		Vitor Belo Clara, Nuno Marques Silva, Rodrigo Miguel Reis, Ricardo Morais Faria				
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:56.84	POR		POR		
4 x 100m	4:12.48	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	20/03/2016
		Diogo Nuno Valente, Martim Rebelo Malfeito, Vicente Oliveira Gomes, Ruy Manuel Domingos				
<b>Femin., Juv B</b>						
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:55.09	Condeixa Aqua Clube		POR	CAQC	25/11/2023
		Maria Ines Rodrigues, Maria Neto Simoes, Rita Lucas Santos, Camila Duarte Marcelo				
4 x 100m	4:05.21	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	10/06/2019
		Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Lara Rodrigues Vasconcelos, Leonor Ferreira Sequeira				
4 x 200m	8:52.76	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	04/06/2011
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	2:07.67	Condeixa Aqua Clube		POR	CAQC	26/11/2023
		Rita Lucas Santos, Maria Neto Simoes, Camila Duarte Marcelo, Maria Ines Rodrigues				
4 x 100m	4:33.40	Sport Lisboa e Benfica		POR	SLB	15/06/2006
<b>Masc., Inf</b>						
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:44.83	POR		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 /BOMCARPOR	adba		08/07/2018	Caldas da Rainha
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:56.84	POR		POR		
4 x 100m	4:12.48	Sporting Clube de Portugal		POR	SCP	20/03/2016
<b>Misto, Inf A</b>						
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:55.81	Foca-Clube Natacao de Felgueiras		POR	FOCA	10/07/2021
		Leonardo Cunha Moura, Mariana Pinto Ferreira, Carolina Cunha Henriques, Renato Gouveia Teixeira				
4 x 100m	4:10.34	Clube Desportivo Nacional		POR	CDN	12/07/2019
		Luis Galvao Gouveia, Andre Vicente Dias, Maria Jardim Costa, Margarida Ramos Freitas				
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	2:08.43	Foca-Clube Natacao de Felgueiras		POR	FOCA	17/03/2024
4 x 100m	4:35.27	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	29/06/2019
		Maria Soares Almeida, Rodrigo Ferreira Mimoso, Francisco Gututui, Francisca Santos Ferreira				
<b>Masc., Inf B</b>						
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:56.97	Clube dos Galitos		POR	CGA	17/03/2024
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 /BOMCARPOR	ADBA		25/06/2017	Leiria
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	2:14.09	Clube dos Galitos		POR	CGA	17/03/2024
4 x 100m	4:35.54	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	17/03/2013	Porto
		Daniel Pereira Silva, Miguel Angelo Santos, Hugo Gabriel Morais, Rogerio Jose Machado				
<b>Femin., Inf A</b>						
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:59.79	POR		POR		

4 x 100m	4:13.11	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
Carolina Miranda Fernandes, Leonor Ferreira Sequeira, Maria Carolina Almeida, Lara Rodrigues Vasconcelos						
4 x 200m	9:05.75	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	11/03/2011	Viseu
<b>Estilos Estafeta</b>						
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
<b>Misto, Inf</b>						
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:55.81	Foca-Clube Natacao de Felgueiras	POR	FOCA	10/07/2021	Pacos de Ferreira
Leonardo Cunha Moura, Mariana Pinto Ferreira, Carolina Cunha Henriques, Renato Gouveia Teixeira						
4 x 100m	4:10.34	Clube Desportivo Nacional	POR	CDN	12/07/2019	Funchal
Luis Galvao Gouveia, Andre Vicente Dias, Maria Jardim Costa, Margarida Ramos Freitas						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	2:08.43	Foca-Clube Natacao de Felgueiras	POR	FOCA	17/03/2024	Castro Daire
4 x 100m	4:35.27	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	29/06/2019	Algés
Maria Soares Almeida, Rodrigo Ferreira Mimoso, Francisc Gututui, Francisca Santos Ferreira						
<b>Femin., Inf</b>						
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:59.79		POR			
4 x 100m	4:13.11	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
Carolina Miranda Fernandes, Leonor Ferreira Sequeira, Maria Carolina Almeida, Lara Rodrigues Vasconcelos						
4 x 200m	9:05.75	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	11/03/2011	Viseu
<b>Estilos Estafeta</b>						
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
<b>Misto, Inf B</b>						
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	2:03.08	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	10/07/2021	Pacos de Ferreira
Leonor Borges Portela, Uxia Romero Costa, Vasco Lemos Silva, Tomas Dinis Duarte						
4 x 100m	4:24.07	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	11/06/2022	Estarreja
Carolina Ratola Taveira, Sofia Rodrigues Vasconcelos, Andre Marques Jesus, Tiago Joaquim Silva						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	2:18.31	Clube dos Galitos	POR	CGA	17/03/2024	Castro Daire
4 x 100m	4:56.56	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	27/03/2022	Manique
Hugo Pacheco Godinho, Diogo Damasceno Reis, Gabriela Parreira, Jessica Bernardino Lopes						
<b>Femin., Inf B</b>						
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	2:02.38		POR			
4 x 100m	4:23.50	Clube Galitos de Aveiro	POR	CGA	21/05/2017	Mealhada
Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Leonor Ferreira Sequeira, Lara Rodrigues Vasconcelos						
4 x 200m	9:32.41	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	05/03/2010	Ponte da Barca
<b>Estilos Estafeta</b>						
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