

## Recordes Nacionais Masters 50m

### Masc., 95 - 99

Piscina longa (50m)

#### Livres

50m	59:00.00	,					
50m	59:00.00	,	00			01/01/1800	
100m	59:00.00	,					
100m	59:00.00	,	00			01/01/1800	
200m	59:00.00	,					
400m	59:00.00	,					
800m	59:00.00	,	00			01/01/1800	

#### Costas

50m 59:00.00 ,

#### Bruços

50m 59:00.00 ,

### Femin., 95 - 99

Piscina longa (50m)

#### Livres

50m 59:00.00 ,  
100m 59:00.00 ,

#### Costas

50m 59:00.00 ,

#### Bruços

50m 59:00.00 ,

### Masc., 90 - 94

Piscina longa (50m)

#### Livres

50m	1:07.74	Baptista, Antonio Poiares	27	POR	AAC	09/07/2017	Famalicão
100m	2:45.59	Baptista, Antonio Poiares	27	POR	AAC	09/07/2017	Famalicão
200m	10:12.72	Costa, Virgilio Zacarias	31	POR	AAC	08/07/2022	Reguengos de Monsaraz
400m	20:28.01	Costa, Virgilio Zacarias	31	POR	AAC	08/07/2022	Reguengos de Monsaraz
800m	42:38.51	Costa, Virgilio Zacarias	31	POR	AAC	08/07/2022	Reguengos de Monsaraz
1500m	59:00.00	,	00	POR		01/01/1800	

#### Costas

50m 1:51.56 Costa, Virgilio Zacarias 31 POR AAC 10/06/2022 Porto  
100m 59:00.00 ,

#### Bruços

50m 1:16.12 Baptista, Antonio Poiares 27 POR AAC 07/07/2017 Famalicão  
100m 59:00.00 , start POR

#### Mariposa

50m 59:00.00 ,

### Femin., 90 - 94

Piscina longa (50m)

#### Livres

50m 59:00.00 , 00 01/01/1800  
100m 59:00.00 , 00 01/01/1800

#### Costas

50m 59:00.00 , 00 01/01/1800  
100m 59:00.00 ,

#### Bruços

50m 59:00.00 , 00 01/01/1800  
100m 59:00.00 ,

#### Mariposa

50m 59:00.00 ,

### Masc., 85 - 89

Piscina longa (50m)

#### Livres

50m 46.22 Moura, Jose Vicente 37 POR SAD 10/07/2022 Reguengos de Monsaraz

100m	1:54.36	Moura, Jose Vicente	37	POR	SAD	09/07/2022	Reguengos de Monsaraz
200m	4:20.34	Moura, Jose Vicente	37	POR	SAD	08/07/2022	Reguengos de Monsaraz
400m	11:50.57	Rodrigues, Antonio Alexandre	39	POR	AAC	07/04/2024	Vila Franca de Xira
800m	28:07.08	Teixeira, Joao Rodrigues	37	POR	AAC	25/02/2024	Coimbra
1500m	57:23.26	Teixeira, Joao Rodrigues	37	POR	AAC	25/02/2024	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	1:16.83	Gomes, Leonel Sousa	30	POR	SAD	09/07/2016	Loulé
100m	3:20.49	Teixeira, Joao Rodrigues	37	POR	AAC	07/07/2024	São João da Madeira
<b>Bruços</b>							
50m	1:06.31	Baptista, Antonio Poiares	27	POR	AAC	29/06/2013	Loulé
100m	2:57.21	Gomes, Leonel Sousa	30	POR	SAD	08/07/2017	Famalicão
200m	6:18.23	Costa, Virgilio Zacarias	31	POR	AAC	19/07/2019	Reguengos de Monsaraz
<b>Mariposa</b>							
50m	59:00.00	,	00			01/01/1800	
100m	59:00.00	,					
<b>Femin., 85 - 89</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>			
<b>Livres</b>							
50m	1:29.47	Sa, Nair Gomes	39	POR	ANE	06/07/2024	São João da Madeira
100m	59:00.00	, start	00	POR		01/01/1800	
200m	59:00.00	, start		POR			
400m	59:00.00	,					
800m	59:00.00	,					
1500m	59:00.00	,	00			01/01/1800	
<b>Costas</b>							
50m	1:12.92	Sa, Nair Gomes	39	POR	ANE	07/07/2024	São João da Madeira
100m	2:55.17	Sa, Nair Gomes	39	POR	ANE	06/07/2024	São João da Madeira
200m	5:50.24	Sa, Nair Gomes	39	POR	CCD	06/07/2024	São João da Madeira
<b>Bruços</b>							
50m	1:27.48	Sa, Nair Gomes	39	POR	ANE	06/07/2024	São João da Madeira
100m	3:24.65	Sa, Nair Gomes	39	POR	ANE	07/07/2024	São João da Madeira
<b>Mariposa</b>							
50m	59:00.00	, start	00	POR		01/01/1800	
100m	59:00.00	,					
<b>Masc., 80 - 84</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>			
<b>Livres</b>							
50m	42.86	Gomes, Leonel Sousa	30	POR	AAC	04/07/2010	Reguengos de Monsaraz
100m	1:42.43	Gomes, Leonel Sousa	30	POR	AAC	03/07/2010	Reguengos de Monsaraz
200m	4:02.67	Salgueiro, Luis Vidigal	45	POR	SAD	23/02/2025	Coimbra
400m	8:25.39	Salgueiro, Luis Vidigal	45	POR	SAD	23/02/2025	Coimbra
800m	17:28.84	Salgueiro, Luis Vidigal	45	POR	SAD	23/02/2025	Coimbra
1500m	33:43.89	Salgueiro, Luis Vidigal	45	POR	SAD	23/02/2025	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	59.94	Gomes, Leonel Sousa	30	POR	AAC	03/07/2010	Reguengos de Monsaraz
100m	2:21.97	Sousa, Antero Silva	43	POR	CFP	28/04/2024	Coimbra
200m	5:18.16	Sousa, Antero Silva	43	POR	CFP	08/07/2023	S. Joao da Madeira
<b>Bruços</b>							
50m	54.78	Gomes, Leonel Sousa	30	POR	AAC	04/07/2010	Reguengos de Monsaraz
100m	1:59.83	Gomes, Leonel Sousa	30	POR	AAC	03/07/2010	Reguengos de Monsaraz
200m	4:25.28	Gomes, Leonel Sousa	30	POR	AAC	04/07/2010	Reguengos de Monsaraz
<b>Mariposa</b>							
50m	1:03.30	Rodrigues, Antonio Alexandre	39	POR	AAC	21/07/2019	Reguengos de Monsaraz
100m	2:38.69	Rodrigues, Antonio Alexandre	39	POR	AAC	09/06/2019	Setúbal
200m	59:00.00	,		POR			
<b>Estilos</b>							
200m	59:00.00	,	00	POR		01/01/1800	
400m	59:00.00	,	00	POR		01/01/1800	
<b>Femin., 80 - 84</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>			
<b>Livres</b>							
50m	1:10.05	Sa, Nair Gomes	39	POR	ANE	21/07/2019	Reguengos de Monsaraz

100m	1:53.63	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	23/02/2025	Coimbra
200m	4:02.19	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	23/02/2025	Coimbra
400m	8:22.03	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	23/02/2025	Coimbra
800m	17:10.12	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	23/02/2025	Coimbra
1500m	33:01.41	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	23/02/2025	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	1:03.75	Sa, Nair Gomes	39	POR	ANE	21/07/2019	Reguengos de Monsaraz
100m	2:37.87	Sa, Nair Gomes	39	POR	ANE	09/07/2022	Reguengos de Monsaraz
200m	5:21.71	Sa, Nair Gomes	39	POR	ANE	09/07/2022	Reguengos de Monsaraz
<b>Bruços</b>							
50m	1:13.33	Sa, Nair Gomes	39	POR	ANE	20/07/2019	Reguengos de Monsaraz
100m	2:51.86	Sa, Nair Gomes	39	POR	ANE	21/07/2019	Reguengos de Monsaraz
200m	59:00.00	,		POR			
<b>Mariposa</b>							
50m	59:00.00	,	00	POR		01/01/1800	
100m	59:00.00	,	00	POR		01/01/1800	
200m	59:00.00	,		POR			
<b>Estilos</b>							
200m	59:00.00	,	00	POR		01/01/1800	
400m	59:00.00	,	00	POR		01/01/1800	
<b>Masc., 75 - 79</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>			
<b>Livres</b>							
50m	36.10	Dyson, Stephen Thomas	47	POR	SAD	09/07/2022	Reguengos de Monsaraz
100m	1:22.16	Dyson, Stephen Thomas	47	POR	SAD	09/07/2022	Reguengos de Monsaraz
200m	3:03.06	Dyson, Stephen Thomas	47	POR	SAD	08/07/2022	Reguengos de Monsaraz
400m	6:31.90	Dyson, Stephen Thomas	47	POR	SAD	10/07/2022	Reguengos de Monsaraz
800m	13:28.27	Dyson, Stephen Thomas	47	POR	SAD	26/02/2022	Póvoa de Varzim
1500m	25:12.64	Dyson, Stephen Thomas	47	POR	SAD	26/02/2022	Póvoa de Varzim
<b>Costas</b>							
50m	47.24	Basto, Antonio Bessone	45	POR	SAD	09/07/2023	S. Joao da Madeira
100m	1:41.07	Basto, Antonio Bessone	45	POR	SAD	07/07/2023	S. Joao da Madeira
200m	3:42.24	Basto, Antonio Bessone	45	POR	SAD	08/07/2023	S. Joao da Madeira
<b>Bruços</b>							
50m	46.30	Freitas, Joaquim Fidalgo	47	POR	AAC	20/05/2023	Porto
100m	1:52.31	Basto, Antonio Bessone	45	POR	SAD	10/07/2022	Reguengos de Monsaraz
200m	4:06.23	Basto, Antonio Bessone	45	POR	SAD	07/07/2023	S. Joao da Madeira
<b>Mariposa</b>							
50m	46.19	Dyson, Stephen Thomas	47	POR	SAD	05/07/2024	São João da Madeira
100m	1:57.46	Dyson, Stephen Thomas	47	POR	SAD	06/07/2024	São João da Madeira
200m	59:00.00	,	00	POR		01/01/1800	
<b>Estilos</b>							
200m	3:47.65	Basto, Antonio Bessone	45	POR	SAD	09/07/2022	Reguengos de Monsaraz
400m	10:04.38	Teixeira, Joao Rodrigues	37	POR	AAC	29/06/2013	Loulé
<b>Femin., 75 - 79</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>			
<b>Livres</b>							
50m	44.90	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	20/07/2019	Reguengos de Monsaraz
100m	1:39.50	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	09/06/2019	Setúbal
200m	3:40.96	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	19/07/2019	Reguengos de Monsaraz
400m	7:44.23	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	19/07/2019	Reguengos de Monsaraz
800m	15:54.26	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	23/02/2019	Póvoa de Varzim
1500m	30:38.21	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	23/02/2019	Póvoa de Varzim
<b>Costas</b>							
50m	59.60	Raimundo, Isabel Maria	40	POR	SAD	10/07/2016	Loulé
100m	2:09.62	Raimundo, Isabel Maria	40	POR	SAD	03/07/2015	Loulé
200m	6:39.88	Azinheira, Maria Augusta	38	POR	SFP	08/07/2017	Famalicão
<b>Bruços</b>							
50m	54.56	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	09/06/2019	Setúbal
100m	1:58.05	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	09/06/2019	Setúbal

200m	4:30.77	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	08/07/2022	Reguengos de Monsaraz
<b>Mariposa</b>							
50m	59:00.00	,	00	POR		01/01/1800	
100m	59:00.00	,	00	POR		01/01/1800	
200m	59:00.00	,	00	POR		01/01/1800	
<b>Estilos</b>							
200m	59:00.00	,	00	POR		01/01/1800	
400m	59:00.00	,	00	POR		01/01/1800	
<b>Masc., 70 - 74</b>							
<b>Livres</b>							
50m	32.55	Basto, Antonio Bessone	45	POR	SAD	10/07/2016	Loulé
100m	1:14.33	Basto, Antonio Bessone	45	POR	SAD	10/07/2016	Loulé
200m	2:47.60	Dyson, Stephen Thomas	47	POR	SAD	16/08/2017	Budapeste (HUN)
400m	5:53.42	Dyson, Stephen Thomas	47	POR	SAD	20/08/2017	Budapeste (HUN)
800m	12:08.51	Dyson, Stephen Thomas	47	POR	SAD	14/08/2017	Budapeste (HUN)
1500m	24:35.68	Dyson, Stephen Thomas	47	POR	SAD	23/02/2019	Póvoa de Varzim
<b>Costas</b>							
50m	41.30	Basto, Antonio Bessone	45	POR	SAD	27/05/2016	London (GBR)
100m	1:27.47	Basto, Antonio Bessone	45	POR	SAD	09/07/2016	Loulé
200m	3:07.68	Basto, Antonio Bessone	45	POR	SAD	28/05/2016	London (GBR)
<b>Bruços</b>							
50m	37.20	Silva, Carlos Roberto	54	POR	SAD	06/07/2024	São João da Madeira
100m	1:28.15	Silva, Carlos Roberto	54	POR	SAD	07/07/2024	São João da Madeira
200m	3:23.56	Silva, Carlos Roberto	54	POR	SAD	05/07/2024	São João da Madeira
<b>Mariposa</b>							
50m	37.87	Dyson, Stephen Thomas	47	POR	SAD	15/07/2018	Loulé
100m	1:37.28	Bairrada, Orlando Gomes	45	POR	SAD	26/05/2016	London (GBR)
200m	3:46.68	Bairrada, Orlando Gomes	45	POR	SAD	27/05/2016	London (GBR)
<b>Estilos</b>							
200m	3:14.18	Basto, Antonio Bessone	45	POR	SAD	25/05/2016	London (GBR)
400m	6:59.74	Basto, Antonio Bessone	45	POR	SAD	08/07/2016	Loulé
<b>Femin., 70 - 74</b>							
<b>Livres</b>							
50m	39.89	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	09/07/2023	S. Joao da Madeira
100m	1:31.91	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	09/07/2022	Reguengos de Monsaraz
200m	3:15.38	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	08/07/2022	Reguengos de Monsaraz
400m	6:40.16	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	22/02/2020	Póvoa de Varzim
800m	13:30.31	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	22/02/2020	Póvoa de Varzim
1500m	25:29.15	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	22/02/2020	Póvoa de Varzim
<b>Costas</b>							
50m	55.01	Madeira, Berta Maria	44	POR	SAD	04/07/2015	Loulé
100m	2:03.23	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	04/06/2023	Loulé
200m	4:21.54	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	08/07/2023	S. Joao da Madeira
<b>Bruços</b>							
50m	50.10	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	20/08/2017	Budapeste (HUN)
100m	1:50.98	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	15/08/2017	Budapeste (HUN)
200m	4:06.67	Basto, Luisa Bessone	44	POR	SAD	19/08/2017	Budapeste (HUN)
<b>Mariposa</b>							
50m	53.39	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	07/07/2023	S. Joao da Madeira
100m	2:00.20	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	09/07/2022	Reguengos de Monsaraz
200m	59:00.00	,	00	POR		01/01/1800	
<b>Estilos</b>							
200m	4:00.42	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	04/06/2023	Loulé
400m	59:00.00	,	00	POR		01/01/1800	
<b>Masc., 65 - 69</b>							
<b>Livres</b>							
50m	30.88	Santos, Luis Lopes	59	POR	CFP	06/07/2024	São João da Madeira



Recordes  
Oeiras, 05/03/2025

100m	1:08.48	Mavioso, Vitor Manuel	56	POR	SAD	10/07/2021	Famalicão
200m	2:39.50	Mavioso, Vitor Manuel	56	POR	SAD	07/07/2023	S. Joao da Madeira
400m	5:46.78	Mavioso, Vitor Manuel	56	POR	INDANL	07/04/2024	Vila Franca de Xira
800m	12:03.06	Correia, Alberto Vaz	55	POR	FS	22/02/2020	Póvoa de Varzim
1500m	22:41.37	Correia, Alberto Vaz	55	POR	FS	22/02/2020	Póvoa de Varzim
<b>Costas</b>							
50m	38.58	Mavioso, Vitor Manuel	56	POR	SAD	12/06/2021	Porto
100m	1:25.13	Basto, Antonio Bessone	45	POR	SAD	02/07/2011	Oeiras
200m	3:03.56	Mavioso, Vitor Manuel	56	POR	SAD	10/07/2021	Famalicão
<b>Bruços</b>							
50m	37.32	Silva, Carlos Roberto	54	POR	SAD	08/07/2023	S. Joao da Madeira
100m	1:25.43	Silva, Carlos Roberto	54	POR	SAD	09/07/2023	S. Joao da Madeira
200m	3:21.61	Silva, Carlos Roberto	54	POR	SAD	07/07/2023	S. Joao da Madeira
<b>Mariposa</b>							
50m	34.63	Mavioso, Vitor Manuel	56	POR	SAD	12/06/2021	Porto
100m	1:17.96	Correia, Jose Luis	59	POR	ANE	09/06/2024	Loule
200m	3:19.53	Bairrada, Orlando Gomes	45	POR	ANE	03/07/2010	Reguengos de Monsaraz
<b>Estilos</b>							
200m	2:58.90	Mavioso, Vitor Manuel	56	POR	SAD	10/07/2021	Famalicão
400m	6:45.48	Mavioso, Vitor Manuel	56	POR	SAD	04/06/2023	Loulé
<b>Femin., 65 - 69</b>							
<b>Livres</b>							
50m	37.44	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	09/07/2016	Loulé
100m	1:26.14	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	15/07/2018	Loulé
200m	3:06.74	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	26/05/2016	London (GBR)
400m	6:27.98	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	09/07/2017	Famalicão
800m	13:05.16	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	25/05/2016	London (GBR)
1500m	24:56.65	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	25/02/2017	Rio Maior
<b>Costas</b>							
50m	48.75	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	09/07/2017	Famalicão
100m	1:54.82	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	04/07/2015	Loulé
200m	3:52.93	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	04/07/2015	Loulé
<b>Bruços</b>							
50m	45.98	Relvas, Ana Moura	56	POR	AAC	10/05/2023	Rades (TUN)
100m	1:46.89	Relvas, Ana Moura	56	POR	AAC	10/07/2022	Reguengos de Monsaraz
200m	4:03.18	Relvas, Ana Moura	56	POR	AAC	11/05/2023	Rades (TUN)
<b>Mariposa</b>							
50m	45.07	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	09/07/2016	Loulé
100m	1:48.90	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	05/07/2015	Loulé
200m	4:02.91	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	05/07/2015	Loulé
<b>Estilos</b>							
200m	3:42.15	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	08/07/2016	Loulé
400m	7:52.16	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	04/07/2015	Loulé
<b>Masc., 60 - 64</b>							
<b>Livres</b>							
50m	28.61	Lobo, Nuno Silva	63	POR	CFP	06/07/2024	São João da Madeira
100m	1:02.48	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CNLA	08/07/2023	S. Joao da Madeira
200m	2:16.53	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CLIP	03/03/2024	Doha (QAT)
400m	4:49.01	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CLIP	28/02/2024	Doha (QAT)
800m	9:50.23	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CNLA	05/08/2023	Kyushu (JPN)
1500m	18:52.17	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CNLA	26/02/2023	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	36.22	Carvalho, Paulo Paula	61	POR	SCP	10/06/2022	Porto
100m	1:17.67	Carvalho, Paulo Paula	61	POR	SCP	12/06/2021	Porto
200m	2:47.34	Carvalho, Paulo Paula	61	POR	SCP	10/07/2021	Famalicão
<b>Bruços</b>							
50m	35.95	Silva, Carlos Roberto	54	POR	SAD	08/07/2016	Loulé
100m	1:23.27	Barroso, Jose Miguel	62	POR	CFP	29/04/2023	Coimbra

200m	3:06.55	Barroso, Jose Miguel	62	POR	CFP	08/07/2022	Reguengos de Monsaraz
<b>Mariposa</b>							
50m	30.24	Faria, Jorge Eduardo	64	POR	CNLA	07/04/2024	Vila Franca de Xira
100m	1:08.02	Carvalho, Paulo Paula	61	POR	SCP	10/06/2022	Porto
200m	2:42.35	Carvalho, Paulo Paula	61	POR	SCP	11/07/2021	Famalicão
<b>Estilos</b>							
200m	2:44.91	Carvalho, Paulo Paula	61	POR	SCP	10/07/2021	Famalicão
400m	5:58.46	Carvalho, Paulo Paula	61	POR	SCP	11/07/2021	Famalicão
<b>Femin., 60 - 64</b>							
<b>Livres</b>							
50m	32.92	Gamonal, Elena Alarcon	61	POR	LAGAC	08/07/2023	S. Joao da Madeira
100m	1:16.45	Gamonal, Elena Alarcon	61	POR	LAGAC	08/07/2023	S. Joao da Madeira
200m	2:58.63	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	12/06/2012	Riccione (ITA)
400m	6:14.83	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	16/06/2012	Riccione (ITA)
800m	12:46.28	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	10/06/2012	Riccione (ITA)
1500m	26:00.53	Andrade, Maria Teresa	63	POR	FCP	23/02/2025	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	41.05	Gamonal, Elena Alarcon	61	POR	LAGAC	09/07/2023	S. Joao da Madeira
100m	1:29.18	Gamonal, Elena Alarcon	61	POR	LAGAC	09/07/2023	S. Joao da Madeira
200m	3:32.11	Andrade, Maria Teresa	63	POR	FCP	08/07/2023	S. Joao da Madeira
<b>Bruços</b>							
50m	43.56	Torres, Maria Isabel	60	POR	AAC	08/07/2023	S. Joao da Madeira
100m	1:36.02	Andrade, Maria Teresa	63	POR	FCP	09/07/2023	S. Joao da Madeira
200m	3:34.39	Andrade, Maria Teresa	63	POR	FCP	07/07/2023	S. Joao da Madeira
<b>Mariposa</b>							
50m	39.83	Cunha, Eugenia Maria	62	POR	AAC	28/04/2024	Coimbra
100m	1:37.90	Cunha, Eugenia Maria	62	POR	AAC	09/07/2022	Reguengos de Monsaraz
200m	3:52.49	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	02/07/2011	Oeiras
<b>Estilos</b>							
200m	3:35.11	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	15/01/2011	Coimbra
400m	7:52.39	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	30/06/2013	Loulé
<b>Masc., 55 - 59</b>							
<b>Livres</b>							
50m	27.36	Faria, Jorge Eduardo	64	POR	SAD	21/07/2019	Reguengos de Monsaraz
100m	1:00.73	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CFP	14/07/2018	Loulé
200m	2:09.87	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CFP	13/07/2018	Loulé
400m	4:34.69	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CFP	14/07/2018	Loulé
800m	9:23.23	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CFP	13/07/2018	Loulé
1500m	18:05.10	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CFP	24/02/2018	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	31.45	Soares, Jose Pedro	67	POR	FCP	10/06/2022	Porto
100m	1:11.12	Faria, Jorge Eduardo	64	POR	SAD	21/07/2019	Reguengos de Monsaraz
200m	2:45.57	Carvalho, Paulo Paula	61	POR	SFUAP	17/01/2016	Coimbra
<b>Bruços</b>							
50m	35.57	Vaz, Jose Augusto	65	POR	CFP	08/07/2023	S. Joao da Madeira
100m	1:21.49	Vaz, Jose Augusto	65	POR	CFP	09/07/2023	S. Joao da Madeira
200m	3:07.15	Soares, Ralf Pinto	64	POR	ANE	19/07/2019	Reguengos de Monsaraz
<b>Mariposa</b>							
50m	29.04	Faria, Jorge Eduardo	64	POR	SAD	21/07/2019	Reguengos de Monsaraz
100m	1:05.12	Faria, Jorge Eduardo	64	POR	SAD	20/07/2019	Reguengos de Monsaraz
200m	2:34.23	Carvalho, Paulo Paula	61	POR	SCP	19/08/2017	Budapeste (HUN)
<b>Estilos</b>							
200m	2:41.75	Carvalho, Paulo Paula	61	POR	SFUAP	09/07/2016	Loulé
400m	5:40.75	Carvalho, Paulo Paula	61	POR	SCP	16/08/2017	Budapeste (HUN)
<b>Femin., 55 - 59</b>							
<b>Livres</b>							
50m	31.83	Ferreira, Isabel Baptista	67	POR	ADRCIMM	09/07/2022	Reguengos de Monsaraz



100m	1:11.10	Ferreira, Isabel Baptista	67	POR	ADRCIMM	08/07/2023	S. Joao da Madeira
200m	2:36.27	Ferreira, Isabel Baptista	67	POR	ADRCIMM	05/07/2024	São João da Madeira
400m	5:36.18	Ferreira, Isabel Baptista	67	POR	ADRCIMM	09/07/2023	S. Joao da Madeira
800m	11:23.82	Ferreira, Isabel Baptista	67	POR	ADRCIMM	04/07/2024	São João da Madeira
1500m	21:42.69	Ferreira, Isabel Baptista	67	POR	ADRCIMM	25/02/2024	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	36.91	Ferreira, Isabel Baptista	67	POR	ADRCIMM	07/07/2023	S. Joao da Madeira
100m	1:21.63	Kraeva, Elena Nikolaevna	61	POR	ADRCIMM	08/07/2016	Loulé
200m	2:58.11	Kraeva, Elena Nikolaevna	61	POR	ADRCIMM	09/07/2016	Loulé
<b>Bruços</b>							
50m	42.60	Coutts, Sarah	67	POR	ANE	09/07/2022	Reguengos de Monsaraz
100m	1:32.54	Coutts, Sarah	67	POR	ANE	10/07/2022	Reguengos de Monsaraz
200m	3:24.56	Coutts, Sarah	67	POR	ANE	08/07/2022	Reguengos de Monsaraz
<b>Mariposa</b>							
50m	34.49	Gamonal, Elena Alarcon	61	POR	CNFA	09/07/2016	Loulé
100m	1:32.68	Brandao, Maria Teresa	69	POR	CFP	06/07/2024	São João da Madeira
200m	3:46.66	Ferreira, Ana Maria	50	POR	SAD	20/06/2009	Coimbra
<b>Estilos</b>							
200m	3:00.54	Gamonal, Elena Alarcon	61	POR	CNFA	08/07/2016	Loulé
400m	6:54.26	Kraeva, Elena Nikolaevna	61	POR	ADRCIMM	08/07/2017	Famalicão
<b>Masc., 50 - 54</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>			
<b>Livres</b>							
50m	26.12	Faria, Jorge Eduardo	64	POR	SAD	13/08/2015	Kazan (RUS)
100m	56.86	Faria, Jorge Eduardo	64	POR	SAD	04/08/2014	Montreal (CAN)
200m	2:07.64	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CFP	05/08/2014	Montreal (CAN)
400m	4:28.97	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CFP	16/08/2015	Kazan (RUS)
800m	9:16.56	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CFP	03/08/2014	Montreal (CAN)
1500m	17:51.93	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CFP	18/04/2015	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	30.32	Faria, Jorge Eduardo	64	POR	SAD	09/08/2014	Montreal (CAN)
100m	1:05.58	Faria, Jorge Eduardo	64	POR	SAD	08/08/2014	Montreal (CAN)
200m	2:38.74	Chaves, Antonio Aderito	70	POR	FCP	09/07/2022	Reguengos de Monsaraz
<b>Bruços</b>							
50m	33.94	Duarte, Jose Samuel	65	POR	SCP	07/07/2017	Famalicão
100m	1:15.88	Duarte, Jose Samuel	65	POR	SCP	20/07/2019	Reguengos de Monsaraz
200m	2:47.07	Duarte, Jose Samuel	65	POR	SCP	09/07/2017	Famalicão
<b>Mariposa</b>							
50m	27.55	Faria, Jorge Eduardo	64	POR	SAD	12/08/2015	Kazan (RUS)
100m	1:01.46	Faria, Jorge Eduardo	64	POR	SAD	06/08/2014	Montreal (CAN)
200m	2:27.29	Carvalho, Paulo Paula	61	POR	SFUAP	17/07/2011	Vila Franca de Xira
<b>Estilos</b>							
200m	2:35.07	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CFP	05/08/2013	Turim (ITA)
400m	5:36.42	Carvalho, Paulo Paula	61	POR	SFUAP	03/07/2015	Loulé
<b>Femin., 50 - 54</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>			
<b>Livres</b>							
50m	29.58	Fernandes, Rita Lopes	72	POR	FCP	09/07/2023	S. Joao da Madeira
100m	1:07.65	Fernandes, Rita Lopes	72	POR	FCP	08/07/2023	S. Joao da Madeira
200m	2:34.69	Roths, Ines Maria	73	POR	CFP	07/07/2023	S. Joao da Madeira
400m	5:26.28	Coutinho, Gisela Barbosa	75	POR	CFP	23/02/2025	Coimbra
800m	11:00.47	Coutinho, Gisela Barbosa	75	POR	CFP	23/02/2025	Coimbra
1500m	20:38.75	Coutinho, Gisela Barbosa	75	POR	CFP	23/02/2025	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	35.56	Ferreira, Isabel Baptista	67	POR	ADRCIMM	09/07/2017	Famalicão
100m	1:19.99	Ferreira, Isabel Baptista	67	POR	ADRCIMM	07/07/2017	Famalicão
200m	2:55.96	Kraeva, Elena Nikolaevna	61	POR	ADRCIMM	30/06/2012	Reguengos de Monsaraz
<b>Bruços</b>							
50m	40.64	Fernandes, Rita Lopes	72	POR	FCP	06/07/2024	São João da Madeira
100m	1:30.46	Cunha, Maria Ines	72	POR	CGA	07/07/2024	São João da Madeira

200m	3:18.76	Cunha, Maria Ines	72	POR	CGA	05/07/2024	São João da Madeira
<b>Mariposa</b>							
50m	33.28	Fernandes, Rita Lopes	72	POR	FCP	07/07/2023	S. Joao da Madeira
100m	1:18.29	Arantes, Joana Isabel	72	POR	CMBCP	08/07/2023	S. Joao da Madeira
200m	3:00.63	Arantes, Joana Isabel	72	POR	CMBCP	09/07/2023	S. Joao da Madeira
<b>Estilos</b>							
200m	3:02.00	Pereira, Patricia Diogenes	69	POR	LPS	10/07/2021	Famalicão
400m	6:26.77	Grilo, Ana Paula	69	POR	NDCO	20/07/2019	Reguengos de Monsaraz
<b>Masc., 45 - 49</b>							
<b>Livres</b>							
50m	25.24	Machado, Miguel Alexandre	75	POR	CLIPTEAM	09/07/2023	S. Joao da Madeira
100m	55.96	Machado, Miguel Alexandre	75	POR	CLIPTEAM	06/08/2023	Kyushu (JPN)
200m	2:05.69	Machado, Miguel Alexandre	75	POR	CLIPTEAM	07/08/2023	Kyushu (JPN)
400m	4:27.36	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CFP	06/08/2010	Gotemburgo (SWE)
800m	9:11.17	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CFP	01/07/2011	Oeiras
1500m	19:30.07	Sousa, Joao Pedro	74	POR	CNF	22/03/2019	Funchal
<b>Costas</b>							
50m	29.08	Machado, Miguel Alexandre	75	POR	CLIPTEAM	11/08/2023	Kyushu (JPN)
100m	1:02.62	Carvalho, Mario Moura	78	POR	FCP	28/02/2024	Doha (QAT)
200m	2:15.89	Carvalho, Mario Moura	78	POR	FCP	27/02/2024	Doha (QAT)
<b>Bruços</b>							
50m	32.52	Couteiro, Jose Eduardo	76	POR	VNC	09/07/2022	Reguengos de Monsaraz
100m	1:13.38	Couteiro, Jose Eduardo	76	POR	VNC	10/07/2022	Reguengos de Monsaraz
200m	2:44.19	Duarte, Jose Samuel	65	POR	SCP	30/06/2012	Reguengos de Monsaraz
<b>Mariposa</b>							
50m	27.19	Faria, Jorge Viegas	64	POR	SAD	18/09/2009	Cádiz (ESP)
100m	59.97	Faria, Jorge Viegas	64	POR	SAD	16/09/2009	Cádiz (ESP)
200m	2:25.12	Carvalho, Paulo Paula	61	POR	EMDS	20/06/2009	Coimbra
<b>Estilos</b>							
200m	2:23.64	Machado, Miguel Alexandre	75	POR	CLIPTEAM	08/08/2023	Kyushu (JPN)
400m	5:28.81	Freitas, Jose Carlos	63	POR	CFP	02/07/2011	Oeiras
<b>Femin., 45 - 49</b>							
<b>Livres</b>							
50m	30.11	Sousa, Natacha Alexandra	72	POR	CFP	08/07/2017	Famalicão
100m	1:03.43	Gomes, Susana Clara	77	POR	CNF	06/08/2023	Kyushu (JPN)
200m	2:25.24	Gomes, Susana Clara	77	POR	CNF	07/07/2023	S. Joao da Madeira
400m	5:23.34	Coutinho, Gisela Barbosa	75	POR	CFP	04/07/2024	São João da Madeira
800m	10:52.66	Coutinho, Gisela Barbosa	75	POR	CFP	04/07/2024	São João da Madeira
1500m	20:41.33	Coutinho, Gisela Barbosa	75	POR	CFP	25/02/2024	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	34.82	Sousa, Natacha Alexandra	72	POR	CFP	09/07/2017	Famalicão
100m	1:17.40	Rezende, Monica Anjos	69	POR	CAC	08/07/2016	Loulé
200m	2:51.24	Sousa, Natacha Alexandra	72	POR	CFP	08/07/2017	Famalicão
<b>Bruços</b>							
50m	39.99	Alves, Catarina Andrade	78	POR	CNF	06/07/2024	São João da Madeira
100m	1:28.46	Alves, Catarina Andrade	78	POR	CNF	07/07/2024	São João da Madeira
200m	3:12.10	Alves, Catarina Andrade	78	POR	CNF	05/07/2024	São João da Madeira
<b>Mariposa</b>							
50m	29.84	Gomes, Susana Clara	77	POR	CNF	07/08/2023	Kyushu (JPN)
100m	1:07.47	Gomes, Susana Clara	77	POR	CNF	29/08/2022	Rome (ITA)
200m	2:56.79	Arantes, Joana Isabel	72	POR	CMBCP	21/07/2019	Reguengos de Monsaraz
<b>Estilos</b>							
200m	2:36.12	Gomes, Susana Clara	77	POR	CNF	31/08/2022	Rome (ITA)
400m	5:48.52	Gomes, Susana Clara	77	POR	CNF	10/07/2022	Reguengos de Monsaraz
<b>Masc., 40 - 44</b>							
<b>Livres</b>							
50m	25.21	Machado, Miguel Alexandre	75	POR	CFP	08/06/2018	Plymouth (GBR)
<b>Piscina longa (50m)</b>							



100m	55.85	Machado, Miguel Alexandre	75	POR	INDANP	15/08/2017	Budapeste (HUN)
200m	2:06.98	Cabrita, Miguel Mendonca	74	POR	SAD	06/07/2014	Évora
400m	4:33.43	Cabrita, Miguel Mendonca	74	POR	SAD	05/07/2014	Évora
800m	9:44.98	Costa, Rodrigo Marques	76	POR	CNLA	14/08/2017	Budapeste (HUN)
1500m	18:51.41	Ferreira, Ricardo Regufe	80	POR	CFP	25/02/2024	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	28.24	Laurentino, Nuno Filipe	75	POR	SAD	04/07/2015	Loulé
100m	1:02.92	Carvalho, Mario Moura	78	POR	FCP	15/07/2018	Loulé
200m	2:19.31	Carvalho, Mario Moura	78	POR	FCP	21/07/2019	Reguengos de Monsaraz
<b>Bruços</b>							
50m	31.53	Nunes, Rodolfo Pereira	73	POR	GESP	06/08/2014	Montreal (CAN)
100m	1:09.26	Rosario, Vasco Jorge	76	POR	SAD	09/07/2016	Loulé
200m	2:34.20	Rosario, Vasco Jorge	76	POR	SAD	10/07/2016	Loulé
<b>Mariposa</b>							
50m	27.59	Faria, Jorge Eduardo	64	POR	SAD	31/05/2008	Faro
100m	1:01.72	Santos, Joao Miguel	81	POR	CNL-VOID	16/06/2024	Porto
200m	2:25.31	Carvalho, Paulo Paula	61	POR	SFP	05/07/2001	Palma Maiorca (ESP)
<b>Estilos</b>							
200m	2:18.46	Laurentino, Nuno Filipe	75	POR	SAD	04/07/2015	Loulé
400m	5:16.30	Nunes, Rodolfo Pereira	73	POR	GESP	05/08/2014	Montreal (CAN)
<b>Femin., 40 - 44</b>							
<b>Livres</b>							
50m	28.69	Figueira, Isabel Maria	79	POR	CNFA	15/08/2019	Gwangju (KOR)
100m	1:02.53	Gomes, Susana Clara	77	POR	CNF	15/08/2017	Budapeste (HUN)
200m	2:20.50	Gomes, Susana Clara	77	POR	CNF	19/07/2019	Reguengos de Monsaraz
400m	5:02.98	Gomes, Susana Clara	77	POR	CNF	18/08/2019	Gwangju (KOR)
800m	10:27.37	Grilo, Ana Paula	69	POR	INDALEN	01/07/2011	Oeiras
1500m	20:45.77	Roths, Ines Maria	73	POR	CFP	20/02/2016	Rio Maior
<b>Costas</b>							
50m	34.89	Lucas, Mariana Sa	84	POR	CNLA	07/07/2024	São João da Madeira
100m	1:14.25	Lucas, Mariana Sa	84	POR	CNLA	05/07/2024	São João da Madeira
200m	2:44.01	Lucas, Mariana Sa	84	POR	CNLA	06/07/2024	São João da Madeira
<b>Bruços</b>							
50m	33.46	Figueira, Isabel Maria	79	POR	CNFA	18/08/2019	Gwangju (KOR)
100m	1:15.32	Figueira, Isabel Maria	79	POR	CNFA	21/07/2019	Reguengos de Monsaraz
200m	2:49.62	Figueira, Isabel Maria	79	POR	CNFA	17/08/2019	Gwangju (KOR)
<b>Mariposa</b>							
50m	29.95	Gomes, Susana Clara	77	POR	CNF	16/08/2017	Budapeste (HUN)
100m	1:07.63	Gomes, Susana Clara	77	POR	CNF	03/09/2018	Kranj (SLO)
200m	2:42.94	Grilo, Ana Paula	69	POR	INDALEN	04/07/2010	Reguengos de Monsaraz
<b>Estilos</b>							
200m	2:35.59	Gomes, Susana Clara	77	POR	CNF	13/07/2018	Loulé
400m	5:32.69	Gomes, Susana Clara	77	POR	CNF	20/07/2019	Reguengos de Monsaraz
<b>Masc., 35 - 39</b>							
<b>Livres</b>							
50m	24.92	Garmendia, Emilio Monteiro	82	POR	EDV	21/07/2019	Reguengos de Monsaraz
100m	53.53	Silva, Pedro Miguel	76	POR	CFV	03/07/2011	Oeiras
200m	1:59.68	Silva, Pedro Miguel	76	POR	CFV	02/07/2011	Oeiras
400m	4:18.63	Niz, Adriano Miguel	86	POR	GDNFAMA	29/08/2022	Rome (ITA)
800m	9:06.02	Silva, Pedro Miguel	76	POR	CFV	01/07/2011	Oeiras
1500m	17:47.17	Pinotes, Pedro Miguel	89	POR	SCP	23/02/2025	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	28.38	Laurentino, Nuno Filipe	75	POR	SAD	03/07/2011	Oeiras
100m	1:02.08	Sevieri, Eduardo Ferreira	84	POR	FCP	15/06/2012	Santo Andre/SP (BRA)
200m	2:13.11	Niz, Adriano Miguel	86	POR	GDNFAMA	10/07/2021	Famalicão
<b>Bruços</b>							
50m	30.79	Ribeiro, Rui Manuel	82	POR	ADF	07/07/2017	Famalicão
100m	1:09.79	Duarte, Jaime Marques	87	POR	CWP	10/07/2022	Reguengos de Monsaraz
<b>Piscina longa (50m)</b>							

200m	2:36.30	Duarte, Jaime Marques	87	POR	CWP	08/07/2022	Reguengos de Monsaraz
<b>Mariposa</b>							
50m	26.70	Cabrita, Miguel Mendonca	74	POR	SAD	20/06/2009	Coimbra
100m	58.85	Cabrita, Miguel Mendonca	74	POR	SAD	21/06/2009	Coimbra
200m	2:19.70	Niz, Adriano Miguel	86	POR	GDNFAMA	11/07/2021	Famalicão
<b>Estilos</b>							
200m	2:19.86	Sevieri, Eduardo Ferreira	84	POR	FCP	08/07/2023	S. Joao da Madeira
400m	5:00.06	Sevieri, Eduardo Ferreira	84	POR	FCP	09/07/2023	S. Joao da Madeira
<b>Femin., 35 - 39</b>							
<b>Livres</b>							
50m	28.70	Figueira, Isabel Maria	79	POR	CNFA	14/07/2018	Loulé
100m	1:01.66	Grilo, Ana Paula	69	POR	UDCA	04/06/2004	Riccione (ITA)
200m	2:10.77	Grilo, Ana Paula	69	POR	UDCA	06/08/2006	Stanford (USA)
400m	4:35.74	Grilo, Ana Paula	69	POR	UDCA	10/08/2006	Stanford (USA)
800m	9:30.91	Grilo, Ana Paula	69	POR	UDCA	04/08/2006	Stanford (USA)
1500m	18:50.82	Grilo, Ana Paula	69	POR	UDCA	03/03/2006	Swansea (GBR)
<b>Costas</b>							
50m	34.31	Grilo, Ana Paula	69	POR	UDCA	11/03/2006	Rio Maior
100m	1:15.41	Grilo, Ana Paula	69	POR	UDCA	21/05/2005	Funchal
200m	2:43.59	Grilo, Ana Paula	69	POR	UDCA	03/03/2006	Swansea (GBR)
<b>Bruços</b>							
50m	33.88	Figueira, Isabel Maria	79	POR	CNFA	14/07/2018	Loulé
100m	1:16.61	Figueira, Isabel Maria	79	POR	CNFA	15/07/2018	Loulé
200m	2:57.34	Figueira, Isabel Maria	79	POR	LDC	04/07/2014	Évora
<b>Mariposa</b>							
50m	30.49	Oliveira, Sara Freitas	85	POR	FCP	20/05/2023	Porto
100m	1:08.66	Oliveira, Sara Freitas	85	POR	FCP	08/07/2023	S. Joao da Madeira
200m	2:27.36	Grilo, Ana Paula	69	POR	UDCA	09/08/2006	Stanford (USA)
<b>Estilos</b>							
200m	2:33.55	Grilo, Ana Paula	69	POR	UDCA	07/01/2006	Coimbra
400m	5:22.50	Grilo, Ana Paula	69	POR	UDCA	06/08/2006	Stanford (USA)
<b>Masc., 30 - 34</b>							
<b>Livres</b>							
50m	23.76	Agostinho, Alexandre Escudier	86	POR	PORTIN	10/07/2016	Loulé
100m	52.75	Pedroso, Ricardo Conceicao	77	POR	ESJB	18/09/2009	Cádiz (ESP)
200m	1:55.26	Niz, Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	26/05/2016	London (GBR)
400m	4:10.56	Niz, Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	27/05/2016	London (GBR)
800m	8:53.01	Silva, Pedro Miguel	76	POR	CFV	20/06/2009	Coimbra
1500m	17:17.76	Niz, Adriano Miguel	86	POR	GDNFAMA	23/02/2019	Póvoa de Varzim
<b>Costas</b>							
50m	27.63	Niz, Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	09/07/2016	Loulé
100m	59.22	Niz, Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	08/07/2016	Loulé
200m	2:07.34	Niz, Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	28/05/2016	London (GBR)
<b>Bruços</b>							
50m	30.67	Monteiro, Bruno Daniel	88	POR	LSC	15/07/2018	Loulé
100m	1:08.32	Monteiro, Bruno Daniel	88	POR	LSC	14/07/2018	Loulé
200m	2:27.06	Pinotes, Pedro Miguel	89	POR	SCP	19/07/2019	Reguengos de Monsaraz
<b>Mariposa</b>							
50m	25.06	Santos, Pedro Andre	94	POR	SAD	05/07/2024	São João da Madeira
100m	55.70	Santos, Pedro Andre	94	POR	SAD	06/07/2024	São João da Madeira
200m	2:11.06	Pinotes, Pedro Miguel	89	POR	SCP	10/07/2022	Reguengos de Monsaraz
<b>Estilos</b>							
200m	2:11.38	Pinotes, Pedro Miguel	89	POR	SCP	20/07/2019	Reguengos de Monsaraz
400m	4:43.37	Pinotes, Pedro Miguel	89	POR	SCP	19/07/2019	Reguengos de Monsaraz
<b>Femin., 30 - 34</b>							
<b>Livres</b>							
50m	27.42	Cruz, Sara Francisco	93	POR	LPS	09/07/2023	S. Joao da Madeira

100m	1:00.05	Grilo, Ana Paula	69	POR	UDCA	29/08/2003	Millau (FRA)
200m	2:10.97	Grilo, Ana Paula	69	POR	UDCA	27/08/2003	Millau (FRA)
400m	4:39.43	Grilo, Ana Paula	69	POR	INATEL	20/06/2003	Riccione (ITA)
800m	9:37.05	Grilo, Ana Paula	69	POR	UDCA	26/08/2003	Millau (FRA)
1500m	19:08.25	Silva, Carolina Santos	86	POR	GCST	23/02/2019	Póvoa de Varzim
<b>Costas</b>							
50m	32.47	Neves, Vania Soares	90	POR	VNC	10/06/2022	Porto
100m	1:11.70	Neves, Vania Soares	90	POR	VNC	05/07/2024	São João da Madeira
200m	2:37.73	Neves, Vania Soares	90	POR	VNC	09/07/2022	Reguengos de Monsaraz
<b>Bruços</b>							
50m	33.66	Figueira, Isabel Maria	79	POR	CNFA	16/09/2009	Cádiz (ESP)
100m	1:14.95	Figueira, Isabel Maria	79	POR	CNFA	17/09/2009	Cádiz (ESP)
200m	2:46.69	Maia, Joana Marques	91	POR	SCB	09/07/2021	Famalicão
<b>Mariposa</b>							
50m	28.68	Cruz, Sara Francisco	93	POR	LPS	03/06/2023	Loulé
100m	1:07.78	Ferreira, Ana Claudia	90	POR	CNAL	06/07/2024	São João da Madeira
200m	2:30.59	Grilo, Ana Paula	69	POR	UDCA	28/08/2003	Millau (FRA)
<b>Estilos</b>							
200m	2:31.14	Sevieri, Tatiana Gama	84	POR	FCP	08/07/2016	Loulé
400m	5:28.90	Neves, Vania Soares	90	POR	VNC	10/07/2022	Reguengos de Monsaraz
<b>Masc., 25 - 29</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>			
<b>Livres</b>							
50m	23.12	Agostinho, Alexandre Escudier	86	POR	PORTIN	05/07/2015	Loulé
100m	52.15	Poliakov, A.	93	POR	COL	20/07/2019	Reguengos de Monsaraz
200m	1:56.22	Niz, Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	12/08/2015	Kazan (RUS)
400m	4:12.44	Niz, Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	16/08/2015	Kazan (RUS)
800m	8:46.63	Silva, Pedro Miguel	94	POR	ADRCIMM	19/07/2019	Reguengos de Monsaraz
1500m	17:25.70	Bessa, Antonio Rafael	94	POR	CAP	23/02/2019	Póvoa de Varzim
<b>Costas</b>							
50m	27.64	Pereira, Mario Alexandre	92	POR	CNAC	20/07/2019	Reguengos de Monsaraz
100m	58.23	Niz, Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	15/08/2015	Kazan (RUS)
200m	2:06.30	Niz, Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	11/08/2015	Kazan (RUS)
<b>Bruços</b>							
50m	30.16	Silva, Sergio Baptista	91	POR	FCP	10/06/2017	Porto
100m	1:06.85	Santos, Pedro Andre	94	POR	SAD	09/07/2023	S. Joao da Madeira
200m	2:27.30	Silva, Pedro Miguel	94	POR	ADRCIMM	19/07/2019	Reguengos de Monsaraz
<b>Mariposa</b>							
50m	25.34	Santos, Pedro Andre	94	POR	SAD	07/07/2023	S. Joao da Madeira
100m	55.62	Santos, Pedro Andre	94	POR	SAD	08/07/2023	S. Joao da Madeira
200m	2:11.22	Bessa, Antonio Rafael	94	POR	CAP	10/07/2022	Reguengos de Monsaraz
<b>Estilos</b>							
200m	2:09.68	Niz, Adriano Miguel	86	POR	GDNVNF	04/07/2015	Loulé
400m	4:47.39	Goncalves, Andre Bras	88	POR	CFB	03/07/2015	Loulé
<b>Femin., 25 - 29</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>			
<b>Livres</b>							
50m	27.03	Castro, Adriana Daniela	97	POR	LSC	06/07/2024	São João da Madeira
100m	1:00.64	Castro, Adriana Daniela	97	POR	LSC	07/07/2024	São João da Madeira
200m	2:18.33	Castro, Adriana Daniela	97	POR	LSC	05/07/2024	São João da Madeira
400m	4:57.88	Silva, Carolina Santos	86	POR	CNMAIA	02/09/2013	Eindhoven (NED)
800m	10:12.96	Leite, Ana Filipa	86	POR	AAC	01/07/2011	Oeiras
1500m	19:28.13	Silva, Carolina Santos	86	POR	CNMAIA	18/04/2015	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	31.98	Pinheiro, Filipa Mendes	92	POR	SCCAM	11/07/2021	Famalicão
100m	1:09.82	Pinheiro, Filipa Mendes	91	POR	EDV	19/07/2019	Reguengos de Monsaraz
200m	2:38.06	Silva, Carolina Santos	86	POR	CNMAIA	04/07/2015	Loulé
<b>Bruços</b>							
50m	34.03	Figueira, Isabel Maria	79	POR	CNFA	13/07/2008	Coimbra
100m	1:16.62	Maia, Joana Marques	91	POR	GCST	21/07/2019	Reguengos de Monsaraz



Recordes  
Oeiras, 05/03/2025

200m	2:43.10	Maia, Joana Marques	91	POR	INDANP	08/07/2016	Loulé
<b>Mariposa</b>							
50m	28.13	Castro, Adriana Daniela	97	POR	LSC	05/07/2024	São João da Madeira
100m	1:06.10	Castro, Adriana Daniela	97	POR	LSC	06/07/2024	São João da Madeira
200m	2:30.97	Silva, Carolina Santos	86	POR	CNMAIA	08/08/2014	Montreal (CAN)
<b>Estilos</b>							
200m	2:34.64	Eloi, Ana Monica	96	POR	CLIPTEAM	20/05/2023	Porto
400m	5:36.12	Eloi, Ana Monica	96	POR	CLIPTEAM	09/07/2023	S. Joao da Madeira
<b>Masc., 320 - 359</b>							
<b>Piscina longa (50m)</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	2:54.36	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	09/07/2022	Reguengos de Monsaraz
		SACADURA, Jose Antonio, MOURA, Jose Vicente, SALGUEIRO, Luis Vidigal, BASTO, Antonio Bessone					
4 x 100m	6:53.66	Sport Algés e Dafundo		POR	SAD	05/07/2024	São João da Madeira
		MOURA, Jose Vicente, SALGUEIRO, Luis Vidigal, BASTO, Antonio Bessone, DYSON, Stephen Thomas					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	3:23.62	Sport Algés e Dafundo		POR	SAD	06/07/2024	São João da Madeira
		BASTO, Antonio Bessone, GASPAR, Alexandre Azevedo, DYSON, Stephen Thomas, MOURA, Jose Vicente					
4 x 100m	8:27.62	Sport Algés e Dafundo		POR	SAD	07/07/2024	São João da Madeira
		BASTO, Antonio Bessone, GASPAR, Alexandre Azevedo, DYSON, Stephen Thomas, MOURA, Jose Vicente					
<b>Femin., 320 - 359</b>							
<b>Piscina longa (50m)</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	59:00.00	start		POR			
4 x 100m	59:00.00	???					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	59:00.00	start		POR			
4 x 100m	59:00.00	???					
<b>Misto, 320 - 359</b>							
<b>Piscina longa (50m)</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	59:00.00	start		POR			
4 x 100m	59:00.00	???					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	59:00.00	???					
4 x 100m	59:00.00	???					
<b>Masc., 280 - 319</b>							
<b>Piscina longa (50m)</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	2:20.89	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	05/07/2015	Loulé
		BASTO, Antonio Bessone, FONSECA, Vitor Manuel, JORGE, Luis Vaz, RIBEIRO, Herlander Felga					
4 x 100m	5:58.38	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	10/07/2016	Loulé
		DYSON, Stephen Thomas, JORGE, Luis Vaz, BAIRRADA, Orlando Gomes, SALGUEIRO, Luis Vidigal					
4 x 200m	12:52.37	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	10/07/2022	Reguengos de Monsaraz
		BENTO, Jaime Carlos, BILRO, Joaquim Mendes, DYSON, Stephen Thomas, SALGUEIRO, Luis Vidigal					
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	2:47.67	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	29/05/2016	London (GBR)
		BASTO, Antonio Bessone, GASPAR, Alexandre Azevedo, BAIRRADA, Orlando Gomes, SALGUEIRO, Luis Vidigal					
4 x 100m	6:53.29	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	04/07/2015	Loulé
		RIBEIRO, Herlander Felga, GASPAR, Alexandre Azevedo, BAIRRADA, Orlando Gomes, DYSON, Stephen Thomas					
<b>Femin., 280 - 319</b>							
<b>Piscina longa (50m)</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	3:20.26	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	14/07/2018	Loulé
		RAIMUNDO, Isabel Maria, FERREIRA, Maria Felix, FERREIRA, Ana Maria, GRACA, Helena Prista					
4 x 100m	7:53.10	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	15/07/2018	Loulé
		RAIMUNDO, Isabel Maria, FERREIRA, Maria Felix, GRACA, Helena Prista, BASTO, Luisa Bessone					
4 x 200m	59:00.00	start		POR			
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	3:28.06	Sport Alges e Dafundo		POR	SAD	04/07/2015	Loulé
		MADEIRA, Berta Maria, RAIMUNDO, Isabel Maria, FERREIRA, Ana Maria, BASTO, Luisa Bessone					

4 x 100m	8:18.71	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	08/07/2017	Famalicão
RAIMUNDO, Isabel Maria, FERREIRA, Maria Felix, FERREIRA, Ana Maria, BASTO, Luisa Bessone					
<b>Misto, 280 - 319</b>			<b>Piscina longa (50m)</b>		
Livres Estafeta					
4 x 50m	2:39.10	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	08/07/2022	Reguengos de Monsaraz
FERREIRA, Ana Maria, BASTO, Luisa Bessone, SALGUEIRO, Luis Vidigal, DANTAS, Paulo Marcos					
4 x 100m	59:00.00	start	POR	01/01/1800	
Estilos Estafeta					
4 x 50m	3:03.32	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	27/05/2016	London (GBR)
BASTO, Antonio Bessone, RAIMUNDO, Isabel Maria, BAIRRADA, Orlando Gomes, FERREIRA, Ana Maria					
4 x 100m	59:00.00	start	POR	01/01/1800	
<b>Masc., 240 - 279</b>			<b>Piscina longa (50m)</b>		
Livres Estafeta					
4 x 50m	2:02.26	Clube Fluvial Portuense	POR CFP	10/06/2022	Porto
BARROSO, Jose Miguel, LOBO, Nuno Silva, SEABRA, Henrique Luis, SANTOS, Luis Lopes					
4 x 100m	4:26.10	Clube Fluvial Portuense	POR CFP	05/07/2024	São João da Madeira
VAZ, Jose Augusto, BARROSO, Jose Miguel, LOBO, Nuno Silva, SANTANA, Jose Pedro					
4 x 200m	59:00.00	start	POR	01/01/1800	
Estilos Estafeta					
4 x 50m	2:21.37	Sport Algés e Dafundo	POR SAD	06/07/2024	São João da Madeira
MADEIRA, Luis Cavaleiro, SILVA, Carlos Roberto, ANTUNES, Ricardo Jorge, BENTO, Jaime Carlos					
4 x 100m	5:23.07	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	09/07/2023	S. Joao da Madeira
MADEIRA, Luis Cavaleiro, SILVA, Carlos Roberto, ANTUNES, Ricardo Jorge, BENTO, Jaime Carlos					
<b>Femin., 240 - 279</b>			<b>Piscina longa (50m)</b>		
Livres Estafeta					
4 x 50m	2:26.63	Sport Algés e Dafundo	POR SAD	08/07/2023	São João da Madeira
YOKOCHI, Luisa Tamaki, LENZI, Carla Vale, STANFORD, Cecilia Anne, FERREIRA, Ana Maria					
4 x 100m	5:57.71	Associacao Academica de Coimbra	POR AAC	05/07/2024	São João da Madeira
OLIVEIRA, Maria Teresa, CUNHA, Eugenia Maria, URBANO, Maria Margarida, TORRES, Maria Isabel					
4 x 200m	59:00.00	start	POR	01/01/1800	
Estilos Estafeta					
4 x 50m	2:59.31	Associacao Academica de Coimbra	POR AAC	19/07/2019	Reguengos de Monsaraz
OLIVEIRA, Maria Teresa, RELVAS, Ana Moura, CUNHA, Eugenia Maria, TORRES, Maria Isabel					
4 x 100m	6:40.63	Associacao Academica de Coimbra	POR AAC	10/07/2022	Reguengos de Monsaraz
OLIVEIRA, Maria Luisa, TORRES, Maria Isabel, CUNHA, Eugenia Maria, URBANO, Maria Margarida					
<b>Misto, 240 - 279</b>			<b>Piscina longa (50m)</b>		
Livres Estafeta					
4 x 50m	2:13.53	Clube Fluvial Portuense	POR CFP	07/07/2023	S. Joao da Madeira
SANTOS, Luis Lopes, PALHARES, Paula Alexandra, GUIMARAES, Rita Cabral, BARROSO, Jose Miguel					
4 x 100m	59:00.00	start	POR	01/01/1800	
Estilos Estafeta					
4 x 50m	2:28.03	Clube Fluvial Portuense	POR CFP	05/07/2024	São João da Madeira
PALHARES, Paula Alexandra, BERNARDO, Luis Miguel, SANTOS, Luis Lopes, FERREIRA, Filipa Margarida					
4 x 100m	6:05.19	Sport Alges Dafundo	POR SAD	07/04/2024	Vila Franca de Xira
YOKOCHI, Luisa Tamaki, MADEIRA, Luis Cavaleiro, BENTO, Jaime Carlos, LENZI, Carla Vale					
<b>Masc., 200 - 239</b>			<b>Piscina longa (50m)</b>		
Livres Estafeta					
4 x 50m	1:51.57	Futebol Clube do Porto	POR FCP	08/07/2023	S. Joao da Madeira
SEVIERI, Eduardo Ferreira, SOARES, Jose Pedro, CHAVES, Antonio Aderito, RIBEIRO, Celso Fernando					
4 x 100m	4:07.91	Clube Fluvial Portuense	POR CFP	05/07/2024	São João da Madeira
MONTEIRO, Jorge Manuel, PIRES, Miguel Pinheiro, SANTOS, Alexandre Miguel, PORTELA, Antonio Luis					
4 x 200m	9:13.56	Clube de Natacao do Litoral Alentejano	POR CNLA	10/07/2022	Reguengos de Monsaraz
FREITAS, Jose Carlos, FARIA, Jorge Eduardo, VANTAGGIATO, Marco, INACIO, Mauro Santos					
Estilos Estafeta					
4 x 50m	2:06.30	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	04/07/2015	Loulé
LAURENTINO, Nuno Filipe, BASTO, Antonio Bessone, FRISCHKNECHT, Emilio Nuno, FERNANDES, Paulo Jorge					



4 x 100m	4:50.43	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	07/07/2024	São João da Madeira
CARVALHO, Mario Moura, SANTOS, Manuel Duran, CHAVES, Antonio Aderito, SOUSA, Antonio Fernando						
<b>Femin., 200 - 239</b>						<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	2:07.19	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	08/07/2023	S. Joao da Madeira
ROTHES, Ines Maria, COUTINHO, Gisela Barbosa, FERREIRA, Filipa Margarida, COSTA, Maria Luisa						
4 x 100m	4:47.64	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	08/07/2023	S. Joao da Madeira
ROTHES, Ines Maria, BRANDAO, Maria Teresa, COUTINHO, Gisela Barbosa, COSTA, Maria Luisa						
4 x 200m	59:00.00	start	POR		01/01/1800	
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	2:28.85	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	07/07/2023	S. Joao da Madeira
GONCALVES, Maria Fernanda, ANDRADE, Maria Teresa, OLIVEIRA, Sara Freitas, FERNANDES, Rita Lopes						
4 x 100m	5:25.98	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	07/07/2024	São João da Madeira
COUTINHO, Gisela Barbosa, CARVALHO, Elza Maria, COSTA, Maria Luisa, FERREIRA, Filipa Margarida						
<b>Misto, 200 - 239</b>						<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	2:01.17	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	05/07/2024	São João da Madeira
LOPES, Pedro Fragoso, BARBARA, Carla Santa, SOARES, Jose Pedro, ANDRADE, Maria Teresa						
4 x 100m	5:29.91	Associacao Academica de Coimbra	POR	AAC	07/04/2024	Vila Franca de Xira
SILVA, Pedro Nuno, FELIZ, Raquel Alexandra, TORRES, Maria Isabel, MOREIRA, Flavio Martins						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	2:16.50	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	08/07/2022	Reguengos de Monsaraz
SOARES, Jose Pedro, ANDRADE, Maria Teresa, CHAVES, Antonio Aderito, BARBARA, Carla Santa						
4 x 100m	7:02.90	Portinado-Assoc Natacao de Portimao	POR	PORTIN	04/06/2023	Loulé
TRISTAO, David Brito, MAFFEI, Luciana Parisotto, FAUSTINO, Jose Salvador, CASTRO, Filipa Nobre						
<b>Masc., 160 - 199</b>						<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:44.52	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	15/07/2018	Loulé
FARIA, Jorge Eduardo, LAURENTINO, Nuno Filipe, SILVA, Pedro Nuno, FRISCHKNECHT, Emilio Nuno						
4 x 100m	3:51.26	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	05/07/2015	Loulé
SILVA, Pedro Nuno, CABRITA, Miguel Mendonca, FRISCHKNECHT, Emilio Nuno, LAURENTINO, Nuno Filipe						
4 x 200m	11:25.68	Lisboa PoolSharks	POR	LPS	19/07/2024	Viena (AUT)
SILVA, Bruno Miguel, OLIVEIRA, Luis Miguel, FUJAO, Carlos Alberto, PINTO, Luis Filipe						
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:59.93	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	08/07/2017	Famalicão
CARVALHO, Mario Moura, SANTOS, Manuel Duran, BARBOSA, Celso Ruben, NASCIMENTO, Paulo Sergio						
4 x 100m	4:17.33	Sport Alges e Dafundo	POR	SAD	04/07/2015	Loulé
LAURENTINO, Nuno Filipe, SILVA, Pedro Nuno, FRISCHKNECHT, Emilio Nuno, FARIA, Jorge Eduardo						
<b>Femin., 160 - 199</b>						<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	2:00.66	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	08/07/2023	S. Joao da Madeira
SEVIERI, Tatiana Gama, BARBARA, Carla Santa, SOUSA, Keissy Joselin, OLIVEIRA, Sara Freitas						
4 x 100m	4:40.63	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	05/07/2024	São João da Madeira
ROTHES, Ines Maria, MARTINS, Maria Sofia, COSTA, Maria Luisa, COUTINHO, Gisela Barbosa						
4 x 200m	59:00.00	start	POR		01/01/1800	
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	2:19.53	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	04/07/2015	Loulé
SOUSA, Natacha Alexandra, MARTINS, Maria Sofia, COSTA, Maria Luisa, BRANDAO, Maria Teresa						
4 x 100m	5:09.82	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	04/07/2015	Loulé
SOUSA, Natacha Alexandra, MARTINS, Maria Sofia, COSTA, Maria Luisa, FERREIRA, Filipa Margarida						
<b>Misto, 160 - 199</b>						<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:53.42	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	04/07/2015	Loulé
GONCALVES, Americo Pedro, SOUSA, Natacha Alexandra, COSTA, Maria Luisa, MONTEIRO, Luis Miguel						



## Recordes Oeiras, 05/03/2025

4 x 100m	4:31.97	Clube Nautico do Litoral Alentejano	POR CNLA	07/04/2024	Vila Franca de Xira
FARIA, Jorge Eduardo, INACIO, Mauro Santos, GUEDES, Ana Carolina, LUCAS, Mariana Sa					
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	2:09.41	Futebol Clube do Porto	POR FCP	09/07/2017	Famalicão
CARVALHO, Mario Moura, SOUSA, Pedro Alexandre, BARBARA, Carla Santa, GONCALVES, Maria Fernanda					
4 x 100m	5:35.23	Futebol Clube do Porto	POR FCP	21/01/2012	Coimbra
DIOGO, Sandra Lurdes, TABORDA, Maria Joao, SERRA, Nuno Alexandre, FERNANDES, Ricardo Jorge					
<b>Masc., 120 - 159</b>			<b>Piscina longa (50m)</b>		
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:39.59	Futebol Clube do Porto	POR FCP	10/07/2016	Loulé
SEVIERI, Eduardo Ferreira, PINTO, Gil Goncalves, SOUSA, Pedro Alexandre, SANTOS, Paulo Jorge					
4 x 100m	3:47.08	Futebol Clube do Porto	POR FCP	10/07/2016	Loulé
SEVIERI, Eduardo Ferreira, PINTO, Gil Goncalves, SOUSA, Pedro Alexandre, SANTOS, Paulo Jorge					
4 x 200m	9:14.72	Lisboa PoolSharks	POR LPS	19/07/2024	Viena (AUT)
SALUSTIANO, Humberto Melo, PEREIRA, David Piteira, CARVALHO, Joao Carlos, GONCALVES, Filipe Gouveia					
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	1:50.84	Futebol Clube do Porto	POR FCP	09/07/2016	Loulé
SEVIERI, Eduardo Ferreira, PINTO, Gil Goncalves, SOUSA, Pedro Alexandre, SANTOS, Paulo Jorge					
4 x 100m	4:11.45	Futebol Clube do Porto	POR FCP	09/07/2016	Loulé
SEVIERI, Eduardo Ferreira, PINTO, Gil Goncalves, SOUSA, Pedro Alexandre, SANTOS, Paulo Jorge					
<b>Femin., 120 - 159</b>			<b>Piscina longa (50m)</b>		
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:59.43	Futebol Clube do Porto	POR FCP	05/07/2015	Loulé
SEVIERI, Tatiana Gama, BARBARA, Carla Santa, SOUSA, Keissy Joselin, OLIVEIRA, Sara Freitas					
4 x 100m	4:27.79	Clube de Instrucao e Recreio do Laranj	POR CIRL	05/07/2024	São João da Madeira
GERVASIO, Ana Sofia, PRIOR, Ana Filipa, ROLIM, Soraia Guerra, PIRES, Carolina Saraiva					
4 x 200m	59:00.00	start	POR	01/01/1800	
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	2:15.92	Futebol Clube do Porto	POR FCP	09/07/2016	Loulé
SOUSA, Keissy Joselin, MARTINS, Maria Sofia, OLIVEIRA, Sara Freitas, BARBARA, Carla Santa					
4 x 100m	4:58.07	Futebol Clube do Porto	POR FCP	09/07/2023	S. Joao da Madeira
MARINHO, Marta Vieira, AZEVEDO, Sara Silva, OLIVEIRA, Sara Freitas, RODRIGUES, Joana Aguiar					
<b>Misto, 120 - 159</b>			<b>Piscina longa (50m)</b>		
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:47.90	Futebol Clube do Porto	POR FCP	07/07/2023	S. Joao da Madeira
ROQUE, Jorge Manuel, CARVALHO, Joao Filipe, AZEVEDO, Sara Silva, MARINHO, Marta Vieira					
4 x 100m	4:23.87	BJWHF Sports Club - Lisboa PoolShar	POR LPS	04/06/2023	Loulé
CRUZ, Sara Francisco, VIEGAS, Renato Alexandre, VIANA, Joana Rebelo, RODRIGUES, Andre Alves					
4 x 200m	11:02.51	Lisboa PoolSharks	POR LPS	19/07/2024	Viena (AUT)
BARGADO, Catarina Isabel, DUARTE, Mariana Amendoeira, RODRIGUES, Nuno Miguel, FREIRE, Tiago Alexandre					
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	2:01.25	Futebol Clube do Porto	POR FCP	05/07/2015	Loulé
SEVIERI, Eduardo Ferreira, SOUSA, Pedro Alexandre, OLIVEIRA, Sara Freitas, SEVIERI, Tatiana Gama					
4 x 100m	5:09.60	Clube Desportivo Feirense	POR CDF	04/06/2023	Loulé
CASTRO, Ana Lucia, LAMAS, Joana Filipa, SOARES, Guilherme Araujo, ALMEIDA, Ruben Manuel					
<b>Masc., 100 - 119</b>			<b>Piscina longa (50m)</b>		
<b>Livres Estafeta</b>					
4 x 50m	1:38.08	Futebol Clube do Porto	POR FCP	09/07/2017	Famalicão
SANTOS, Paulo Jorge, CARVALHO, Joao Filipe, PINTO, Gil Goncalves, SANTOS, Carlos Filipe					
4 x 100m	3:44.34	Futebol Clube do Porto	POR FCP	05/07/2015	Loulé
PINTO, Gil Goncalves, ENCARNACAO, Manuel Jose, SEVIERI, Eduardo Ferreira, SANTOS, Paulo Jorge					
4 x 200m	59:00.00	start	POR	01/01/1800	
<b>Estilos Estafeta</b>					
4 x 50m	1:50.67	Futebol Clube do Porto	POR FCP	04/07/2015	Loulé
SEVIERI, Eduardo Ferreira, PINTO, Gil Goncalves, GRACA, Bruno Emanuel, SANTOS, Paulo Jorge					



Recordes  
Oeiras, 05/03/2025

---

4 x 100m	4:08.45	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	08/07/2017	Famalicão
		PINTO, Gil Goncalves, SILVA, Sergio Baptista, SANTOS, Carlos Filipe, SANTOS, Paulo Jorge				
<b>Femin., 100 - 119</b>						
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	2:01.44	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	09/07/2017	Famalicão
		FERREIRA, Ana Ribeiro, ALVES, Joana Isabel, SANTOS, Carla Sofia, OLIVEIRA, Sara Freitas				
4 x 100m	4:30.06	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	09/07/2017	Famalicão
		FERREIRA, Ana Ribeiro, SANTOS, Carla Sofia, ALVES, Joana Isabel, OLIVEIRA, Sara Freitas				
4 x 200m	59:00.00	start	POR		01/01/1800	
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	2:12.89	Ginasio Clube de Santo Tirso	POR	GCST	19/07/2019	Reguengos de Monsaraz
		SILVA, Carolina Santos, MAIA, Joana Marques, TEIXEIRA, Rute Sofia, ALMEIDA, Mariana Dias				
4 x 100m	4:57.90	Ginasio Clube de Santo Tirso	POR	GCST	21/07/2019	Reguengos de Monsaraz
		SILVA, Carolina Santos, MAIA, Joana Marques, TEIXEIRA, Rute Sofia, ALMEIDA, Mariana Dias				
<b>Misto, 100 - 119</b>						
<b>Livres Estafeta</b>						
4 x 50m	1:49.60	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	08/07/2017	Famalicão
		SANTOS, Paulo Jorge, OLIVEIRA, Sara Freitas, CARVALHO, Joao Filipe, ALVES, Joana Isabel				
4 x 100m	4:47.46	Clube Campismo Luz e Vida	POR	CCLV	21/01/2012	Coimbra
		VALENTE, Catia Marisa, SARAIVA, Joana Merca, LIMA, Tiago Miguel, CONDE, Joaquim Marcelino				
<b>Estilos Estafeta</b>						
4 x 50m	1:59.31	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	10/07/2016	Loulé
		SEVIERI, Tatiana Gama, PINTO, Gil Goncalves, OLIVEIRA, Sara Freitas, SANTOS, Paulo Jorge				
4 x 100m	5:18.01	Lisboa PoolSharks	POR	LPS	19/07/2024	Viena
		BARGADO, Catarina Isabel, SILVA, Bruno Miguel, DUARTE, Mariana Amendoeira, PEREIRA, David Piteira				