

RN A(25-29)

Masc., Esc A

Piscina curta (25m)

Livres

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

Costas

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

Bruços

50m	29.14	Angel Jose Silva	95	POR	GCP	28/01/2024	Caldas da Rainha
100m	1:02.09	Alexandre Ferreira Amorim	99	POR	VSC	13/01/2024	Águas Santas
200m	2:19.48	Pedro Miguel Silva	94	POR	ADRCIMM	18/01/2020	Vila Franca de Xira

Mariposa

50m	24.81	Carlos Lopes Pedrosa	94	POR	CAFBDP	23/11/2023	Funchal
100m	55.82	Carlos Lopes Pedrosa	94	POR	CAFBDP	20/11/2023	Funchal
200m	2:07.89	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	28/11/2015	Porto

Estilos

100m	57.99	Artiom Viatcheslavovitch Poliakov	93	POR	COL	13/04/2019	Caldas da Rainha
200m	2:04.34	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	16/05/2015	Recarei
400m	4:33.01	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	08/11/2014	Porto

Femin., Esc A

Piscina curta (25m)

Livres

50m	26.74	Adriana Daniela Castro	97	POR	LSC	27/01/2024	Caldas da Rainha
100m	58.88	Adriana Daniela Castro	97	POR	LSC	28/01/2024	Caldas da Rainha
200m	2:09.40	Bruna Martins Riesenberger	97	POR	CIRL	27/01/2024	Caldas da Rainha
400m	4:36.93	Bruna Martins Riesenberger	97	POR	CIRL	22/11/2023	Funchal
800m	9:54.80	Ana Mafalda Oliveira	81	POR	CNMAIA	25/05/2006	Ponte de Sôr
1500m	19:00.78	Carolina Santos Silva	86	POR	CNMAIA	08/11/2014	Porto

Costas

50m	31.08	Filipa Mendes Pinheiro	92	POR	SCCAM	19/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:07.01	Filipa Mendes Pinheiro	92	POR	EDV	18/01/2019	Mealhada
200m	2:25.91	Vania Soares Neves	90	POR	CFP	20/01/2019	Mealhada

Bruços

50m	33.97	Catarina Costa Sequeira	98	POR	CNLX	28/01/2023	Caldas da Rainha
100m	1:15.04	Catarina Costa Sequeira	98	POR	CNLX	29/01/2023	Caldas da Rainha
200m	2:38.13	Catarina Costa Sequeira	98	POR	CNLX	28/01/2023	Caldas da Rainha

Mariposa

50m	28.17	Adriana Daniela Castro	97	POR	LSC	26/01/2024	Caldas da Rainha
100m	1:04.69	Adriana Daniela Castro	97	POR	LSC	27/01/2024	Caldas da Rainha
200m	2:27.70	Andreia Catarina Martins	83	POR	CNMAL	13/04/2008	Inatel

Estilos

100m	1:07.80	Soraia Vanessa Ribeiro	92	POR	ESJB	06/01/2018	Mealhada
200m	2:26.69	Bruna Martins Riesenberger	97	POR	CIRL	26/01/2024	Caldas da Rainha
400m	5:18.59	Ana Monica Eloi	96	POR	CLIPTEAM	08/12/2022	Recarei

RN B(30-34)

Masc., Esc B

Piscina curta (25m)

Livres

50m	23.60	Carlos Andre Ribeiro	87	POR	AACL	20/01/2019	Mealhada
100m	50.73	Goncalo Teixeira Santos	94	POR	ANE	13/01/2024	Estoril
200m	1:54.11	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	31/01/2016	Tomar

400m	4:01.96	Pedro Miguel Pinotes	89	POR	SCP	10/12/2022	Albufeira
800m	8:27.54	Pedro Miguel Pinotes	89	POR	SCP	19/11/2023	Funchal
1500m	16:35.72	Hugo Alberto Ribeiro	88	POR	LSC	08/12/2022	Recarei
Costas							
50m	26.79	Goncalo Teixeira Santos	94	POR	ANE	27/01/2024	Caldas da Rainha
100m	56.96	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	04/06/2016	Santa Marta de Penaguião
200m	2:01.89	Adriano Miguel Niz	86	POR	GDNVNF	28/01/2017	Sines
Bruços							
50m	29.39	Bruno Daniel Monteiro	88	POR	LSC	31/05/2018	Senhora da Hora
100m	1:04.90	Bruno Daniel Monteiro	88	POR	LSC	20/01/2019	Mealhada
200m	2:19.59	Pedro Miguel Pinotes	89	POR	SCP	21/11/2023	Funchal
Mariposa							
50m	25.04	Carlos Lopes Pedrosa	94	POR	CAFBDP	26/01/2024	Caldas da Rainha
100m	55.64	Carlos Lopes Pedrosa	94	POR	CAFBDP	17/02/2024	Ponta Delgada
200m	2:07.80	Pedro Miguel Pinotes	89	POR	SCP	24/11/2023	Funchal
Estilos							
100m	58.25	Goncalo Teixeira Santos	94	POR	ANE	13/01/2024	Estoril
200m	2:05.41	Pedro Miguel Pinotes	89	POR	SCP	11/12/2022	Albufeira
400m	4:28.91	Pedro Miguel Pinotes	89	POR	SCP	04/03/2023	Sines

Femin., Esc B

Piscina curta (25m)

Livres							
50m	26.67	Sara Francisco Cruz	93	POR	ADBA	20/04/2024	Caldas da Rainha
100m	58.49	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	05/04/2003	Funchal
200m	2:06.50	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	22/03/2003	Inatel
400m	4:27.23	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	25/05/2002	Inatel
800m	9:23.38	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	26/05/2002	Inatel
1500m	18:54.87	Carolina Santos Silva	86	POR	GCST	28/10/2018	Porto
Costas							
50m	30.85	Vania Soares Neves	90	POR	VNC	27/01/2024	Caldas da Rainha
100m	1:06.52	Vania Soares Neves	90	POR	VNC	27/01/2023	Caldas da Rainha
200m	2:25.63	Vania Soares Neves	90	POR	VNC	06/02/2022	Torres Novas
Bruços							
50m	33.70	Isabel Maria Figueira	79	POR	LDC	08/01/2011	Sines
100m	1:13.31	Isabel Maria Figueira	79	POR	CNFA	30/01/2010	Mealhada
200m	2:46.84	Diana Duarte Gomes	89	POR	CWP	05/02/2022	Torres Novas
Mariposa							
50m	27.98	Sara Francisco Cruz	93	POR	ADBA	26/01/2024	Caldas da Rainha
100m	1:03.89	Sara Francisco Cruz	93	POR	ADBA	27/01/2024	Caldas da Rainha
200m	2:25.78	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	01/06/2003	Anadia
Estilos							
100m	1:08.44	Tatiana Gama Sevieri	84	POR	FCP	11/11/2016	Maldonado (URU)
200m	2:27.16	Vania Soares Neves	90	POR	VNC	26/01/2024	Caldas da Rainha
400m	5:07.66	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	31/05/2003	Anadia

RN C(35-39)

Masc., Esc C

Piscina curta (25m)

Livres							
50m	24.26	Eduardo Ferreira Sevieri	84	POR	FCP	19/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	52.38	Pedro Miguel Silva	76	POR	CFV	26/01/2013	Felgueiras
200m	1:54.01	Pedro Miguel Silva	76	POR	CFV	30/01/2011	Ponte de Sor
400m	4:06.32	Pedro Miguel Silva	76	POR	CFV	29/01/2011	Ponte de Sor
800m	9:14.03	Rui Fonseca Vaz	71	POR	CNCVG	13/05/2007	Inatel
1500m	18:09.40	Francisco Zamith Passos	83	POR	GDNFAMA	08/12/2022	Recarei
Costas							
50m	25.08	Ricardo Andre Leal	85	POR	FCP	03/12/2023	Lousada
100m	57.64	Adriano Niz	86	POR	GDNFAMA	21/11/2023	Funchal
200m	2:04.67	Adriano Niz	86	POR	GDNFAMA	23/11/2023	Funchal

Bruços							
50m	29.72	Rui Manuel Ribeiro	82	POR	ADF	21/01/2018	Vila Franca de Xira
100m	1:05.92	Jaime Marques Duarte	87	POR	LPS	29/01/2023	Caldas da Rainha
200m	2:24.93	Diego Felipe Santos	87	POR	CDN	21/11/2023	Funchal
Mariposa							
50m	26.08	Fabio Manuel Pereira	86	POR	CFV	26/01/2024	Caldas da Rainha
100m	59.03	Fabio Manuel Pereira	86	POR	CFV	28/01/2024	Caldas da Rainha
200m	2:08.27	Eduardo Ferreira Sevieri	84	POR	FCP	19/01/2020	Vila Franca de Xira
Estilos							
100m	59.93	Ricardo Amorim Rego	84	POR	LSC	19/01/2019	Mealhada
200m	2:08.46	Eduardo Ferreira Sevieri	84	POR	FCP	17/01/2020	Vila Franca de Xira
400m	4:33.58	Eduardo Ferreira Sevieri	84	POR	FCP	01/12/2021	Rio de Janeiro (BRA)
Femin., Esc C							
Livres							
50m	27.63	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	20/03/2004	Hürth (GER)
100m	59.37	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	25/01/2004	Desenzano (ITA)
200m	2:07.69	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	08/05/2004	Freiburg (GER)
400m	4:30.30	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	18/04/2004	Palma Maiorca (ESP)
800m	9:33.68	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	26/05/2006	Ponte de Sôr
1500m	20:33.67	Patricia Diogenes Pereira	69	POR	CFBE		San Lorenzo (ESP)
Costas							
50m	32.59	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	03/04/2006	Palma de Maiorca (ESP)
100m	1:09.91	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	19/02/2005	Caldas da Rainha
200m	2:33.17	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	05/02/2006	Inatel
Bruços							
50m	33.84	Isabel Maria Figueira	79	POR	CNFA	20/01/2018	Vila Franca de Xira
100m	1:14.91	Isabel Maria Figueira	79	POR	CNFA	21/01/2018	Vila Franca de Xira
200m	2:53.31	Maria Sofia Martins	84	POR	CFP	03/12/2023	Lousada
Mariposa							
50m	29.54	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	16/01/2015	Funchal
100m	1:06.87	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	17/01/2015	Funchal
200m	2:26.45	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	05/02/2006	Inatel
Estilos							
100m	1:09.68	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	16/01/2015	Funchal
200m	2:27.95	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	04/02/2006	Inatel
400m	5:10.65	Ana Paula Grilo	69	POR	UDCA	10/06/2005	Ponte da Barca
RN D(40-44)							
Masc., Esc D							
Livres							
50m	24.19	Miguel Alexandre Machado	75	POR	CFP	26/10/2019	Sheffield (GBR)
100m	52.90	Miguel Alexandre Machado	75	POR	INDANP	28/10/2016	Sheffield (GBR)
200m	2:04.25	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	14/04/2007	Inatel
400m	4:26.18	David Oliveira Gorgulho	82	POR	CNLA	24/04/2022	Sines
800m	9:33.32	Ricardo Regufe Ferreira	80	POR	CFP	19/11/2023	Funchal
1500m	18:24.49	Francisco Zamith Passos	83	POR	GCST	03/12/2023	Lousada
Costas							
50m	27.81	Miguel Alexandre Machado	75	POR	INDANP	30/10/2016	Sheffield (GBR)
100m	1:01.68	Nuno Filipe Laurentino	75	POR	SAD	29/01/2017	Sines
200m	2:11.78	Mario Moura Carvalho	78	POR	FCP	18/01/2020	Vila Franca de Xira
Bruços							
50m	30.61	Vasco Jorge Rosario	76	POR	SAD	05/02/2017	Palma de Mallorca (ESP)
100m	1:05.21	Vasco Jorge Rosario	76	POR	SAD	04/02/2017	Palma de Mallorca (ESP)
200m	2:22.69	Vasco Jorge Rosario	76	POR	SAD	02/02/2017	Palma de Mallorca (ESP)
Mariposa							
50m	26.64	Rodrigo Martins Alves	80	POR	ANE	17/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:00.03	Joao Miguel Santos	81	POR	CNL	28/01/2024	Caldas da Rainha

200m	2:22.74	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SFP	23/06/2001	Inatel
Estilos							
100m	1:01.12	Nuno Filipe Laurentino	75	POR	SAD	28/01/2017	Sines
200m	2:17.46	Joao Miguel Santos	81	POR	CNL	20/04/2024	Caldas da Rainha
400m	5:02.24	Andre Barbosa Vicente	77	POR	SCP	07/03/2020	Sines
Femin., Esc D							
Livres							
50m	27.72	Isabel Maria Figueira	79	POR	CNFA	19/01/2019	Mealhada
100m	1:00.63	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	20/01/2019	Mealhada
200m	2:15.77	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	19/01/2019	Mealhada
400m	4:49.44	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	18/01/2019	Mealhada
800m	10:17.00	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	26/11/2016	Funchal
1500m	19:28.04	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	26/11/2016	Funchal
Costas							
50m	33.09	Ana Paula Grilo	69	POR	INDALEN	16/05/2010	Ponte da Barca
100m	1:11.91	Ana Paula Grilo	69	POR	INDALEN	20/03/2010	Lisboa
200m	2:39.07	Ana Paula Grilo	69	POR	INDALEN	20/11/2010	Penafiel
Bruços							
50m	33.16	Isabel Maria Figueira	79	POR	CNFA	19/01/2019	Mealhada
100m	1:14.18	Isabel Maria Figueira	79	POR	CNFA	20/01/2019	Mealhada
200m	2:53.36	Maria Sofia Martins	84	POR	CFP	27/01/2024	Caldas da Rainha
Mariposa							
50m	29.58	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	19/01/2018	Vila Franca de Xira
100m	1:05.90	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	18/01/2020	Vila Franca de Xira
200m	2:39.67	Ana Paula Grilo	69	POR	INDALEN	20/11/2010	Penafiel
Estilos							
100m	1:10.83	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	06/05/2017	Funchal
200m	2:30.13	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	19/01/2018	Vila Franca de Xira
400m	5:32.53	Ana Paula Grilo	69	POR	CNBE	25/02/2012	Blackpool (GBR)

RN E(45-49)

Masc., Esc E							
Livres							
50m	24.29	Miguel Alexandre Machado	75	POR	CLIPTEAM	21/11/2023	Funchal
100m	53.64	Miguel Alexandre Machado	75	POR	CLIPTEAM	23/11/2023	Funchal
200m	2:03.65	Miguel Alexandre Machado	75	POR	CLIPTEAM	08/12/2022	Recarei
400m	4:19.65	Jose Carlos Freitas	63	POR	CFP	29/01/2011	Ponte de Sor
400m	4:19.65	Jose Carlos Freitas	63	POR	CFP	29/01/2011	Ponte de Sor
800m	9:20.89	Jose Carlos Freitas	63	POR	CFP	25/03/2012	Vigo (ESP)
800m	9:20.89	Jose Carlos Freitas	63	POR	CFP	25/03/2012	Vigo (ESP)
1500m	17:33.84	Jose Carlos Freitas	63	POR	CFP	25/03/2012	Vigo (ESP)
1500m	17:33.84	Jose Carlos Freitas	63	POR	CFP	25/03/2012	Vigo (ESP)
Costas							
50m	27.65	Miguel Alexandre Machado	75	POR	CLIPTEAM	28/01/2023	Caldas da Rainha
100m	1:00.69	Mario Moura Carvalho	78	POR	FCP	03/12/2023	Lousada
200m	2:10.70	Mario Carvalho	78	POR	FCP	23/11/2023	Funchal
Bruços							
50m	31.71	Rodolfo Pereira Nunes	73	POR	INDNP	17/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:10.35	Rodolfo Pereira Nunes	73	POR	INDNP	20/01/2019	Mealhada
200m	2:38.17	Rodrigo Marques Costa	76	POR	CNLA	05/02/2022	Torres Novas
Mariposa							
50m	27.31	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	30/05/2009	Inatel
50m	27.31	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	30/05/2009	Inatel
100m	1:00.13	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	31/05/2009	Lisboa
100m	1:00.13	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	31/05/2009	Lisboa
200m	2:19.13	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	21/02/2010	Lisboa
200m	2:19.13	Jorge Eduardo Faria	64	POR	ANE	21/02/2010	Lisboa

Estilos

100m	1:01.87	Miguel Alexandre Machado	75	POR	CLIPTEAM	19/11/2023	Funchal
200m	2:19.22	Miguel Alexandre Machado	75	POR	CLIPTEAM	30/10/2022	Sheffield (GBR)
400m	5:14.57	Paulo Paula Carvalho	61	POR	EMDS	22/12/2008	Inatel
400m	5:14.57	Paulo Paula Carvalho	61	POR	EMDS	22/12/2008	Inatel

Femin., Esc E

Livres

50m	28.03	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	21/11/2023	Funchal
100m	1:02.58	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	23/11/2023	Funchal
200m	2:23.57	Carla Santa Barbara	75	POR	FCP	18/01/2020	Vila Franca de Xira
400m	5:03.00	Ana Paula Grilo	69	POR	NDCO	26/01/2014	Mealhada
800m	10:48.71	Patricia Diogenes Pereira	69	POR	SAD	19/02/2015	Pontevedra (ESP)
1500m	20:28.21	Patricia Diogenes Pereira	69	POR	SAD	28/11/2015	Porto

Costas

50m	33.57	Natacha Alexandra Sousa	72	POR	CFP	13/05/2017	Senhora da Hora
100m	1:14.82	Gisela Barbosa Coutinho	75	POR	CFP	26/01/2024	Caldas da Rainha
200m	2:43.05	Gisela Barbosa Coutinho	75	POR	FCP	18/01/2020	Vila Franca de Xira

Bruços

50m	38.79	Joana Manuel Freitas	78	POR	CFP	27/01/2024	Caldas da Rainha
100m	1:24.78	Catarina Andrade Alves	78	POR	CNF	24/11/2023	Funchal
200m	3:07.86	Catarina Andrade Alves	78	POR	CNF	27/01/2024	Caldas da Rainha

Mariposa

50m	30.11	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	23/11/2023	Funchal
100m	1:06.70	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	20/11/2023	Funchal
200m	2:42.49	Joana Isabel Arantes	72	POR	CMBCP	21/01/2018	Vila Franca de Xira

Estilos

100m	1:09.54	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	19/11/2023	Funchal
200m	2:35.09	Susana Clara Gomes	77	POR	CNF	27/01/2023	Caldas da Rainha
400m	5:54.12	Ana Paula Grilo	69	POR	NDCO	26/04/2014	Leiria

RN F(50-54)

Masc., Esc F

Livres

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

Costas

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

Bruços

50m	33.00	Rodolfo Pereira Nunes	73	POR	INDANNP	28/01/2024	Caldas da Rainha
100m	1:12.73	Jose Samuel Duarte	65	POR	SCP	22/04/2017	Caldas da Rainha
200m	2:39.50	Jose Samuel Duarte	65	POR	SCP	29/03/2015	Algés

Mariposa

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

Estilos

100m	1:05.00	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	25/01/2014	Mealhada
200m	2:22.63	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	26/01/2014	Mealhada
400m	5:29.30	Jose Samuel Duarte	65	POR	SCP	28/11/2015	Porto

Femin., Esc F

Livres

50m	28.84	Rita Lopes Fernandes	72	POR	FCP	21/11/2023	Funchal
-----	-------	----------------------	----	-----	-----	------------	---------

Piscina curta (25m)

Piscina curta (25m)

Piscina curta (25m)

100m	1:09.02	Isabel Baptista Ferreira	67	POR	ADRCIMM	08/04/2017	Algés
200m	2:29.91	Ana Paula Grilo	69	POR	NDCO	08/02/2020	Tomar
400m	5:11.44	Maria Luisa Costa	74	POR	CFP	26/01/2024	Caldas da Rainha
800m	11:05.37	Ana Paula Grilo	69	POR	NDCO	16/11/2019	Pacos de Ferreira
1500m	20:48.64	Ana Paula Grilo	69	POR	NDCO	16/11/2019	Pacos de Ferreira
Costas							
50m	34.67	Monica Anjos Rezende	69	POR	FCP	20/01/2019	Mealhada
100m	1:17.09	Monica Anjos Rezende	69	POR	FCP	18/01/2019	Mealhada
200m	2:50.10	Isabel Baptista Ferreira	67	POR	ADRCIMM	18/01/2020	Vila Franca de Xira
Bruços							
50m	40.47	Maria Ines Cunha	72	POR	CGA	05/05/2024	Penafiel
100m	1:28.70	Sarah Coutts	67	POR	ANE	07/03/2020	Sines
200m	3:10.13	Maria Helena Carmo	66	POR	SAD	28/01/2017	Sines
Mariposa							
50m	33.21	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	CNFA	30/04/2011	Palma Maiorca (ESP)
100m	1:15.76	Joana Isabel Arantes	72	POR	CMBCP	25/06/2023	Algés
200m	2:56.06	Joana Isabel Arantes	72	POR	CMBCP	29/01/2023	Caldas da Rainha
Estilos							
100m	1:17.33	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	CNFA	01/05/2011	Palma Maiorca (ESP)
200m	2:48.74	Maria Helena Carmo	66	POR	SAD	19/01/2018	Vila Franca de Xira
400m	6:12.27	Ana Paula Grilo	69	POR	NDCO	11/01/2020	Aguas Santas

RN G(55-59)

Masc., Esc G

Piscina curta (25m)

Livres

50m	26.25	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	20/01/2019	Mealhada
100m	57.72	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	06/04/2019	Algés
200m	2:06.91	Jose Carlos Freitas	63	POR	INDNP	20/01/2019	Mealhada
400m	4:25.70	Jose Carlos Freitas	63	POR	INDNP	18/01/2019	Mealhada
800m	9:34.13	Jose Carlos Freitas	63	POR	INDANP	16/11/2019	Pacos de Ferreira
1500m	18:03.28	Jose Carlos Freitas	63	POR	INDNP	28/10/2018	Porto

Costas

50m	29.98	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	19/01/2019	Mealhada
100m	1:10.70	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	18/01/2019	Mealhada
200m	2:31.57	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	19/01/2019	Mealhada

Bruços

50m	33.74	Jose Samuel Duarte	65	POR	SCP	17/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:14.31	Jose Samuel Duarte	65	POR	SCP	19/01/2020	Vila Franca de Xira
200m	2:41.09	Jose Samuel Duarte	65	POR	SCP	18/01/2020	Vila Franca de Xira

Mariposa

50m	27.63	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	02/03/2019	Sines
100m	1:01.41	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	06/04/2019	Algés
200m	2:27.46	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	20/01/2018	Vila Franca de Xira

Estilos

100m	1:07.56	Jorge Eduardo Faria	64	POR	SAD	19/01/2019	Mealhada
200m	2:32.75	Jose Carlos Freitas	63	POR	INDNP	18/01/2019	Mealhada
400m	5:35.57	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SFUAP	03/04/2016	Benedita

Femin., Esc G

Piscina curta (25m)

Livres

50m	31.26	Isabel Baptista Ferreira	67	POR	ADRCIMM	10/12/2022	Albufeira
100m	1:09.88	Isabel Baptista Ferreira	67	POR	ADRCIMM	11/12/2022	Albufeira
200m	2:33.38	Isabel Baptista Ferreira	67	POR	ADRCIMM	28/01/2023	Caldas da Rainha
400m	5:22.20	Isabel Baptista Ferreira	67	POR	ADRCIMM	26/01/2024	Caldas da Rainha
800m	12:49.51	Ana Maria Ferreira	56	POR	UDCA	18/11/2006	Inatel
1500m	59:00.00	start		POR			

Costas

50m	35.75	Isabel Baptista Ferreira	67	POR	ADRCIMM	29/01/2023	Caldas da Rainha
-----	-------	--------------------------	----	-----	---------	------------	------------------

100m	1:19.42	Elena Nikolaevna Kraeva	61	POR	ADRCIMM	30/01/2016	Tomar
200m	2:53.12	Elena Nikolaevna Kraeva	61	POR	ADRCIMM	21/01/2018	Vila Franca de Xira
Bruços							
50m	41.29	Maria Teresa Andrade	63	POR	FCP	17/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:30.79	Maria Helena Carmo	66	POR	INDANL	09/03/2024	Sines
200m	3:23.36	Maria Teresa Andrade	63	POR	FCP	18/01/2020	Vila Franca de Xira
Mariposa							
50m	34.00	Isabel Baptista Ferreira	67	POR	ADRCIMM	11/12/2022	Albufeira
100m	1:20.49	Isabel Baptista Ferreira	67	POR	ADRCIMM	28/01/2023	Caldas da Rainha
200m	3:35.07	Eugenia Maria Cunha	62	POR	AAC	22/04/2017	Caldas da Rainha
Estilos							
100m	1:20.05	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	CNFA	21/01/2018	Vila Franca de Xira
200m	3:01.29	Elena Nikolaevna Kraeva	61	POR	ADRCIMM	30/01/2016	Tomar
400m	7:26.86	Ana Maria Ferreira	50	POR	SFP	26/05/2006	Ponte de Sôr

RN H(60-64)

Masc., Esc H							Piscina curta (25m)
Livres							
50m	28.38	Jose Carlos Freitas	63	POR	CNLA	29/01/2023	Caldas da Rainha
100m	1:01.31	Jose Carlos Freitas	63	POR	CNLA	28/01/2023	Caldas da Rainha
200m	2:14.14	Jose Carlos Freitas	63	POR	CLIPTEAM	20/11/2023	Funchal
400m	4:40.55	Jose Carlos Freitas	63	POR	CNLA	04/03/2023	Sines
800m	9:46.74	Jose Carlos Freitas	63	POR	CLIPTEAM	19/11/2023	Funchal
1500m	18:52.76	Jose Carlos Freitas	63	POR	CLIPTEAM	03/12/2023	Lousada
Costas							
50m	32.58	Jorge Eduardo Faria	64	POR	CNLA	09/03/2024	Sines
100m	1:11.11	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	26/01/2024	Caldas da Rainha
200m	2:38.20	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	19/03/2023	Évora
Bruços							
50m	35.39	Nuno Silva Lobo	63	POR	CFP	28/01/2024	Caldas da Rainha
100m	1:19.52	Jose Miguel Barroso	62	POR	CFP	30/04/2022	Caldas da Rainha
200m	2:58.10	Jose Miguel Barroso	62	POR	CFP	28/01/2023	Caldas da Rainha
Mariposa							
50m	29.93	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	26/01/2024	Caldas da Rainha
100m	1:06.37	Jorge Eduardo Faria	64	POR	CNLA	28/01/2024	Caldas da Rainha
200m	2:35.05	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	28/01/2023	Caldas da Rainha
Estilos							
100m	1:13.23	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	28/01/2023	Caldas da Rainha
200m	2:42.45	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	11/12/2021	Albufeira
400m	5:45.27	Paulo Paula Carvalho	61	POR	SCP	25/04/2022	Valongo
Femin., Esc H							Piscina curta (25m)
Livres							
50m	32.87	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	LAGAC	28/01/2023	Caldas da Rainha
100m	1:15.96	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	LAGAC	04/03/2023	Sines
200m	2:54.01	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	29/01/2011	Ponte de Sor
400m	6:01.46	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	29/01/2012	Tomar
800m	12:42.30	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	27/02/2011	Lisboa
1500m	24:36.53	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	08/11/2014	Porto
Costas							
50m	39.42	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	LAGAC	29/01/2023	Caldas da Rainha
100m	1:24.13	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	LAGAC	27/01/2023	Caldas da Rainha
200m	3:30.25	Rita Cabral Guimaraes	64	POR	CFP	28/01/2024	Caldas da Rainha
Bruços							
50m	43.26	Ana Moura Relvas	56	POR	AAC	30/01/2016	Tomar
100m	1:36.44	Maria Teresa Andrade	63	POR	FCP	29/01/2023	Caldas da Rainha
200m	3:36.25	Maria Teresa Andrade	63	POR	FCP	28/01/2023	Caldas da Rainha
Mariposa							
50m	36.03	Elena Alarcon Gamonal	61	POR	LAGAC	27/01/2023	Caldas da Rainha

100m	1:33.55	Eugenia Maria Cunha	62	POR	AAC	25/06/2023	Algés
200m	3:48.34	Eugenia Maria Cunha	62	POR	AAC	28/01/2024	Caldas da Rainha
Estilos							
100m	1:20.84	Elena Alarcon Garmonal	61	POR	GCNF	06/02/2022	Torres Novas
200m	3:22.33	Maria Teresa Andrade	63	POR	FCP	27/01/2023	Caldas da Rainha
400m	7:18.48	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	27/02/2011	Lisboa

RN I(65-69)

Masc., Esc I

Livres

50m	30.65	Vitor Manuel Mavioso	56	POR	SAD	10/12/2022	Albufeira
100m	1:08.21	Vitor Manuel Mavioso	56	POR	SAD	11/12/2022	Albufeira
200m	2:32.43	Vitor Manuel Mavioso	56	POR	INDANL	28/01/2024	Caldas da Rainha
400m	5:27.24	Vitor Manuel Mavioso	56	POR	SAD	10/12/2022	Albufeira
800m	11:54.54	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	27/02/2011	Lisboa
1500m	22:36.53	Alberto Vaz Correia	55	POR	FS	04/12/2021	Paços de Ferreira

Costas

50m	38.26	Luis Cavaleiro Madeira	57	POR	SAD	28/01/2023	Caldas da Rainha
100m	1:21.35	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	21/04/2011	Lisboa
200m	2:57.17	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	20/06/2010	Lisboa

Bruços

50m	39.98	Joaquim Fidalgo Freitas	47	POR	AAC	26/01/2014	Mealhada
100m	1:29.34	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	16/05/2010	Ponte da Barca
200m	3:18.46	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	26/02/2011	Lisboa

Mariposa

50m	35.13	Vitor Manuel Mavioso	56	POR	SAD	21/05/2023	Leiria
100m	1:20.21	Orlando Gomes Bairrada	45	POR	ANE	05/04/2008	Caldas da Rainha
200m	3:05.18	Orlando Gomes Bairrada	45	POR	ANE	20/06/2010	Lisboa

Estilos

100m	1:20.82	Vitor Manuel Mavioso	56	POR	SAD	11/12/2022	Albufeira
200m	2:54.59	Vitor Manuel Mavioso	56	POR	SAD	22/04/2023	Caldas da Rainha
400m	6:26.02	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	18/06/2010	Lisboa

Femin., Esc I

Livres

50m	36.20	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	08/04/2017	Algés
100m	1:21.75	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	29/03/2015	Alges
200m	2:57.96	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	16/04/2016	Caldas da Rainha
400m	6:06.65	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	04/03/2017	Sines
800m	12:59.57	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	28/11/2015	Porto
1500m	24:30.19	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	28/11/2015	Porto

Costas

50m	46.14	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	29/03/2015	Algés
100m	1:42.96	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	28/01/2017	Sines
200m	3:46.86	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	03/04/2016	Benedita

Bruços

50m	45.70	Ana Moura Relvas	56	POR	AAC	05/02/2022	Torres Novas
100m	1:46.75	Ana Moura Relvas	56	POR	AAC	14/01/2023	Águas Santas
200m	3:52.92	Luisa Maria Pintao	54	POR	ANE	18/01/2020	Vila Franca de Xira

Mariposa

50m	45.06	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	01/12/2018	Caldas da Rainha
100m	1:45.49	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	05/03/2016	Sines
200m	3:47.45	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	23/04/2016	Badajoz (ESP)

Estilos

100m	1:38.61	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	05/03/2016	Sines
200m	3:32.53	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	16/04/2016	Caldas da Rainha
400m	7:32.09	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	03/04/2016	Benedita

RN J(70-74)

Masc., Esc J

Livres

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

Costas

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

Bruços

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

Mariposa

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

Estilos

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

Femin., Esc J

Livres

50m	38.46	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	09/02/2020	Tomar
100m	1:27.74	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	29/01/2023	Caldas da Rainha
200m	3:09.01	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	07/03/2020	Sines
400m	6:23.87	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	07/03/2020	Sines
800m	15:22.92	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	11/11/2017	Badajoz (JPN)
1500m	59:00.00	start		POR			

Costas

50m	49.36	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	09/02/2020	Tomar
100m	1:50.20	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	25/06/2023	Algés
200m	4:59.45	Nair Gomes Sa	39	POR	SFP	19/04/2009	Lisboa

Bruços

50m	48.36	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	28/04/2018	Plan-les-Ouates (SUI)
100m	1:45.73	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	28/04/2018	Plan-les-Ouates (SUI)
200m	3:55.98	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	09/12/2017	Caldas da Rainha

Mariposa

50m	49.86	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	04/03/2023	Sines
100m	1:52.86	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	09/02/2020	Tomar
200m	3:58.89	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	09/02/2020	Tomar

Estilos

100m	1:43.31	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	09/02/2020	Tomar
200m	3:54.03	Ana Maria Ferreira	50	POR	SAD	27/01/2023	Caldas da Rainha
400m	59:00.00	start		POR			

RN K(75-79)

Masc., Esc K

Livres

50m	35.29	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	19/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:22.09	Stephen Thomas Dyson	47	POR	SAD	11/12/2022	Albufeira
200m	3:04.06	Stephen Thomas Dyson	47	POR	SAD	11/12/2022	Albufeira

Piscina curta (25m)

400m	6:23.33	Stephen Thomas Dyson	47	POR	SAD	10/12/2022	Albufeira
800m	59:00.00	start		POR			
1500m	59:00.00	start		POR			
Costas							
50m	44.01	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	19/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	1:31.92	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	07/03/2020	Sines
200m	3:23.24	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	18/01/2020	Vila Franca de Xira
Bruços							
50m	44.47	Leonel Sousa Gomes	30	POR	SFP	12/06/2005	Ponte da Barca
100m	1:40.76	Leonel Sousa Gomes	30	POR	INATEL	18/06/2005	Inatel
200m	3:44.78	Leonel Sousa Gomes	30	POR	SFP	11/06/2005	Ponte da Barca
Mariposa							
50m	44.56	Stephen Thomas Dyson	47	POR	SAD	11/12/2022	Albufeira
100m	1:58.39	Stephen Thomas Dyson	47	POR	SAD	10/12/2022	Albufeira
200m	59:00.00	start		POR			
Estilos							
100m	1:30.37	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	07/03/2020	Sines
200m	3:48.42	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	27/01/2023	Caldas da Rainha
400m	7:18.18	Antonio Bessone Basto	45	POR	SAD	07/03/2020	Sines
Femin., Esc K							
Livres							
50m	42.26	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	02/03/2019	Sines
100m	1:36.29	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	06/04/2019	Algés
200m	3:28.77	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	18/01/2019	Mealhada
400m	7:11.81	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	18/01/2019	Mealhada
800m	59:00.00	start		POR			
1500m	59:00.00	start		POR			
Costas							
50m	55.89	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	19/01/2020	Vila Franca de Xira
100m	2:08.60	Isabel Maria Raimundo	40	POR	SAD	21/02/2015	Pontevedra (ESP)
200m	5:11.80	Nair Gomes Sa	39	POR	ANE	01/12/2018	Caldas da Rainha
Bruços							
50m	52.16	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	06/04/2019	Algés
100m	1:55.81	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	06/04/2019	Algés
200m	4:07.05	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	18/01/2020	Vila Franca de Xira
Mariposa							
50m	1:00.25	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	18/01/2019	Mealhada
100m	59:00.00	start		POR			
200m	59:00.00	start		POR			
Estilos							
100m	2:12.95	Isabel Maria Raimundo	40	POR	SAD	16/01/2015	Funchal
200m	4:00.92	Luisa Bessone Basto	44	POR	SAD	13/04/2019	Caldas da Rainha
400m	59:00.00	start		POR			

Piscina curta (25m)

RN L(80-84)

Masc., Esc L							
Livres							
50m	42.02	Leonel Sousa Gomes	30	POR	AAC	31/01/2010	Mealhada
100m	1:38.75	Leonel Sousa Gomes	30	POR	AAC	30/01/2010	Mealhada
200m	3:55.06	Leonel Sousa Gomes	30	POR	AAC	30/01/2011	Ponte de Sor
400m	9:18.14	Antonio Alexandre Rodrigues	39	POR	AAC	18/01/2019	Mealhada
800m	59:00.00	start		POR			
1500m	59:00.00	start		POR			
Costas							
50m	55.98	Leonel Sousa Gomes	30	POR	AAC	31/01/2010	Mealhada
100m	2:06.59	Leonel Sousa Gomes	30	POR	AAC	30/01/2010	Mealhada
200m	5:34.15	Joao Rodrigues Teixeira	37	POR	AAC	08/02/2020	Tomar

Piscina curta (25m)

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

Piscina curta (25m)

RN M(85-89)

Masc., Esc M							
Livres							
50m	46.61	Jose Vicente Moura	37	POR	SAD	29/01/2023	Caldas da Rainha
100m	1:48.22	Jose Vicente Moura	37	POR	SAD	30/04/2022	Caldas da Rainha
200m	5:15.81	Joao Rodrigues Teixeira	37	POR	AAC	04/02/2022	Torres Novas
400m	10:39.47	Joao Rodrigues Teixeira	37	POR	AAC	04/02/2022	Torres Novas
800m	59:00.00	start		POR			
1500m	59:00.00	start		POR			
Costas							
50m	1:14.03	Leonel Sousa Gomes	30	POR	SAD	28/01/2017	Sines
100m	2:39.20	Joao Rodrigues Teixeira	37	POR	AAC	04/02/2022	Torres Novas
200m	59:00.00	start		POR			
Bruços							
50m	1:05.05	Antonio Poiares Baptista	27	POR	AAC	26/01/2014	Mealhada
100m	2:34.03	Leonel Sousa Gomes	30	POR	SAD	11/04/2015	Caldas da Rainha
200m	6:09.33	Joao Rodrigues Teixeira	37	POR	AAC	05/02/2022	Torres Novas
Mariposa							
50m	59:00.00	start		POR			
100m	59:00.00	start		POR			

Piscina curta (25m)

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

Femin., Esc M

Piscina curta (25m)

Livres

50m	1:23.22	Nair Gomes Sa	39	POR	ANE	27/01/2024	Caldas da Rainha
100m	59:00.00	start		POR			
200m	59:00.00	start		POR			
400m	59:00.00	start		POR			
800m	59:00.00	start		POR			
1500m	59:00.00	start		POR			

Costas

50m	1:09.35	Nair Gomes Sa	39	POR	ANE	28/01/2024	Caldas da Rainha
100m	2:40.54	Nair Gomes Sa	39	POR	ANE	13/01/2024	Estoril
200m	59:00.00	start		POR			

Bruços

50m	1:24.73	Nair Gomes Sa	39	POR	ANE	27/01/2024	Caldas da Rainha
100m	3:15.22	Nair Gomes Sa	39	POR	ANE	28/01/2024	Caldas da Rainha
200m	59:00.00	start		POR			

Mariposa

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

Estilos

100m	3:10.95	Nair Gomes Sa	39	POR	ANE	28/01/2024	Caldas da Rainha
200m	59:00.00	start		POR			
400m	59:00.00	start		POR			

RN N(90-94)

Masc., Esc N

Piscina curta (25m)

Livres

50m	1:04.21	Antonio Poiares Baptista	27	POR	AAC	29/01/2017	Sines
100m	59:00.00						
200m	59:00.00						
400m	59:00.00						

Costas

50m	1:45.09	Virgilio Zacarias Costa	31	POR	AAC	04/02/2022	Torres Novas
100m	59:00.00						

Bruços

50m	1:15.63	Antonio Poiares Baptista	27	POR	AAC	07/01/2017	Mealhada
200m	59:00.00						

Femin., Esc N

Piscina curta (25m)

Livres

50m	59:00.00
100m	59:00.00

Costas

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

Bruços

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

RN O(95-99)

Masc., Esc O

Piscina curta (25m)

Livres

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

Costas

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

Bruços

50m	59:00.00						
100m	59:00.00						

Femin., Esc O

Piscina curta (25m)

Livres

50m	59:00.00						
100m	59:00.00						

Costas

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

Bruços

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

RN 1(100-119)

Masc., Cat 1

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:37.86	Clube Fluvial Vilacondense	POR	CFV	31/01/2009	Torres Novas
4 x 100m	3:57.64	Clube Nautico Academico de Coimbra	POR	CNAC	23/01/2005	Pedrulha
4 x 200m	8:35.28	Clube de Natacao de Valongo	POR	CNV	05/05/2024	Penafiel

Frederico Renato Sousa, Nuno Henrique Guimaraes, Humberto Fernandes Felgueiras, Diogo Ferreira Neves

Estilos Estafeta

4 x 50m	1:50.46	Clube de Natacao de Valongo	POR	CNV	28/01/2024	Caldas da Rainha
		Nuno Henrique Guimaraes, Frederico Renato Sousa, Humberto Fernandes Felgueiras, Diogo Ferreira Neves				
4 x 100m	4:30.69	Clube Nautico Academico de Coimbra	POR	CNAC	23/01/2005	Pedrulha

Femin., Cat 1

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:55.08	Clube de Instrucao e Recreio do Larar	POR	CIRL	27/01/2024	Caldas da Rainha
		Cristiana Silva Ulpiano, Soraia Guerra Rolim, Carolina Saraiva Pires, Bruna Martins Riesenberger				
4 x 100m	4:34.24	Clube Propaganda da Natacao	POR	CPN	28/04/2018	Senhora da Hora
		Carolina Santos Silva, Joana Marques Maia, Ana Catarina Reis, Joana Catarina Martins				
4 x 200m	59:00.00					

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:08.96	Ginasio Clube de Santo Tirso	POR	GCST	20/01/2019	Mealhada
		Carolina Santos Silva, Joana Marques Maia, Rute Sofia Teixeira, Mariana Dias Almeida				
4 x 100m	5:03.80	Clube de Natacao da Maia	POR	CNMAIA	08/11/2014	Porto
		Carolina Santos Silva, Catia Santos Ramalho, Rita Claudia Fougo, Ana Mafalda Oliveira				

Misto, Cat 1

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:46.56	Clube de Instrucao e Recreio do Larar	POR	CIRL	28/01/2024	Caldas da Rainha
		Daniel Filipe Cazeiro, Carolina Saraiva Pires, Bruna Martins Riesenberger, Ricardo Nuno Estevens				
4 x 100m	4:10.13	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	08/12/2022	Recarei
		Joao Duarte Marafona, Ines Sousa Lemos, Pedro Fragoso Lopes, Rita Fernandes Leitao				
4 x 200m	59:00.00					

Estilos Estafeta

4 x 50m	1:56.69	Clube de Natacao de Lisboa	POR	CNLX	28/01/2023	Caldas da Rainha
		Ana Raquel Ferreira, Catarina Costa Sequeira, Rodrigo Serra Farias, Andre Filipe Carocha				
4 x 100m	4:32.14	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	08/12/2022	Recarei
		Irina Filipa Lousa, Sergio Baptista Silva, Pedro Fragoso Lopes, Rita Fernandes Leitao				

RN 2(120-159)

Masc., Cat 2

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:37.86	Clube Fluvial Vilacondense	POR	CFV	25/04/2013	Vila do Conde
Pedro Miguel Silva, Henrique Pereira Neiva, Fabio Manuel Pereira, Carlos Alberto Cardoso						
4 x 100m	3:52.28	Clube de Natacao do Litoral Alentejan	POR	CNLA	02/04/2016	Algés
Ivo Andre Margarido, Jaime Fernando Costa, Mauro Santos Inacio, Rodrigo Marques Costa						
4 x 200m	9:11.39	Fundacao Salesianos	POR	FS	23/03/2019	Estoril

Estilos Estafeta

4 x 50m	1:49.72	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalicao	POR	GDNVNF	16/05/2015	Recarei
Fabio Manuel Pereira, Henrique Pereira Neiva, Pedro Miguel Silva, Carlos Alberto Cardoso						
4 x 100m	4:28.06	Clube Futebol Benfica	POR	CFBE	17/03/2007	Vila Franca de Xira

Femin., Cat 2

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:54.52	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	27/01/2024	Caldas da Rainha
Marta Vieira Marinho, Irina Filipa Lousa, Sara Freitas Oliveira, Joana Aguiar Rodrigues						
4 x 100m	4:34.00	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	08/11/2014	Porto
Ines Maria Rothes, Maria Luisa Costa, Maria Sofia Martins, Natacha Alexandra Sousa						
4 x 200m	59:00.00					

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:08.59	Ginasio Clube de Santo Tirso	POR	GCST	18/01/2020	Vila Franca de Xira
Carolina Santos Silva, Joana Marques Maia, Rute Sofia Teixeira, Mariana Dias Almeida						
4 x 100m	4:57.73	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	08/11/2014	Porto
Natacha Alexandra Sousa, Maria Sofia Martins, Maria Luisa Costa, Ines Maria Rothes						

Misto, Cat 2

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:45.91	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	28/01/2024	Caldas da Rainha
Joao Filipe Carvalho, Joao Duarte Marafona, Irina Filipa Lousa, Joana Aguiar Rodrigues						
4 x 100m	3:58.63	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	03/12/2023	Lousada
Joao Duarte Marafona, Joao Filipe Carvalho, Irina Filipa Lousa, Joana Aguiar Rodrigues						
4 x 200m	59:00.00					

Estilos Estafeta

4 x 50m	1:56.26	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	28/01/2023	Caldas da Rainha
Eduardo Ferreira Sevieri, Rita Fernandes Leitao, Jorge Manuel Roque, Joana Aguiar Rodrigues						
4 x 100m	4:32.01	Lisboa PoolSharks	POR	LPS	04/03/2023	Sines
Joao Miguel Mestre, Jaime Marques Duarte, Sara Francisco Cruz, Joana Rebelo Viana						

RN 3(160-199)

Masc., Cat 3

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:45.03	Sporting Clube de Portugal	POR	SCP	19/01/2020	Vila Franca de Xira
Pedro Manuel Ferreira, Gustavo Andre Reis, Ricardo Nuno Abrantes, Andre Barbosa Vicente						
4 x 100m	4:03.06	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	30/10/2016	Porto
Jorge Manuel Monteiro, Americo Pedro Goncalves, Pedro Jorge Marques, Vasco Vieira Lopes						
4 x 200m	8:52.03	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	05/05/2024	Penafiel
Ricardo Regufe Ferreira, Miguel Pinheiro Pires, Antonio Luis Portela, Alexandre Miguel Santos						

Estilos Estafeta

4 x 50m	1:55.21	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	20/01/2019	Mealhada
Mario Moura Carvalho, Pedro Alexandre Sousa, Celso Ruben Barbosa, Jose Pedro Soares						
4 x 100m	4:32.66	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	30/10/2016	Porto
Carlos Guimaraes Goncalves, Hugo Miguel Fernandes, Americo Pedro Goncalves, Jose Carlos Freitas						

Femin., Cat 3

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	2:03.40	Clube Naval do Funchal	POR	CNF	25/11/2023	Funchal
Pauline Ringue, Carla Patricia Telo, Catarina Andrade Alves, Cristina Faria Aguiar						

4 x 100m	4:54.40	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	28/11/2015	Porto
		Ines Maria Rothes, Maria Ana Fonseca, Maria Luisa Costa, Maria Teresa Brandao				
4 x 200m	59:00.00					
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:16.12	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	20/01/2019	Mealhada
		Vania Soares Neves, Rita Rebelo Silva, Maria Luisa Costa, Ines Maria Rothes				
4 x 100m	5:34.96	Leixoes Sport Club	POR	LSC	29/10/2017	Porto
		Liliana Elisabete Baptista, Joana Maria Faria, Raquel Alexandra Silva, Maribel Santos Fernandes				
Misto, Cat 3						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:50.27	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	28/01/2024	Caldas da Rainha
		Celso Ruben Barbosa, Pedro Alexandre Sousa, Marta Vieira Marinho, Sara Freitas Oliveira				
4 x 100m	4:15.89	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	03/12/2023	Lousada
		Antonio Luis Portela, Maria Sofia Martins, Gisela Barbosa Coutinho, Miguel Pinheiro Pires				
4 x 200m	59:00.00					
Estilos Estafeta						
4 x 50m	1:59.52	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	27/01/2024	Caldas da Rainha
		Mario Moura Carvalho, Pedro Alexandre Sousa, Sara Freitas Oliveira, Marta Vieira Marinho				
4 x 100m	4:37.01	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	03/12/2023	Lousada
		Mario Moura Carvalho, Pedro Alexandre Sousa, Carla Santa Barbara, Joana Aguiar Rodrigues				
RN 4(200-239)						
Masc., Cat 4						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:48.16	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	26/01/2024	Caldas da Rainha
		Joao Filipe Carvalho, Jose Pedro Soares, Antonio Aderito Chaves, Celso Fernando Ribeiro				
4 x 100m	4:12.51	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	30/10/2016	Porto
		Jose Carlos Freitas, Jose Augusto Vaz, Jose Pedro Santana, Carlos Guimaraes Goncalves				
4 x 200m	9:29.71	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	05/05/2024	Penafiel
		Jose Pedro Neves, Carlos Guimaraes Goncalves, Nuno Silva Lobo, Americo Pedro Goncalves				
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:02.72	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	29/01/2017	Sines
		Americo Pedro Goncalves, Jose Augusto Vaz, Jose Carlos Freitas, Jorge Manuel Monteiro				
4 x 100m	4:49.22	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	07/05/2023	Lousada
		Carlos Guimaraes Goncalves, Jose Miguel Barroso, Miguel Pinheiro Pires, Nuno Manuel Sa				
Femin., Cat 4						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	2:07.88	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	27/01/2024	Caldas da Rainha
		Gisela Barbosa Coutinho, Maria Teresa Brandao, Filipa Margarida Ferreira, Maria Luisa Costa				
4 x 100m	4:56.28	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	08/12/2022	Recarei
		Ines Maria Rothes, Filipa Margarida Ferreira, Maria Teresa Brandao, Maria Luisa Costa				
4 x 200m	59:00.00					
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:22.85	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	20/01/2019	Mealhada
		Monica Anjos Rezende, Maria Teresa Andrade, Carla Santa Barbara, Maria Fernanda Goncalves				
4 x 100m	5:55.22	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	07/05/2023	Lousada
		Paula Alexandra Palhares, Elza Maria Carvalho, Maria Teresa Brandao, Catarina Araujo Blanco				
Misto, Cat 4						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:55.44	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	28/01/2024	Caldas da Rainha
		Antonio Luis Portela, Maria Luisa Costa, Gisela Barbosa Coutinho, Jorge Manuel Monteiro				
4 x 100m	4:38.73	Clube Fluvial Portuense	POR	CFP	03/12/2023	Lousada
		Leandro Filipe Sousa, Jose Miguel Barroso, Maria Luisa Costa, Maria Teresa Brandao				
4 x 200m	59:00.00					
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:10.89	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	28/01/2023	Caldas da Rainha
		Jose Pedro Soares, Maria Teresa Andrade, Joao Filipe Carvalho, Carla Santa Barbara				

4 x 100m 5:34.66 Clube Fluvial Portuense POR CFP 03/12/2023 Lousada
Maria Luisa Costa, Jose Miguel Barroso, Leandro Filipe Sousa, Maria Teresa Brandao

RN 5(240-279)

Masc., Cat 5

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m 1:58.07 Clube Fluvial Portuense POR CFP 26/03/2022 Estarreja
Paulo Francisco Torres, Nuno Silva Lobo, Luis Lopes Santos, Jose Miguel Barroso

4 x 100m 4:50.13 Sport Alges e Dafundo POR SAD 23/04/2016 Badajoz (ESP)
Joaquim Mendes Bilro, Vitor Manuel Mavioso, Antonio Bessone Basto, Alberto Vaz Correia

4 x 200m 10:43.68 Clube Fluvial Portuense POR CFP 05/05/2024 Penafiel
Henrique Luis Seabra, Luis Miguel Bernardo, Nuno Manuel Sa, Jose Miguel Barroso

Estilos Estafeta

4 x 50m 2:18.41 Clube Fluvial Portuense POR CFP 29/01/2023 Caldas da Rainha
Nuno Silva Lobo, Luis Miguel Bernardo, Jose Miguel Barroso, Paulo Francisco Torres

4 x 100m 5:14.66 Clube Fluvial Portuense POR CFP 07/05/2023 Lousada
Nuno Silva Lobo, Luis Miguel Bernardo, Luis Lopes Santos, Henrique Luis Seabra

Femin., Cat 5

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m 2:34.54 Associacao Academica de Coimbra POR AAC 19/01/2020 Vila Franca de Xira
Ana Moura Relvas, Maria Teresa Oliveira, Maria Margarida Urbano, Maria Isabel Torres

4 x 100m 7:18.00 Sport Alges e Dafundo POR SAD 02/04/2016 Algés
Luisa Bessone Basto, Isabel Maria Raimundo, Maria Felix Ferreira, Carla Vale Lenzi

4 x 200m 59:00.00

Estilos Estafeta

4 x 50m 2:56.96 Associacao Academica de Coimbra POR AAC 09/02/2020 Tomar
Maria Teresa Oliveira, Ana Moura Relvas, Maria Margarida Urbano, Maria Isabel Torres

4 x 100m 59:00.00 POR

Misto, Cat 5

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m 2:12.42 Futebol Clube do Porto POR FCP 28/01/2024 Caldas da Rainha
Celso Fernando Ribeiro, Eduardo Jorge Cohen, Maria Teresa Andrade, Maria Manuel Friaes

4 x 100m 6:03.92 Sport Alges e Dafundo POR SAD 07/03/2020 Sines
Isabel Maria Raimundo, Carla Vale Lenzi, Diogo Gil Henriques, Antonio Bessone Basto

4 x 200m 59:00.00

Estilos Estafeta

4 x 50m 2:26.56 Clube Fluvial Portuense POR CFP 27/01/2024 Caldas da Rainha
Paula Alexandra Palhares, Jose Miguel Barroso, Luis Lopes Santos, Filipa Margarida Ferreira

4 x 100m 5:50.19 Sport Alges e Dafundo POR SAD 09/03/2024 Sines
Luisa Tamaki Yokochi, Luis Cavaleiro Madeira, Jaime Carlos Bento, Carla Vale Lenzi

RN 6(280-319)

Masc., Cat 6

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m 2:17.18 Sport Alges e Dafundo POR SAD 11/12/2022 Albufeira
Stephen Thomas Dyson, Joaquim Mendes Bilro, Antonio Jose Trabuco, Vitor Manuel Mavioso

4 x 100m 6:30.64 Sport Alges e Dafundo POR SAD 02/04/2016 Algés
Jose Antonio Sacadura, Luis Silveira Viegas, Alexandre Azevedo Gaspar, Orlando Gomes Bairrada

4 x 200m 59:00.00

Estilos Estafeta

4 x 50m 2:43.93 Sport Alges e Dafundo POR SAD 21/02/2015 Pontevedra (ESP)
Antonio Bessone Basto, Alexandre Azevedo Gaspar, Orlando Gomes Bairrada, Luis Vidigal Salgueiro

4 x 100m 8:59.37 Sport Alges e Dafundo POR SAD 07/04/2013 Algés
Jose Joaquim Marreiros, Leonel Sousa Gomes, Antonio Manuel Ferreira, Luis Silveira Viegas

Femin., Cat 6

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	3:05.65	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	07/01/2018	Sto António Cavaleiros
		Ana Maria Ferreira, Isabel Maria Raimundo, Paula Cristina Conceicao, Luisa Bessone Basto			
4 x 100m	59:00.00		POR		
4 x 200m	59:00.00				
Estilos Estafeta					
4 x 50m	3:31.96	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	07/01/2018	Sto António Cavaleiros
		Isabel Maria Raimundo, Maria Felix Ferreira, Ana Maria Ferreira, Luisa Bessone Basto			
4 x 100m	59:00.00		POR		
Misto, Cat 6					
Livres Estafeta					
4 x 50m	2:39.84	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	22/02/2015	Pontevedra (ESP)
		Isabel Maria Raimundo, Luis Vidigal Salgueiro, Ana Maria Ferreira, Antonio Bessone Basto			
4 x 100m	5:48.79	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	07/03/2020	Sines
		Antonio Jose Trabuco, Luisa Bessone Basto, Joaquim Mendes Bilro, Ana Maria Ferreira			
4 x 200m	59:00.00				
Estilos Estafeta					
4 x 50m	3:03.60	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	28/01/2023	Caldas da Rainha
		Antonio Bessone Basto, Carla Vale Lenzi, Ana Maria Ferreira, Antonio Jose Trabuco			
4 x 100m	6:13.87	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	04/03/2023	Sines
		Luis Cavaleiro Madeira, Luisa Bessone Basto, Vitor Manuel Mavioso, Ana Maria Ferreira			

RN 7(320-359)

Masc., Cat 7					
Livres Estafeta					
4 x 50m	3:01.68	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	27/01/2023	Caldas da Rainha
		Antonio Bessone Basto, Alexandre Azevedo Gaspar, Jose Vicente Moura, Luis Vidigal Salgueiro			
4 x 100m	59:00.00				
4 x 200m	22:00.09	Associacao Academica de Coimbra	POR AAC	23/03/2019	Estoril
Estilos Estafeta					
4 x 50m	3:23.75	Sport Alges e Dafundo	POR SAD	29/01/2023	Caldas da Rainha
		Antonio Bessone Basto, Luis Vidigal Salgueiro, Alexandre Azevedo Gaspar, Jose Vicente Moura			
4 x 100m	59:00.00				
Femin., Cat 7					
Livres Estafeta					
4 x 50m	59:00.00		POR		
4 x 100m	59:00.00				
4 x 200m	59:00.00				
Estilos Estafeta					
4 x 50m	59:00.00		POR		
4 x 100m	59:00.00				
Misto, Cat 7					
Livres Estafeta					
4 x 50m	59:00.00				
4 x 100m	59:00.00				
Estilos Estafeta					
4 x 50m	59:00.00				
4 x 100m	59:00.00				