



CIRCULAR Nº08

Lisboa, 21 de Janeiro de 1997

DISTRIBUIÇÃO: Associações e Clubes

ASSUNTO: Recordes Nacionais

Junto se envia a nova lista de recordes nacionais. Para os grupos etários G1 a G4 masculinos e G1 a G3 femininos indicam-se os tempos-limite a **itálico**, definidos no Comunicado nº15/96 e Circular nº25/96.

Tendo-se verificado a existência de um lapso nos critérios estabelecidos para a homologação de novos recordes nacionais resultantes da alteração das categorias etárias, informa-se que o ponto 2 do Comunicado nº15/96, de 24 de Outubro sofreu a seguinte correcção:

2.b) Provas Colectivas - masculinas

Ao Grupo 4 corresponderá o actual recorde de Infantis

Ao Grupo 2 corresponderá o actual recorde de Juvenis

Só deste modo se farão coincidir as idades máximas da categoria anterior com o grupo etário actual.

Nos casos em que os tempos-limite já foram ultrapassados, aparece o tempo e nome do(a) novo(a) recordista.

Chama-se a atenção dos Clubes e Associações para a necessidade de confrontação dos tempos a realizar pelos atletas com a lista anexa.

No caso de algumas estafetas aparece a indicação "sem tempo limite". Significa que será homologado como recorde para cada uma dessas provas o primeiro tempo efectuado por uma equipa constituída exclusivamente por atletas do mesmo grupo etário.

Recorda-se a necessidade de envio à FPN da respectiva "Acta de Record" para que qualquer tempo possa ser homologado.

Pela Direcção da FPN
O Vice Presidente

Jorge Torres

SPEEDO



RECORDES NACIONAIS - 1

Piscinas de 50m

MASCULINOS		CLU	ABS	SEN	JUN	G1	G2	G3	G4
50 L			00.23.42	00.23.42	00.24.35	00.25.15	00.25.27	00.26.04	00.27.00
100 L			00.52.50	00.52.50	00.53.89	00.53.89	00.55.27	00.56.90	00.58.80
200 L			01.53.81	01.53.81	01.55.68	01.56.45	02.00.45	02.05.70	02.10.61
400 L			03.58.62	03.58.62	04.04.17	04.07.37	04.14.11	04.24.00	04.33.32
800 L			08.15.24	08.15.24	08.23.92	08.42.44	08.51.69	09.10.83	09.22.46
1500 L			15.35.98	15.35.98	15.53.21	16.20.16	16.37.48	16.53.40	17.36.07
4X50 L		01.37.51							
4X100 L		03.32.70	03.31.10	03.31.10	03.41.04		03.50.06		04.12.40
4X200 L		07.44.93	07.44.93	07.44.93	08.08.88		08.22.48		09.08.12
100 B			01.05.37	01.05.58	01.05.37	01.06.45	01.09.31	01.12.67	01.15.25
200 B			02.17.28	02.17.28	02.21.85	02.25.31	02.28.28	02.32.84	02.45.60
100 C			00.56.56	00.56.56	00.59.86	01.01.17	01.03.44	01.03.81	01.07.73
200 C			02.03.46	02.03.46	02.06.85	02.10.71	02.14.29	02.19.50	02.27.07
100 M			00.56.45	00.56.45	00.57.72	00.58.78	01.00.72	01.03.37	01.05.01
200 M			02.01.21	02.01.21	02.05.70	02.09.75	02.12.86	02.17.79	02.25.27
200 E			02.07.38	02.07.38	02.11.99	02.13.88	02.17.44	02.23.76	02.27.66
400 E			04.30.79	04.30.79	04.39.22	04.44.30	04.48.10	04.48.40	05.07.83
4X50 E		01.48.97							
4X100 E		03.57.63	03.53.75	03.55.71	03.59.14		04.15.88		04.41.43
FEMININOS		CLU	ABS	SEN	JUN	G1	G2	G3	
50 L			00.27.54	00.27.54	00.27.62	00.27.69	00.28.70	00.29.36	
100 L			00.58.36	00.58.36	00.58.70	01.00.64	01.01.79	01.04.37	
200 L			02.04.06	02.04.06	02.05.38	02.10.13	02.11.43	02.15.20	
400 L			04.19.89	04.19.89	04.23.86	04.34.63	04.31.53	04.54.50	
800 L			09.00.58	09.03.63	09.00.58	09.07.70	09.14.85	10.04.90	
1500 L			17.52.94	18.18.20	17.52.94	18.22.01	19.30.15	19.52.07	
4X50 L		01.52.43							
4X100 L		04.03.76	04.01.19	04.04.17	04.06.76	04.10.83		04.20.41	
4X200 L		08.46.85	08.39.95	08.42.57	08.52.08	09.03.52		09.31.86	
100 B			01.11.57	01.11.57	01.11.88	01.15.74	01.17.55	01.20.76	
200 B			02.38.59	02.38.59	02.39.08	02.42.02	02.46.95	02.53.19	
100 C			01.04.12	01.04.12	01.05.04	01.07.63	01.13.65	01.13.96	
200 C			02.16.28	02.16.28	02.19.60	02.24.04	02.37.76	02.38.32	
100 M			01.02.98	01.03.78	01.02.98	01.04.44	01.07.98	01.10.86	
200 M			02.15.56	02.15.61	02.15.56	02.21.24	02.29.74	02.38.54	
200 E			02.20.43	02.20.43	02.21.44	02.27.41	02.35.12	02.38.88	
400 E			04.58.50	04.58.50	05.00.28	05.13.87	05.20.30	05.37.97	
4X50 E		02.04.56							
4X100 E		04.29.33	04.19.29	04.19.29	04.29.30	04.37.85		04.59.99	

MASCULINO	CLU	Todas as Piscinas		JUN	G1	G2	G3	G4
		ABS	SEN					
50 L		00.22.76	00.22.76	00.24.00	00.24.60	00.24.80	00.25.71	00.26.73
100 L		00.50.31	00.50.31	00.52.31	00.52.74	00.53.60	00.55.50	00.58.10
200 L		01.51.10	01.51.10	01.54.26	01.54.26	01.58.22	02.02.30	02.08.50
400 L		03.56.99	03.56.99	04.01.88	04.01.88	04.08.81	04.13.70	04.29.39
800 L		08.10.61	08.10.61	08.23.92	08.37.10	08.42.12	08.44.80	09.16.00
1500 L		15.21.33	15.21.33	15.53.21	16.16.70	16.20.50	16.37.60	17.20.10
4x50 L	01.36.07							
4x100 L	03.25.05	03.25.05	03.25.05	03.37.72	04.02.78	03.45.43		04.11.22
4x200 L	07.30.78	07.30.78	07.30.78	07.52.64	09.59.91	08.17.86	09.44.22	09.08.12
100 B		01.02.55	01.02.55	01.03.11	01.05.08	01.07.60	01.10.70	01.13.65
200 B		02.16.53	02.16.53	02.16.77	02.18.42	02.28.00	02.32.84	02.38.70
100 C		00.54.81	00.54.81	00.57.04	00.59.94	01.01.70	01.03.00	01.06.62
200 C		01.57.93	01.57.93	02.05.81	02.06.70	02.11.99	02.14.80	02.22.69
100 M		00.55.57	00.55.57	00.57.70	00.58.78	00.59.51	01.02.30	01.05.01
200 M		01.59.46	01.59.46	02.05.00	02.08.33	02.11.56	02.17.79	02.23.10
200 E		02.02.19	02.02.19	02.08.98	02.11.20	02.13.56	02.17.60	02.24.30
400 E		04.19.59	04.19.59	04.31.87	04.38.40	04.42.64	04.44.40	05.03.10
4x50 E	01.46.30							
4x100 E	03.47.83	03.47.83	03.47.83	03.58.17	04.26.86	04.14.70		04.38.36
FEMININOS	CLU	ABS	SEN	JUN	G1	G2	G3	
50 L		00.26.67	00.26.67	00.26.70	00.27.69	00.28.70	00.29.22	
100 L		00.56.53	00.56.53	00.57.40	00.59.95	01.01.20	01.03.82	
200 L		02.01.36	02.01.36	02.02.72	02.08.49	02.11.43	02.15.20	
400 L		04.16.83	04.16.83	04.19.40	04.26.77	04.25.30	04.41.00	
800 L		08.47.28	08.47.28	08.52.24	09.00.27	09.03.90	09.48.90	
1500 L		16.48.20	17.08.45	16.48.20	17.18.70	17.18.20	19.17.40	
4x50 L	01.51.08							
4x100 L	04.00.41	04.00.41	04.00.41	04.06.76	04.08.57	04.35.80	04.19.10	
4x200 L	08.38.86	08.38.86	08.38.86	08.50.13	08.59.70	10.35.40	09.25.15	
100 B		01.10.14	01.10.14	01.11.05	01.15.25	01.16.24	01.17.79	
200 B		02.34.20	02.34.20	02.35.06	02.40.30	02.43.17	02.46.41	
100 C		01.02.44	01.02.44	01.03.40	01.05.60	01.11.20	01.13.20	
200 C		02.12.00	02.12.00	02.12.80	02.19.98	02.34.40	02.35.55	
100 M		01.02.39	01.03.00	01.02.39	01.04.44	01.07.98	01.10.70	
200 M		02.13.43	02.13.43	02.13.60	02.21.24	02.28.40	02.31.64	
200 E		02.18.49	02.18.49	02.18.94	02.26.40	02.34.30	02.36.69	
400 E		04.53.18	04.53.18	04.56.33	05.03.27	05.14.60	05.28.44	
4x50 E	02.02.72							
4x100 E	04.21.10	04.12.76	04.13.09	04.29.30	04.37.85	05.28.40	04.57.40	

50 m LIVRES

Todas as Piscinas

G4 00.26,73 *tempo limite*

G3 00.25,71 *tempo limite*

G2 00.24,8 *tempo limite*

G1 00.24,6 *tempo limite*

JUN	00.24,0	Mabilio Albuquerque	FCP	14/12/85	Antas	25 m
SEN	00.22,76	Paulo Trindade	FCP	08/12/90	Funchal	25 m
ABS	00.22,76	Paulo Trindade	FCP	08/12/90	Funchal	25 m

Piscina de 50m

G4 00.27,00 *tempo limite*

G3 00.26,04 *tempo limite*

G2 00.25,27 *tempo limite*

G1 00.25,15 *tempo limite*

JUN	00.24,35	José Miranda	CFP	15/07/90	Matur	50 m
------------	-----------------	---------------------	------------	-----------------	--------------	-------------

SEN	00.23,42	Paulo Trindade		20/07/91	Sheffield	50 m
------------	-----------------	-----------------------	--	-----------------	------------------	-------------

ABS	00.23,42	Paulo Trindade		20/07/91	Sheffield	50 m
------------	-----------------	-----------------------	--	-----------------	------------------	-------------

100 m LIVRES

Todas as Piscinas

G4 00.58,1 *tempo limite*

G3 00.55,50 *tempo limite*

G2 00.53,6 *tempo limite*

G1 00.52,74 *tempo limite*

JUN	00.52,31	José Miranda	CFP	23/02/90	Algés	25 m
------------	-----------------	---------------------	------------	-----------------	--------------	-------------

SEN	00.50,31	Paulo Trindade	FCP	03/03/96	Felgueiras	25 m
------------	-----------------	-----------------------	------------	-----------------	-------------------	-------------

ABS	00.50,31	Paulo Trindade	FCP	03/03/96	Felgueiras	25 m
------------	-----------------	-----------------------	------------	-----------------	-------------------	-------------

Piscinas de 50m

G4 00.58,8 *tempo limite*

G3 00.56,9 *tempo limite*

G2 00.55,27 *tempo limite*

G1 00.53,89 *tempo limite*

JUN	00.53,89	Rui Abreu	FPN	20/08/77	Jönköping	50 m
------------	-----------------	------------------	------------	-----------------	------------------	-------------

SEN	00.52,50	Paulo Trindade	FPN	05/08/93	Sheffield	50 m
------------	-----------------	-----------------------	------------	-----------------	------------------	-------------

ABS	00.52,50	Paulo Trindade	FPN	05/08/93	Sheffield	50 m
------------	-----------------	-----------------------	------------	-----------------	------------------	-------------

200 m LIVRES

Todas as Piscinas

G4 02.08,5 *tempo limite*

G3 02.02,30 *tempo limite*

G2 01.58,22 *tempo limite*

G1 01.54,26 *tempo limite*

JUN	01.54,26	Tiago Lousada	FCP	02/03/96	Felgueiras	25 m
------------	-----------------	----------------------	------------	-----------------	-------------------	-------------

SEN	01.51,10	Miguel Cabrita	SAD	18/03/95	Algés	25 m
------------	-----------------	-----------------------	------------	-----------------	--------------	-------------

ABS	01.51,10	Miguel Cabrita	SAD	18/03/95	Algés	25 m
------------	-----------------	-----------------------	------------	-----------------	--------------	-------------

Piscinas de 50m

G4 02.10,61 *tempo limite*

G3 02.05,70 *tempo limite*

G2 02.00,45 *tempo limite*

G1 01.56,45 *tempo limite*

JUN	01.55,68	Tiago Lousada	FCP	21/12/96	Restelo	50 m
------------	-----------------	----------------------	------------	-----------------	----------------	-------------

SEN	01.53,81	Miguel Cabrita	FPN	03/08/93	Sheffield	50 m
------------	-----------------	-----------------------	------------	-----------------	------------------	-------------

ABS	01.53,81	Miguel Cabrita	FPN	03/08/93	Sheffield	50 m
------------	-----------------	-----------------------	------------	-----------------	------------------	-------------

400 m LIVRES

Todas as Piscinas

G4	04.29,39	<i>tempo limite</i>					
G3	04.13,70	<i>tempo limite</i>					
G2	04.08,81	<i>tempo limite</i>					
G1	04.01,88	<i>tempo limite</i>					
JUN	04.01,88	Tiago Lousada	FCP	29/02/96	Felgueiras	25 m	
SEN	03.56,99	Miguel Cabrita	SAD	17/03/95	Algés	25 m	
ABS	03.56,99	Miguel Cabrita	SAD	17/03/95	Algés	25 m	

Piscinas de 50m

G4	04.33,32	<i>tempo limite</i>					
G3	04.24,0	<i>tempo limite</i>					
G2	04.14,11	<i>tempo limite</i>					
G1	04.07,37	<i>tempo limite</i>					
JUN	04.04,17	Tiago Pestana	FCP	04/08/95	Coimbra	50 m	
SEN	03.58,62	Artur Costa	FPN	31/05/92	Canet	50 m	
ABS	03.58,62	Artur Costa	FPN	31/05/92	Canet	50 m	

800 m LIVRES

Todas as Piscinas

G4	09.16,0	<i>tempo limite</i>					
G3	08.44,8	<i>tempo limite</i>					
G2	08.42,12	<i>tempo limite</i>					
G1	08.37,1	<i>tempo limite</i>					
JUN	08.23,92	Artur Costa	FPN	22/07/87	Estrasburgo	50 m	
SEN	08.10,61	Artur Costa	SCP	01/03/92	Algés	25 m	
ABS	08.10,61	Artur Costa	SCP	01/03/92	Algés	25 m	

Piscinas de 50 m

G4	09.22,46	<i>tempo limite</i>					
G3	09.10,83	<i>tempo limite</i>					
G2	08.51,69	<i>tempo limite</i>					
G1	08.42,44	<i>tempo limite</i>					
JUN	08.23,92	Artur Costa	FPN	22/07/87	Estrasburgo	50 m	
SEN	08.15,24	Artur Costa	FPN	30/07/92	Barcelona	50 m	
ABS	08.15,24	Artur Costa	FPN	30/07/92	Barcelona	50 m	

1500 m LIVRES

Todas as Piscinas

G4	17.20,1	<i>tempo limite</i>					
G3	16.37,6	<i>tempo limite</i>					
G2	16.20,50	<i>tempo limite</i>					
G1	16.16,7	<i>tempo limite</i>					
JUN	15.53,21	Artur Costa	FPN	22/08/87	Estrasburgo	50 m	
SEN	15.21,33	Artur Costa	SCP	01/03/92	Algés	25 m	
ABS	15.21,33	Artur Costa	SCP	01/03/92	Algés	25 m	

Piscinas de 50 m

G4	17.36,07	<i>tempo limite</i>					
G3	16.53,4	<i>tempo limite</i>					
G2	16.37,48	<i>tempo limite</i>					
G1	16.20,16	<i>tempo limite</i>					
JUN	15.53,21	Artur Costa	FPN	22/08/87	Estrasburgo	50 m	
SEN	15.35,98	Artur Costa	FPN	21/07/91	Sheffield	50 m	
ABS	15.35,98	Artur Costa	FPN	21/07/91	Sheffield	50 m	

4x50 m LIVRES

Todas as Piscinas

CLU	01.36,07	Sérgio Esteves, Rui Borges	FCP	16/12/93	Antas	25 m
		António Portela, Miguel Machado				

Piscinas de 50m

CLU	01.37,51	Paulo Trindade, Mabilio Albuquerque	FCP	16/04/88	Luxemburgo	50 m
		José Campelo, Sérgio Esteves				

4x100 m LIVRES

Todas as Piscinas

G4	<i>04.11.22</i>	<i>tempo limite</i>				
G3	-----	<i>sem tempo limite</i>				
G2	<i>03.45.43</i>	<i>tempo limite</i>				
G1	04.02,78	Gil Santos, Mário Sousa	CNA	01/11/96	Arceiro	25 m
		Henrique Silva, João Silva				
JUN	03.37.72	Ricardo Pedroso, Bruno Dias	SAD	04/03/94	Braga	25 m
		João Coias, Nuno Dias				
SEN	03.25,05	Paulo Trindade, Miguel Portela	FCP	29/02/96	Felgueiras	25 m
		António Portela, Miguel Machado				
ABS	03.25,05	Paulo Trindade, Miguel Portela	FCP	29/02/96	Felgueiras	25 m
		António Portela, Miguel Machado				
CLU	03.25,05	Paulo Trindade, Miguel Portela	FCP	29/02/96	Felgueiras	25 m
		António Portela, Miguel Machado				

Piscinas de 50m

G4	<i>04.12.4</i>	<i>tempo limite</i>				
G3	-----	<i>sem tempo limite</i>				
G2	<i>03.50,06</i>	<i>tempo limite</i>				
G1	-----	<i>sem tempo limite</i>				
JUN	03.41,04	Tiago Lousada, Filipe Rosa	FPN	06/04/97	Restelo	50 m
		Bruno Gaspar, João Cardoso				
SEN	03.31,10	Nuno Laurentino, Paulo Trindade	FPN	15/04/95	Belo Horizonte	50 m
		Ricardo Pedroso, Miguel Machado				
ABS	03.31,10	Nuno Laurentino, Paulo Trindade	FPN	15/04/95	Belo Horizonte	50 m
		Ricardo Pedroso, Miguel Machado				
CLU	03.32,70	Miguel Machado, André Dias	FCP	04/08/96	V.N.Famalicão	50 m
		Miguel Portela, António Portela				

4x200 m LIVRES

Todas as Piscinas

G4	09.08.12	<i>tempo limite</i>					
G3	09.44,22		Júlio Viana,João Moreira	EDV	17/11/96	V. Castelo	25 m
			António Lima,Bruno Figueiredo				
G2	08.17,86	<i>tempo limite</i>					
G1	09.59,91		Rafael Miranda,João Domingos	CLAC	16/11/96	Cartaxo	25 m
			Pedro Fojo,Rodolfo Lourenço				
JUN	07.52,64		João Conde,Tiago Pestana	FCP	19/03/95	Algés	25 m
			Mário Carvalho,Miguel Portela				
SEN	07.30,78		Ricardo Pedroso,Nuno Dias	SAD	03/03/96	Felgueiras	25 m
			Nuno Laurentino,Miguel Cabrita				
ABS	07.30,78		Ricardo Pedroso,Nuno Dias	SAD	03/03/96	Felgueiras	25 m
			Nuno Laurentino,Miguel Cabrita				
CLU	07.30,78		Ricardo Pedroso,Nuno Dias	SAD	03/03/96	Felgueiras	25 m
			Nuno Laurentino,Miguel Cabrita				

4x200 m LIVRES

Piscinas de 50m

G4	09.08.12	<i>tempo limite</i>					
G3	-----	<i>sem tempo limite</i>					
G2	08.22,48	<i>tempo limite</i>					
G1	-----	<i>sem tempo limite</i>					
JUN	08.08.88		Tiago Pestana,João Coias	FPN	05/08/94	Pardubice	50 m
			Ricardo Abrantes,Nuno Dias				
SEN	07.44,93		Nuno Dias,Duarte Mendonça	SAD	03/08/96	V.N.Famalicão	50 m
			Ricardo Pedroso, Miguel Cabrita				
ABS	07.44,93		Nuno Dias,Duarte Mendonça	SAD	03/08/96	V.N.Famalicão	50 m
			Ricardo Pedroso, Miguel Cabrita				
CLU	07.44,93		Nuno Dias,Duarte Mendonça	SAD	03/08/96	V.N.Famalicão	50 m
			Ricardo Pedroso, Miguel Cabrita				

100 m BRUCOS

Todas as Piscinas

G4 01.13,65 *tempo limite*

G3 01.10,7 *tempo limite*

G2 01.07,60 *tempo limite*

G1 01.05,08 *tempo limite*

JUN 01.03,11 **José Couto**

SEN 01.02,55 **José Couto**

ABS 01.02,55 **José Couto**

SCP	17/03/95	Algés	25 m
SCP	21/06/96	Algés	25 m
SCP	21/06/96	Algés	25 m

Piscinas de 50m

G4 01.15,25 *tempo limite*

G3 01.12,67 *tempo limite*

G2 01.09,31 *tempo limite*

G1 01.06,45 *tempo limite*

JUN 01.05,37 **José Couto**

SEN 01.05,58 **José Couto**

ABS 01.05,37 **José Couto**

FPN	19/07/95	Genebra	50 m
SCP	22/12/95	Restelo	50 m
FPN	19/07/95	Genebra	50 m

200 m BRUCOS

Todas as Piscinas

G4 02.38,7 *tempo limite*

G3 02.32,84 *tempo limite*

G2 02.28,0 *tempo limite*

G1 02.18,42 *tempo limite*

JUN 02.16,77 **José Couto**

SEN 02.16,53 **José Couto**

ABS 02.16,53 **José Couto**

SCP	18/03/95	Algés	25 m
SCP	02/03/96	Felgueiras	25 m
SCP	02/03/96	Felgueiras	25 m

Piscinas de 50 m

G4 02.45,6 *tempo limite*

G3 02.32,84 *tempo limite*

G2 02.28,28 *tempo limite*

G1 02.25,31 *tempo limite*

JUN 02.21,85 **José Couto**

SEN 02.17,28 **José Couto**

ABS 02.17,28 **José Couto**

FPN	22/07/95	Genebra	50 m
FPN	24/07/96	Atlanta	50 m
FPN	24/07/96	Atlanta	50 m

100 m COSTAS

Todas as Piscinas

G4	01.06,62	<i>tempo limite</i>					
G3	01.03,0	<i>tempo limite</i>					
G2	01.01,7	<i>tempo limite</i>					
G1	00.59,94	<i>tempo limite</i>					
JUN	00.57,04	Alexandre Gonçalves	AAC	19/03/95	Algés	25 m	
SEN	00.54,81	Nuno Laurentino	FPN	03/12/95	Rio de Janeiro	25 m	
ABS	00.54,81	Nuno Laurentino	FPN	03/12/95	Rio de Janeiro	25 m	

Piscinas de 50 m

G4	01.07,73	<i>tempo limite</i>					
G3	01.03,81	<i>tempo limite</i>					
G2	01.03,44	<i>tempo limite</i>					
G1	01.01,17	<i>tempo limite</i>					
JUN	00.59,86	Nuno Laurentino	SLB	14/06/92	Charlotte	50 m	
SEN	00.56,56	Nuno Laurentino	FPN	26/08/95	Viena	50 m	
ABS	00.56,56	Nuno Laurentino	FPN	26/08/95	Viena	50 m	

200 m COSTAS

Todas as Piscinas

G4	02.22,69	<i>tempo limite</i>					
G3	02.14,8	<i>tempo limite</i>					
G2	02.11,99	<i>tempo limite</i>					
G1	02.06,7	<i>tempo limite</i>					
JUN	02.05,81	Ricardo Pedroso	SAD	26/07/94	Algés	25 m	
SEN	01.57,93	Nuno Laurentino	SAD	17/03/95	Algés	25 m	
ABS	01.57,93	Nuno Laurentino	SAD	17/03/95	Algés	25 m	

Piscinas de 50 m

G4	02.27,07	<i>tempo limite</i>					
G3	02.19,5	<i>tempo limite</i>					
G2	02.14,29	<i>tempo limite</i>					
G1	02.10,71	<i>tempo limite</i>					
JUN	02.06,85	Mário Carvalho	FCP	03/08/95	Coimbra	50 m	
SEN	02.03,46	Nuno Laurentino	FPN	24/08/95	Viena	50 m	
ABS	02.03,46	Nuno Laurentino	FPN	24/08/95	Viena	50 m	

100 m MARIPOSA

Todas as Piscinas

G4	<i>01.05,01</i>	<i>tempo limite</i>				
G3	<i>01.02,3</i>	<i>tempo limite</i>				
G2	<i>00.59,51</i>	<i>tempo limite</i>				
G1	<i>00.58,78</i>	<i>tempo limite</i>				
JUN	00.57,7	Miguel Cabrita	SAD	06/08/91	Algés	25 m
SEN	00.55,57	Miguel Cabrita	SAD	16/03/95	Algés	25 m
ABS	00.55,57	Miguel Cabrita	SAD	16/03/95	Algés	25 m

Piscinas de 50 m

G4	<i>01.05,01</i>	<i>tempo limite</i>				
G3	<i>01.03,37</i>	<i>tempo limite</i>				
G2	<i>01.00,72</i>	<i>tempo limite</i>				
G1	<i>00.58,78</i>	<i>tempo limite</i>				
JUN	00.57,72	Simão Morgado	FPN	08/08/96	Copenhaga	50 m
SEN	00.56,45	Miguel Cabrita	FPN	04/08/93	Sheffield	50 m
ABS	00.56,45	Miguel Cabrita	FPN	04/08/93	Sheffield	50 m

200 m MARIPOSA

Todas as Piscinas

G4	<i>02.23,10</i>	<i>tempo limite</i>				
G3	<i>02.17,79</i>	<i>tempo limite</i>				
G2	<i>02.11,56</i>	<i>tempo limite</i>				
G1	<i>02.08,33</i>	<i>tempo limite</i>				
JUN	02.05,0	Miguel Cabrita	SAD	02/04/91	Algés	25 m
SEN	01.59,46	Diogo Madeira	FPN	10/02/96	Gelsenkirchen	25 m
ABS	01.59,46	Diogo Madeira	FPN	10/02/96	Gelsenkirchen	25 m

Piscinas de 50 m

G4	<i>02.25,27</i>	<i>tempo limite</i>				
G3	<i>02.17,79</i>	<i>tempo limite</i>				
G2	<i>02.12,86</i>	<i>tempo limite</i>				
G1	<i>02.09,75</i>	<i>tempo limite</i>				
JUN	02.05,70	Ricardo Santos	FPN	21/07/95	Genebra	50 m
SEN	02.01,21	Diogo Madeira	FPN	26/08/95	Viena	50 m
ABS	02.01,21	Diogo Madeira	FPN	26/08/95	Viena	50 m

200 m ESTILOS

Todas as Piscinas

G4 02.24,3 *tempo limite*

G3 02.17,6 *tempo limite*

G2 02.13,56 *tempo limite*

G1 02.11,20 *tempo limite*

JUN 02.08,98 **Daniel Mendes** SFUAP 18/03/95 Algés 25 m

SEN 02.02,19 **Nuno Laurentino** SAD 18/03/95 Algés 25 m

ABS 02.02,19 **Nuno Laurentino** SAD 18/03/95 Algés 25 m

Piscinas de 50 m

G4 02.27,66 *tempo limite*

G3 02.23,76 *tempo limite*

G2 02.17,44 *tempo limite*

G1 02.13,88 *tempo limite*

JUN 02.11,99 **Daniel Mendes** SFUAP 05/08/95 Coimbra 50 m

SEN 02.07,38 **Diogo Madeira** FPN 31/07/92 Barcelona 50 m

ABS 02.07,38 **Diogo Madeira** FPN 31/07/92 Barcelona 50 m

400 m ESTILOS

Todas as Piscinas

G4 05.03,1 *tempo limite*

G3 04.44,4 *tempo limite*

G2 04.42,64 *tempo limite*

G1 04.38,4 *tempo limite*

JUN 04.31,87 **João Coias** SAD 26/07/94 Algés 25 m

SEN 04.19,59 **Nuno Laurentino** SAD 16/03/95 Algés 25 m

ABS 04.19,59 **Nuno Laurentino** SAD 16/03/95 Algés 25 m

Piscinas de 50 m

G4 05.07,83 *tempo limite*

G3 04.48,40 *tempo limite*

G2 04.48,10 *tempo limite*

G1 04.44,30 *tempo limite*

JUN 04.39,22 **Rui Borges** FPN 16/03/84 Merida 50 m

SEN 04.30,79 **Rui Borges** FPN 20/09/88 Seul 50 m

ABS 04.30,79 **Rui Borges** FPN 20/09/88 Seul 50 m

4x50 m ESTILOS

Todas as Piscinas

CLU	01.46,30	Nuno Laurentino,Duarte Mendonça Miguel Cabrita,Ricardo Pedroso	SAD	21/06/96	Algés	25m
------------	-----------------	---	------------	-----------------	--------------	------------

Piscinas de 50m

CLU	01.48,97	Miguel Machado,Rodolfo Nunes Paulo Trindade,António Portela	FCP	29/07/96	Campanhã	50m
------------	-----------------	--	------------	-----------------	-----------------	------------

4x100 m ESTILOS

Todas as Piscinas

G4 04.38,36 *tempo limite***G3** ----- *sem tempo limite***G2** 04.14,70 *tempo limite*

G1	04.26,86	Mário Sousa,Henrique Silva Gil Santos,Rui Lourenço	CAN	01/11/96	Arcero	25 m
-----------	-----------------	---	------------	-----------------	---------------	-------------

JUN	03.58.17	Mário Carvalho,José Couto Ricardo Santos,Miguel Portela	FPN	94/12/18	Madrid	25 m
------------	-----------------	--	------------	-----------------	---------------	-------------

SEN	03.47,83	Nuno Laurentino,Emilio Frischknecht Miguel Cabrita,Duarte Mendonça	SAD	17/03/95	Algés	25 m
------------	-----------------	---	------------	-----------------	--------------	-------------

ABS	03.47,83	Nuno Laurentino,Emilio Frischknecht Miguel Cabrita,Duarte Mendonça	SAD	17/03/95	Algés	25 m
------------	-----------------	---	------------	-----------------	--------------	-------------

CLU	03.47,83	Nuno Laurentino,Emilio Frischknecht Miguel Cabrita,Duarte Mendonça	SAD	17/03/95	Algés	25 m
------------	-----------------	---	------------	-----------------	--------------	-------------

Piscinas de 50m

G4 04.41,43 *tempo limite***G3** ----- *sem tempo limite***G2** 04.15,88 *tempo limite***G1** ----- *sem tempo limite*

JUN	03.59,14	Mário Carvalho,José Couto Ricardo Santos,Tiago Pestana	FPN	22/07/95	Genebra	50 m
------------	-----------------	---	------------	-----------------	----------------	-------------

SEN	03.55.71	Nuno Laurentino,Diogo Madeira Miguel Cabrita,Paulo Trindade	FPN	01/04/94	Edinburgo	50 m
------------	-----------------	--	------------	-----------------	------------------	-------------

ABS	03.53,75	Nuno Laurentino,José Couto Diogo Madeira,Miguel Machado	FPN	16/04/95	Belo Horizonte	50 m
------------	-----------------	--	------------	-----------------	-----------------------	-------------

CLU	03.57,63	Nuno Laurentino, João Coias Miguel Cabrita,Ricardo Pedroso	SAD	23/12/95	Restelo	50 m
------------	-----------------	---	------------	-----------------	----------------	-------------

50 m LIVRES

Todas as Piscinas

G3 00.29,22 *tempo limite*

G2 00.28,7 *tempo limite*

G1 00.27,69 *tempo limite*

JUN 00.26,70 **Ana Alegria** **SCB** 28/02/93 **Algés** 25 m

SEN 00.26,67 **Ana Alegria** **SCB** 03/03/96 **Felgueiras** 25 m

ABS 00.26,67 **Ana Alegria** **SCB** 03/03/96 **Felgueiras** 25 m

Piscina de 50m

G3 00.29,36 *tempo limite*

G2 00.28,7 *tempo limite*

G1 00.27,69 *tempo limite*

JUN 00.27,62 **Virgília Gomes** **FPN** 13/06/92 **Chiasso** 50 m

SEN 00.27,54 **Rita Fernandes** **FCP** 17/03/96 **Toulouse** 50 m

ABS 00.27,54 **Rita Fernandes** **FCP** 17/03/96 **Toulouse** 50 m

100 m LIVRES

Todas as Piscinas

G3 01.03,82 *tempo limite*

G2 01.01,2 *tempo limite*

G1 00.59,95 *tempo limite*

JUN 00.57,40 **Ana Alegria** **SCB** 25/02/93 **Algés** 25 m

SEN 00.56,53 **Ana Alegria** **SCB** 29/02/96 **Felgueiras** 25 m

ABS 00.56,53 **Ana Alegria** **SCB** 29/02/96 **Felgueiras** 25 m

Piscinas de 50m

G3 01.04,37 *tempo limite*

G2 01.01,79 *tempo limite*

G1 01.00,64 *tempo limite*

JUN 00.58,70 **Ana Alegria** **FPN** 02/04/93 **Florença** 50 m

SEN 00.58,36 **Ana Alegria** **FPN** 22/08/95 **Viena** 50 m

ABS 00.58,36 **Ana Alegria** **FPN** 22/08/95 **Viena** 50 m

200 m LIVRES

Todas as Piscinas

G3 02.15,2 *tempo limite*

G2 02.11,43 *tempo limite*

G1 02.08,49 *tempo limite*

JUN 02.02,72 **Ana Alegria** **SCB** 26/02/93 **Algés** 25 m

SEN 02.01,36 **Ana Alegria** **FPN** 01/12/95 **Rio de Janeiro** 25 m

ABS 02.01,36 **Ana Alegria** **FPN** 01/12/95 **Rio de Janeiro** 25 m

Piscinas de 50m

G3 02.15,2 *tempo limite*

G2 02.11,43 *tempo limite*

G1 02.10,13 *tempo limite*

JUN 02.05,38 **Ana Alegria** **FPN** 03/04/93 **Florença** 50 m

SEN 02.04,06 **Ana Alegria** **FPN** 23/08/95 **Viena** 50 m

ABS 02.04,06 **Ana Alegria** **FPN** 23/08/95 **Viena** 50 m

400 m LIVRES

Todas as Piscinas

G3 04.41,0 *tempo limite*

G2 04.25,30 *tempo limite*

G1 04.26,77 *tempo limite*

JUN 04.19,4 **Alexandra Silva**

SEN 04.16,83 **Ana Alegria**

ABS 04.16,83 **Ana Alegria**

FCP 05/02/83 **Areeiro** 25 m
FPN 02/12/95 **Rio de Janeiro** 25 m
FPN 02/12/95 **Rio de Janeiro** 25 m

Piscinas de 50m

G3 04.54,5 *tempo limite*

G2 04.31,53 *tempo limite*

G1 04.34,63 *tempo limite*

JUN 04.23,86 **Alexandra Silva**

SEN 04.19,89 **Ana Alegria**

ABS 04.19,89 **Ana Alegria**

FPN 16/04/83 **Olivais** 50 m
FPN 30/05/96 **Barcelona** 50 m
FPN 30/05/96 **Barcelona** 50 m

800 m LIVRES

Todas as Piscinas

G3 09.48,9 *tempo limite*

G2 09.03,90 *tempo limite*

G1 09.00,27 *tempo limite*

JUN 08.52,24 **Ana Alegria**

SEN 08.47,28 **Ana Alegria**

ABS 08.47,28 **Ana Alegria**

SCB 26/02/93 **Algés** 25 m
SCB 29/02/96 **Felgueiras** 25 m
SCB 29/02/96 **Felgueiras** 25 m

Piscinas de 50m

G3 10.04,9 *tempo limite*

G2 09.14,85 *tempo limite*

G1 09.07,70 *tempo limite*

JUN 09.00,58 **Alexandra Silva**

SEN 09.03,63 **Ana Alegria**

ABS 09.00,58 **Alexandra Silva**

FPN 17/04/83 **Olivais** 50 m
FPN 28/05/96 **Barcelona** 50 m
FPN 17/04/83 **Olivais** 50 m

1500 m LIVRES

Todas as Piscinas

G3 19.17,4 *tempo limite*

G2 17.18,20 *tempo limite*

G1 17.18,7 *tempo limite*

JUN 16.48,2 **Alexandra Silva**

SEN 17.08,45 **Ana Alegria**

ABS 16.48,2 **Alexandra Silva**

FCP 15/01/83 **Antas** 25 m
SCB 94/12/04 **Antas** 25 m
FCP 15/01/83 **Antas** 25 m

Piscinas de 50m

G3 19.52,07 *tempo limite*

G2 19.30,15 *tempo limite*

G1 18.22,01 *tempo limite*

JUN 17.52,94 **Alexandra Jorge**

SEN 18.18,2 **Alexandra Silva**

ABS 17.52,94 **Alexandra Jorge**

CFP 22/06/91 **Póvoa Varzim** 50 m
FCP 16/06/85 **Campanhã** 50 m
CFP 22/06/91 **Póvoa Varzim** 50 m

4x50 m LIVRES

Todas as Piscinas

CLU	01.51,08	Petra Chaves,Carla Cruz Ana Barros,Ana Nobre	SAD	19/06/94	Algés	25 m
------------	-----------------	---	------------	-----------------	--------------	-------------

Piscinas de 50m

CLU	01.52,43	Virgília Gomes,Sandra Bárbara Carla Bárbara,Natacha Sousa	FCP	05/05/91	Eindhoven	50 m
------------	-----------------	--	------------	-----------------	------------------	-------------

4x100 m LIVRES

Todas as Piscinas

G3	<i>04.19.1</i>	<i>tempo limite</i>				
G2	04.35,80	Inês Aguas,Cláudia Abrantes Liliana Fonseca,Ana Vasco	ANL	15/12/96	Estremoz	25 m
G1	<i>04.08,57</i>	<i>tempo limite</i>				
JUN	04.06.76	M.Carlos Santos,Ana Alegria Carla Marques,Susana Sousa	FPN	17/04/93	Olivais	50 m
SEN	04.00.41	Rita Fernandes,Suzete Vieira Luisa Costa,Inês Rothes	FCP	02/03/96	Felgueiras	25 m
ABS	04.00.41	Rita Fernandes,Suzete Vieira Luisa Costa,Inês Rothes	FCP	02/03/96	Felgueiras	25 m
CLU	04.00.41	Rita Fernandes,Suzete Vieira Luisa Costa,Inês Rothes	FCP	02/03/96	Felgueiras	25 m

Piscinas de 50m

G3	<i>04.20.41</i>	<i>tempo limite</i>				
G2	-----	<i>sem tempo limite</i>				
G1	<i>04.10,83</i>	<i>tempo limite</i>				
JUN	04.06.76	M.Carlos Santos,Ana Alegria Carla Marques,Susana Sousa	FPN	17/04/93	Olivais	50 m
SEN	04.04,17	Inês Rothes,Luisa Costa Sofia Sousa,Rita Fernandes	FCP	04/08/96	V.N.Famalicão	50 m
ABS	04.01,19	Rita Fernandes,Ana Francisco Rita Alegria,M.Carlos Santos	FPN	15/04/95	Belo Horizonte	50 m
CLU	04.03,76	Rita Alegria,Raquel Felgueiras Marisa Carvalho,Ana Alegria	SCB	06/08/95	Coimbra	50 m

4x200 m LIVRES

Todas as Piscinas

G3	<i>09.25.15</i>	<i>tempo limite</i>					
G2	10.35,40	Elisabete Ferreira,Joana Antunes, Iva Oliveira,Vânia Correia	SCB	16/11/96	V. Castelo	25 m	
G1	<i>08.59.7</i>	<i>tempo limite</i>					
JUN	08.50,13	Sofia Sousa,Patrícia Gonçalves Ana Cabral,Lara Gomes	FCP	03/03/94	Braga	25 m	
SEN	08.38,86	Ana Alegria,Rita Alegria Raquel Felgueiras, Luisa Costa	SCB	07/12/96	Antas	25 m	
ABS	08.38,86	Ana Alegria,Rita Alegria Raquel Felgueiras, Luisa Costa	SCB	07/12/96	Antas	25 m	
CLU	08.38,86	Ana Alegria,Rita Alegria Raquel Felgueiras, Luisa Costa	SCB	07/12/96	Antas	25 m	

4x200 m LIVRES

Piscinas de 50m

G3	<i>09.31.86</i>	<i>tempo limite</i>					
G2	-----	<i>sem tempo limite</i>					
G1	<i>09.03.52</i>	<i>tempo limite</i>					
JUN	08.52,08	Sofia Sousa, Petra Chaves Rubina Andrade,M*Carlos Santos	FPN	24/04/94	Nicósia	50 m	
SEN	08.42,57	Rita Alegria,Rita Fernandes Petra Chaves,M.Carlos Santos	FPN	14/04/95	Belo Horizonte	50 m	
ABS	08.39,95	Ana Alegria, Ana Barros Natacha Sousa, Rita Alegria	FPN	03/04/93	Fiorença	50 m	
CLU	08.46,85	Alexandra Jorge,Luisa Costa Lara Gomes,Rita Fernandes	FCP	05/08/95	Coimbra	50 m	

100 m BRUCOS

Todas as Piscinas

G3	<i>01.17,79</i>	<i>tempo limite</i>				
G2	<i>01.16,24</i>	<i>tempo limite</i>				
G1	<i>01.15,25</i>	<i>tempo limite</i>				
JUN	01.11,05	Joana Soutinho	CFP	20/06/93	Algés	25 m
SEN	01.10,14	Joana Soutinho	FCP	18/03/95	Alges	25 m
ABS	01.10,14	Joana Soutinho	FCP	18/03/95	Alges	25 m

Piscinas de 50m

G3	<i>01.20,76</i>	<i>tempo limite</i>				
G2	<i>01.17,55</i>	<i>tempo limite</i>				
G1	01.15,74	Mariana Cunha	FPN	17/01/97	Genebra	50 m
JUN	01.11,88	Joana Soutinho	FPN	06/08/93	Sheffield	50 m
SEN	01.11,57	Joana Soutinho	FPN	25/08/95	Viena	50 m
ABS	01.11,57	Joana Soutinho	FPN	25/08/95	Viena	50 m

200 m BRUCOS

Todas as Piscinas

G3	<i>02.46,41</i>	<i>tempo limite</i>				
G2	<i>02.43,17</i>	<i>tempo limite</i>				
G1	<i>02.40,30</i>	<i>tempo limite</i>				
JUN	02.35,06	Joana Soutinho	CFP	26/02/93	Algés	25 m
SEN	02.34,20	Joana Soutinho	FPN	01/12/95	Rio de Janeiro	25 m
ABS	02.34,20	Joana Soutinho	FPN	01/12/95	Rio de Janeiro	25 m

Piscinas de 50m

G3	<i>02.53,19</i>	<i>tempo limite</i>				
G2	<i>02.46,95</i>	<i>tempo limite</i>				
G1	02.42,02	Mariana Cunha	FPN	19/01/97	Genebra	50 m
JUN	02.39,08	Joana Soutinho	CFP	24/07/93	Restelo	50 m
SEN	02.38,59	Joana Soutinho	FPN	23/08/95	Viena	50 m
ABS	02.38,59	Joana Soutinho	FPN	23/08/95	Viena	50 m

100 m COSTAS

Todas as Piscinas

G3	<i>01.13,2</i>	<i>tempo limite</i>					
G2	<i>01.11,2</i>	<i>tempo limite</i>					
G1	<i>01.05,6</i>	<i>tempo limite</i>					
JUN	01.03,40	Petra Chaves	FPN	03/12/93	P.Maiorca	25 m	
SEN	01.02,44	Ana Barros	SAD	25/02/93	Algés	25 m	
ABS	01.02,44	Ana Barros	SAD	25/02/93	Algés	25 m	

Piscinas de 50m

G3	<i>01.13,96</i>	<i>tempo limite</i>					
G2	<i>01.13,65</i>	<i>tempo limite</i>					
G1	<i>01.07,63</i>	<i>tempo limite</i>					
JUN	01.05,04	Petra Chaves	FPN	07/08/94	Roma	50 m	
SEN	01.04,12	Ana Barros	FPN	05/08/93	Sheffield	50 m	
ABS	01.04,12	Ana Barros	FPN	05/08/93	Sheffield	50 m	

200 m COSTAS

Todas as Piscinas

G3	<i>02.35,55</i>	<i>tempo limite</i>					
G2	<i>02.34,4</i>	<i>tempo limite</i>					
G1	<i>02.19,98</i>	<i>tempo limite</i>					
JUN	02.12,8	Petra Chaves	SAD	31/05/94	Algés	25 m	
SEN	02.12,0	Ana Barros	SAD	14/05/93	Algés	25 m	
ABS	02.12,0	Ana Barros	SAD	14/05/93	Algés	25 m	

Piscinas de 50m

G3	<i>02.38,32</i>	<i>tempo limite</i>					
G2	<i>02.37,76</i>	<i>tempo limite</i>					
G1	<i>02.24,04</i>	<i>tempo limite</i>					
JUN	02.19,60	Petra Chaves	FPN	15/06/94	Barcelona	50 m	
SEN	02.16,28	Ana Barros	FPN	08/08/93	Sheffield	50 m	
ABS	02.16,28	Ana Barros	FPN	08/08/93	Sheffield	50 m	

100 m MARIPOSA

Todas as Piscinas

G3 01.10,70 *tempo limite*

G2 01.07,98 *tempo limite*

G1 01.04,44 *tempo limite*

JUN 01.02,39 Ana Francisco

SFUAP 03/03/96 Felgueiras 25 m

SEN 01.03,00 Joana Arantes

SLB 28/02/93 Algés 25 m

ABS 01.02,39 Ana Francisco

SFUAP 03/03/96 Felgueiras 25 m

Piscinas de 50m

G3 01.10,86 *tempo limite*

G2 01.07,98 *tempo limite*

G1 01.04,44 *tempo limite*

JUN 01.02,98 Ana Francisco

FPN 23/07/96 Atlanta 50 m

SEN 01.03,78 Ana Francisco

SFUAP 21/12/96 Restelo 50 m

ABS 01.02,98 Ana Francisco

FPN 23/07/96 Atlanta 50 m

200 m MARIPOSA

Todas as Piscinas

G3 02.31,64 *tempo limite*

G2 02.28,40 *tempo limite*

G1 02.21,24 *tempo limite*

JUN 02.13,60 Ana Francisco

FPN 11/02/96 Gelsenkirchen 25 m

SEN 02.13,43 Joana Arantes

FPN 27/03/94 Paris 25 m

ABS 02.13,43 Joana Arantes

FPN 27/03/94 Paris 25 m

Piscinas de 50m

G3 02.38,54 *tempo limite*

G2 02.29,74 *tempo limite*

G1 02.21,24 *tempo limite*

JUN 02.15,56 Ana Francisco

FPN 20/07/95 Genebra 50 m

SEN 02.15,61 Joana Arantes

FPN 08/08/93 Sheffield 50 m

ABS 02.15,56 Ana Francisco

FPN 20/07/95 Genebra 50 m

200 m ESTILOS

Todas as Piscinas

G3	02.36,69	<i>tempo limite</i>					
G2	02.34,3	<i>tempo limite</i>					
G1	02.26,4	<i>tempo limite</i>					
JUN	02.18,94	Petra Chaves	SAD	26/07/94	Algés	25 m	
SEN	02.18,49	M.Carlos Santos	GESL	01/03/96	Felgueiras	25 m	
ABS	02.18,49	M.Carlos Santos	GESL	01/03/96	Felgueiras	25 m	

Piscinas de 50m

G3	02.38,88	<i>tempo limite</i>					
G2	02.35,12	<i>tempo limite</i>					
G1	02.27,41	<i>tempo limite</i>					
JUN	02.21,44	Petra Chaves	SAD	29/07/94	Restelo	50 m	
SEN	02.20,43	Petra Chaves	FPN	26/08/95	Coimbra	50 m	
ABS	02.20,43	Petra Chaves	FPN	26/08/95	Coimbra	50 m	

400 m ESTILOS

Todas as Piscinas

G3	05.28,44	<i>tempo limite</i>					
G2	05.14,6	<i>tempo limite</i>					
G1	05:03,27	<i>tempo limite</i>					
JUN	04.56,33	Petra Chaves	FPN	02/12/93	P.Maiorca	25 m	
SEN	04.53,18	Petra Chaves	FPN	30/11/95	Rio de Janeiro	25 m	
ABS	04.53,18	Petra Chaves	FPN	30/11/95	Rio de Janeiro	25 m	

Piscinas de 50m

G3	05.37,97	<i>tempo limite</i>					
G2	05.20,3	<i>tempo limite</i>					
G1	05.13,87	<i>tempo limite</i>					
JUN	05.00,28	Petra Chaves	FPN	05/08/94	Roma	50 m	
SEN	04.58,50	Petra Chaves	FPN	28/08/95	Viena	50 m	
ABS	04.58,50	Petra Chaves	FPN	28/08/95	Viena	50 m	

4x50 m ESTILOS

Todas as Piscinas

CLU	02.02,72	Ana Barros,Irina Cruz Petra Chaves,Ana Nobre	SAD	19/06/94	Algés	25 m
-----	----------	---	-----	----------	-------	------

Piscinas de 50m

CLU	02.04,56	Ana Cabral,Joana Soutinho Joana Freitas,Rita Fernandes	FCP	02/07/95	Campanhã	50 m
-----	----------	---	-----	----------	----------	------

4x100 m ESTILOS

Todas as Piscinas

G3	04.57,4	<i>tempo limite</i>				
G2	05.28,40	Ana Costa,Sofia Martins Rita Ventura,Diana Ferreira	CNAC	15/12/96	Coimbra	25 m
G1	04.37,85	<i>tempo limite</i>				
JUN	04.29.30	Petra Chaves, Joana Soutinho Sofia Sousa, Ana Alegria	FPN	18/04/93	Olivais	50 m
SEN	04.13,09	Ana Barros,Joana Soutinho Joana Arantes, Ana Alegria	FPN	05/12/93	P.Maiorca	25 m
ABS	04.12,76	M*Carlos Santos,Joana Soutinho Ana Francisco,Ana Alegria	FPN	03/12/95	Rio Janeiro	25 m
CLU	04.21,10	Ana Cabral,Joana Soutinho Joana Freitas,Rita Fernandes	FCP	02/03/96	Felgueiras	25 m

Piscinas de 50m

G3	04.59,99	<i>tempo limite</i>				
G2	-----	<i>sem tempo limite</i>				
G1	04.37,85	<i>tempo limite</i>				
JUN	04.29.30	Petra Chaves, Joana Soutinho Sofia Sousa, Ana Alegria	FPN	18/04/93	Olivais	50 m
SEN	04.19,29	M*Carlos Santos,Joana Soutinho Joana Arantes,Ana Alegria	FPN	26/08/95	Viena	50 m
ABS	04.19,29	M*Carlos Santos,Joana Soutinho Joana Arantes,Ana Alegria	FPN	26/08/95	Viena	50 m
CLU	04.29,33	Vânia Oliveira,Joana Soutinho Raquel Felgueiras, Ana Alegria	SCB	22/12/96	Restelo	50 m