

COMUNICADO Nº 42-18

19/10/2018

ÍNDICE

1. NATAÇÃO PURA
2. POLO AQUÁTICO
3. NATAÇÃO ARTÍSTICA
4. FORMAÇÃO
5. FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO
6. RECORDES NACIONAIS
7. HOMOLOGAÇÃO DE PISCINA
8. RECORDES HOMOLOGADOS
9. DIVERSOS

1. NATAÇÃO PURA

a) Fase de Qualificação - Campeonatos Nacionais de Clubes 3ª Divisão, Ponta da Barca, 27 outubro 2018

Em anexo enviamos as listagens de alojamento e restauração, relativas ao campeonato em assunto.

b) Resultados Jogos Olímpicos da Juventude – Buenos Aires (ARG) – 7 a 12 de outubro 2018

Participaram 116 seleções

| Natatorium (P50) | | | | |
|------------------|---------|----------------------|----------|-------------------------|
| 07/10/2018 | | | | |
| PROVA | CLASS. | PRATICANTE | TEMPO | OBSERVAÇÕES / PARCIAIS |
| 400L | 15 (32) | José Paulo Lopes | 03:56.10 | 26.53 - 55.98 - 1:55.94 |
| 50B | 22 (43) | Raquel Gomes Pereira | 00:33.23 | |

| Natatorium (P50) | | | | |
|------------------|--------|------------------|----------|------------------------|
| 08/10/2018 | | | | |
| PROVA | CLASS. | PRATICANTE | TEMPO | OBSERVAÇÕES / PARCIAIS |
| 200E | 9 (21) | José Paulo Lopes | 02:04.64 | 26.75 |

| Natatorium (P50) | | | | |
|------------------|---------|---------------------|----------|------------------------|
| 08/10/2018 | | | | |
| PROVA | CLASS. | PRATICANTE | TEMPO | OBSERVAÇÕES / PARCIAIS |
| 200L | 31 (36) | Filipe Miguel Santo | 01:55.81 | 27.28 - 56.53 |

| Natatorium (P50) | | | | |
|------------------|---------|------------------------|----------|-------------------------------------|
| 09/10/2018 | | | | |
| PROVA | CLASS. | PRATICANTE | TEMPO | OBSERVAÇÕES / PARCIAIS |
| 800L | 18 (21) | Alexandra Couto Frazão | 09:05.25 | 31.95 - 1:06.05 - 2:13.70 - 4:29.97 |
| 100B | 27 (45) | Raquel Gomes Pereira | 01:12.13 | 34.52 |

| Natatorium (P50) | | | | |
|------------------|---------|------------------------|----------|------------------------|
| 10/10/2018 | | | | |
| PROVA | CLASS. | PRATICANTE | TEMPO | OBSERVAÇÕES / PARCIAIS |
| 200L | 31 (34) | Alexandra Couto Frazão | 02:09.22 | 30.06 - 1:02.66 |

| Natatorium (P50) | | | | |
|------------------|---------|---------------------|----------|-------------------------------------|
| 11/10/2018 | | | | |
| PROVA | CLASS. | PRATICANTE | TEMPO | OBSERVAÇÕES / PARCIAIS |
| 800L | 9 (26) | José Paulo Lopes | 08:09.43 | 28.24 - 59.37 - 2:00.88 - 4:05.81 |
| 800L | 23 (26) | Filipe Miguel Santo | 08:24.48 | 29.35 - 1:00.83 - 2:04.21 - 4:10.62 |

| Natatorium (P50) | | | | |
|------------------|---------|------------------------|----------|------------------------|
| 12/10/2018 | | | | |
| PROVA | CLASS. | PRATICANTE | TEMPO | OBSERVAÇÕES / PARCIAIS |
| 200B | 16 (35) | Raquel Gomes Pereira | 02:33.07 | 35.12 - 1:13.04 |
| 400L | 23 (26) | Alexandra Couto Frazão | 04:27.00 | 31.08 - 1:04.88 |

Resultados completos e respetivo ficheiro lxf podem ser consultados e descarregados no seguinte link:

https://s3-sa-east-1.amazonaws.com/jjoo-production-dp-sa/2018-10/SWM_Results_Book_V1.0.pdf



2. POLO AQUÁTICO

a) Seleção Nacional S20 Feminina – 21 outubro 2018 – CAP x SNS20 – 13H30

No seguimento do Plano de Alto Rendimento e Seleções Nacionais de Polo Aquático 2018, estão seleccionadas as seguintes jogadoras.

| ATLETAS | | | | | |
|---------------------------|------|-------|-----------------------|------|-------|
| Nome | Ano | Clube | Nome | Ano | Clube |
| Alice Santos Rodrigues | 2003 | CNAC | Joana Raquel Monteiro | 2000 | ADDEG |
| Ana Maria Sousa | 2000 | SSCMP | Madalena Sofia Lousa | 2003 | CWP |
| Beatriz Fernandes Pereira | 2000 | SSCMP | Manuela Sofia Freitas | 1999 | ADDEG |
| Carolina Magano Fernandes | 2003 | CFP | Maria Martins Machado | 2004 | SLB |
| Fabiana Ines Duarte | 2000 | SSCMP | Maria Pilar Carmo | 2003 | CWP |
| Ines Ribeiro Tavares | 1999 | ADDEG | Maria Sande Sampaio | 2001 | SLB |
| Jéssica Joana Teixeira | 1999 | CAP | | | |

| QUADRO TÉCNICO E STAFF | |
|------------------------|-----------------------|
| Nome | Função |
| Miguel Pires | Selecionador Nacional |
| Alexandra Chatillon | Treinadora Assistente |
| Ana Ferreira | Fisioterapeuta |

Concentração

As atletas devem comparecer na piscina às 12h15 do dia 21 de outubro.

Autorização

A autorização em anexo deverá ser devidamente preenchida e assinada e entregue ao elemento responsável da equipa no dia da concentração.

Material

Todas as seleccionadas deverão levar o equipamento oficial da marca ARENA que lhes foi distribuído.

Importante

Recorda-se a todas as convocadas que, segundo os Estatutos e Regulamentos da FPN, é um dever básico das atletas comparecerem às convocatórias das seleções desportivas nacionais, para as participações em competições de carácter internacional, ou para preparação das mesmas.

Por isso **informamos de que no caso de ter de renunciar à presente convocatória deverá justificá-lo devidamente por escrito ao departamento técnico (miguel.pires@fpnatacao.pt)**,



enviando cópia de todos os documentos de suporte. Se pretender renunciar aos trabalhos de seleção nacional, temporária ou definitivamente, também o deverá justificar da mesma forma. Cumpre também ao atleta ou ao seu clube, comunicar com a antecedência suficiente para que a FPN possa anular a viagem/estadia no caso de ser necessário.

No caso de não cumprir este formalismo, a FPN reserva-se o direito de imputar os custos que não puderem ser recuperados.

Cumpre também ao atleta ou respetivo clube informar atempadamente o departamento técnico, de qualquer lesão ou tratamento que esteja a fazer que seja impeditivo de corresponder a 100%.

b) Inscrição de equipas nas provas de grupos de idades

Após solicitação do ADDEG, ponderando devidamente todos os inconvenientes, analisada a justificação apresentada para o atraso no envio das inscrições das suas equipas masculinas nas provas de grupos de idades, decidimos aceitar as mesmas nas provas PO8 e PO10.

A seguir atualizamos os quadros respetivos.

| CAMPEONATO PORTUGAL A20 MASCULINOS (PO8) | | | | | | | | | | | | |
|--|---------|-------|------|------|--------|------|-----|-------|-------|-------|------|------|
| ANCNP | ANALEN | ANALG | ANC | ANDL | ANDS | ANIC | ANL | ANMAD | ANMIN | ANNP | ANRA | ARNN |
| | AMINATA | | AAC | | BUZIOS | | CNA | | | CFP | | |
| | | | CNAC | | | | CWP | | | CNPO | | |
| | | | | | | | SCP | | | ADDEG | | |

| CAMPEONATO PORTUGAL A18 MASCULINOS (PO10) | | | | | | | | | | | | |
|---|---------|--------|------|------|--------|------|-----|-------|-------|-------|------|------|
| ANCNP | ANALEN | ANALG | ANC | ANDL | ANDS | ANIC | ANL | ANMAD | ANMIN | ANNP | ANRA | ARNN |
| | AMINATA | PORTIN | CNAC | | VS | | CWP | | | VSC | | |
| | | | | | BUZIOS | | SCP | | | CAP | | |
| | | | | | | | SAD | | | SSCMP | | |
| | | | | | | | CNA | | | CFP | | |
| | | | | | | | | | | CNPO | | |
| | | | | | | | | | | FOCA | | |
| | | | | | | | | | | ADDEG | | |

c) Plano anual de provas de polo aquático

Considerando ser uma informação útil para um melhor planeamento da época por parte dos clubes, em anexo encontra-se o plano anual de ações de polo aquático de âmbito nacional e internacional.



O documento estará disponível no sitio online desta Federação, e sempre que se justifique será atualizado.

3. NATAÇÃO ARTÍSTICA

Regulamento de Provas de Nível 2018-2019

Está disponível no site da FPN o Regulamento de Provas de Nível 2018-2018.

http://www.fpnatacao.pt/uploads/Regulamento_Provas_de_N%C3%ADvel_18_19.pdf

4. FORMAÇÃO

Curso de Treinadores de Grau III PA

Com vista ao cumprimento do enviado no comunicado nº25-18 ponto 4 formação alínea a) Título Profissional de Treinador de Desporto, informamos que o prazo de candidaturas ao Curso de Treinadores de Grau III foi alargado até dia 2 de novembro 2018.

5. FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

Relatório Mensal de Atividade

Está disponível no site da FPN o Relatório Mensal e *Clipping* do mês de setembro em:

http://www.fpnatacao.pt/uploads/FPN_Relat%C3%B3rio-Mensal-de-Actividade-Setembro-2018.pdf

6. RECORDES NACIONAIS

Tendo sido detetadas incorreções na lista de recordes nacionais anteriormente divulgada, anexa-se a lista oficial de Recordes Nacionais, atualizada no dia 18 de outubro de 2018.

7. HOMOLOGAÇÃO DE PISCINA

Piscina 1º de Maio do INATEL

Por apresentar valores conforme as normas exigíveis em vigor, para a realização de Competições Regionais de Nataação Pura (NP), foi homologado a referida piscina



8. RECORDES HOMOLOGADOS

Natação Pura

| RECORDES NACIONAIS – Pisc. 50m | | | | | |
|--------------------------------|--------------|--------------------|----------|-------|-----------------|
| DATA | PROVA / CTG. | PRATICANTE | TEMPO | CLUBE | LOCAL |
| 06-10-2018 | 50M SEN/ABS | Luiz Pedro Pereira | 00:23.48 | SLB | Budapeste (HUN) |

Masters

Em anexo, Recordes Homologados, obtidos na competição abaixo:

LEN European Masters Championships 2018 - Kranj (SLO) - 7 setembro 2018

9. DIVERSOS

Anuário do Treino Desportivo

O Comité Olímpico de Portugal (COP), publicou o anuário em referência, obra que compila um conjunto de trabalhos de treinadores e investigadores na área do Desporto.

Este documento é um excelente contributo para a formação de treinadores e um apoio documental às ações de formação de treinadores realizadas pelas federações desportivas.

Mais informações para a aquisição deste anuário para: correio@comiteolimpicportugal.pt

Em anexo o índice.

Pela FPN

António José Silva
Presidente

Índice

| | |
|--|-----|
| Nota de abertura José Manuel Constantino | 5 |
| <i>Verba volant, scripta manent</i> João Barata | 7 |
| Psicologia e performance: pertinência e aplicação Ana Ramires, Ana Costa Barreto | 11 |
| Uma análise ao <i>ranking</i> mundial para o apuramento olímpico no judo Ana Cristina Hormigo, Luís Monteiro | 23 |
| Periodizar o treino nutricional Cláudia Sofia Minderico | 37 |
| Abordagem tática ao processo de treino nos jogos desportivos coletivos: teorização e operacionalização de metodologias centradas nos atletas Cláudio Farias | 49 |
| Planeamento da carreira desportiva em Ginástica Artística Feminina Cristina Gomes | 63 |
| A estratégia programada para o sucesso da natação em Portugal António J. Silva, Vasco Sousa, José Sacadura, Raquel Marinho, José Machado, Paulo Franco, Bruno Dias, Isabel Lavinha, Daniel A. Marinho | 79 |
| Formar treinadores com mente de qualidade: razões e procedimentos Isabel Mesquita | 95 |
| Periodização: ciência, mito e alternativas José Afonso | 107 |
| Monitorização do controlo de treino em ciclismo José Luiz Algarra Pérez | 121 |
| Tóquio” a horas”! José Gomes Pereira | 135 |
| Programa Mundial Antidopagem: necessidade de estratégias inovadoras? Luís Horta | 149 |
| Integração dos métodos hipóxicos no treino desportivo Ricardo Minhalma, João Beckert | 163 |
| O treino da resistência nas modalidades cíclicas Paulo Cunha | 175 |
| As diferentes velocidades do salto com vara Pedro Pinto, Paulo Oliveira | 189 |
| Preparar nadadores e nadadoras para Tóquio 2020 António Vasconcelos Raposo | 199 |
| Currículo breve dos autores | 215 |



**RECORDES NACIONAIS
NATAÇÃO PURA
OUTUBRO 2018**

PISCINA DE 25m - PROVAS MASCULINAS

| | <u>ABS</u> | <u>SEN</u> | <u>JUN</u> | <u>JUN- -18</u> | <u>JUN- -17</u> | <u>JUV</u> | <u>JUV A - 16</u> | <u>JUV B - 15</u> | <u>INF</u> | <u>INF A - 14</u> | <u>INF B - 13</u> |
|------------------------|------------|------------|------------|-----------------|-----------------|------------|-------------------|-------------------|------------|-------------------|-------------------|
| 50 LIVRES | 0:21,64 | 0:21,64 | | 0:22,24 | 0:23,14 | | 0:24,00 | 0:23,96 | | 0:25,30 | 0:26,65 |
| 100 LIVRES | 0:47,64 | 0:47,64 | | 0:48,38 | 0:49,87 | | 0:50,82 | 0:52,59 | | 0:54,35 | 0:57,40 |
| 200 LIVRES | 1:45,25 | 1:45,25 | | 1:47,73 | 1:51,15 | | 1:51,06 | 1:55,53 | | 1:58,99 | 2:04,75 |
| 400 LIVRES | 3:42,91 | 3:42,91 | | 3:50,52 | 3:56,54 | | 3:59,31 | 4:03,22 | | 4:12,35 | 4:21,95 |
| 800 LIVRES | 7:46,18 | 7:46,18 | | 7:56,76 | 8:00,80 | | 8:09,43 | 8:27,18 | | 8:36,36 | 9:07,20 |
| 1500 LIVRES | 15:00,65 | 15:00,65 | | 15:06,77 | 15:05,57 | | 15:36,31 | 16:09,71 | | 16:13,14 | 17:11,29 |
| 4x50 LIVRES-C | 1:29,97 | 1:29,97 | 1:35,32 | | | | | | | | |
| 4x50 LIVRES-S | 1:28,66 | 1:28,66 | s/t | | | | | | | | |
| 4x100 LIVRES-C | 3:17,44 | 3:17,44 | 3:29,40 | | | 3:34,94 | 3:34,94 | 3:42,92 | 3:48,35 | 3:48,35 | 4:05,06 |
| 4x100 LIVRES-S | 3:18,23 | 3:18,23 | 3:36,87 | | | 3:35,53 | 3:35,53 | 3:41,83 | 3:50,24 | 3:50,24 | 3:59,30 |
| 4x200 LIVRES-C | 7:15,07 | 7:15,07 | 7:35,58 | | | 7:49,50 | 7:49,50 | 8:07,64 | 8:19,63 | 8:19,63 | 8:56,37 |
| 4x200 LIVRES-S | 7:04,93 | 7:04,93 | 7:55,00 | | | 7:57,39 | 7:57,39 | 8:20,43 | 8:46,43 | 9:04,97 | 8:46,43 |
| 50 BRUÇOS | 0:27,16 | 0:27,16 | | 0:28,55 | 0:28,56 | | | | | | |
| 100 BRUÇOS | 0:58,19 | 0:58,19 | | 1:01,25 | 1:02,99 | | 1:03,39 | 1:04,22 | | 1:07,92 | 1:09,54 |
| 200 BRUÇOS | 2:05,59 | 2:05,59 | | 2:13,22 | 2:16,24 | | 2:18,22 | 2:20,22 | | 2:29,20 | 2:37,57 |
| 50 COSTAS | 0:23,86 | 0:23,86 | | 0:25,01 | 0:25,37 | | | | | | |
| 100 COSTAS | 0:51,68 | 0:51,68 | | 0:53,88 | 0:54,97 | | 0:56,45 | 0:57,38 | | 0:59,50 | 1:04,62 |
| 200 COSTAS | 1:53,06 | 1:53,06 | | 1:58,37 | 1:59,34 | | 2:01,43 | 2:04,99 | | 2:09,17 | 2:15,27 |
| 50 MARIPOSA | 0:23,50 | 0:23,50 | | 0:24,68 | 0:25,29 | | | | | | |
| 100 MARIPOSA | 0:51,45 | 0:51,45 | | 0:53,87 | 0:53,97 | | 0:55,60 | 0:57,32 | | 0:59,56 | 1:01,78 |
| 200 MARIPOSA | 1:53,39 | 1:53,39 | | 1:58,64 | 1:59,93 | | 2:03,38 | 2:07,06 | | 2:12,42 | 2:19,18 |
| 100 ESTILOS | 0:53,06 | 0:53,06 | | 0:56,47 | 0:57,40 | | | | | | |
| 200 ESTILOS | 1:53,45 | 1:53,45 | | 2:00,59 | 2:02,96 | | 2:05,34 | 2:08,27 | | 2:13,38 | 2:17,96 |
| 400 ESTILOS | 4:06,83 | 4:06,83 | | 4:11,20 | 4:21,93 | | 4:25,04 | 4:35,02 | | 4:40,32 | 4:49,65 |
| 4x50 ESTILOS-C | 1:38,95 | 1:38,95 | 1:44,80 | | | | | | | | |
| 4x50 ESTILOS-S | 1:38,72 | s/t | s/t | | | | | | | | |
| 4x100 ESTILOS-C | 3:34,53 | 3:34,53 | 3:50,30 | | | 3:59,81 | 4:00,34 | 4:04,46 | 4:12,48 | 4:12,48 | 4:35,54 |
| 4x100 ESTILOS-S | 3:30,21 | 3:30,21 | 3:58,17 | | | 3:55,62 | 3:55,62 | 4:08,04 | 4:13,16 | 4:13,16 | 4:23,82 |

PISCINA DE 25m - PROVAS FEMININAS

| | <u>ABS</u> | <u>SEN</u> | <u>JUN</u> | <u>JUN - -17</u> | <u>JUN - - 16</u> | <u>JUV</u> | <u>JUV A - 15</u> | <u>JUV B - 14</u> | <u>INF</u> | <u>INF A - 13</u> | <u>INF B - 12</u> |
|------------------------|------------|------------|------------|------------------|-------------------|------------|-------------------|-------------------|------------|-------------------|-------------------|
| 50 LIVRES | 0:24,94 | 0:24,94 | | 0:25,95 | 0:26,14 | | 0:26,60 | 0:26,85 | | 0:27,56 | 0:27,89 |
| 100 LIVRES | 0:55,43 | 0:55,43 | | 0:56,54 | 0:56,72 | | 0:57,52 | 0:59,09 | | 0:58,55 | 1:00,13 |
| 200 LIVRES | 1:58,62 | 1:58,62 | | 2:02,89 | 2:01,17 | | 2:04,01 | 2:04,38 | | 2:07,47 | 2:11,27 |
| 400 LIVRES | 4:04,61 | 4:04,61 | | 4:10,52 | 4:13,53 | | 4:18,39 | 4:23,08 | | 4:25,30 | 4:38,40 |
| 800 LIVRES | 8:24,09 | 8:24,09 | | 8:32,83 | 8:45,41 | | 8:46,74 | 9:00,27 | | 9:03,90 | 9:33,95 |
| 1500 LIVRES | 16:11,67 | 16:18,04 | | 16:11,67 | 16,44,26 | | 16:54,39 | 17:17,43 | | 17:18,20 | 18:28,43 |
| 4x50 LIVRES-C | 1:43,49 | 1:43,49 | 1:46,86 | | | | | | | | |
| 4x50 LIVRES-S | 1:48,75 | s/t | 1:48,75 | | | | | | | | |
| 4x100 LIVRES-C | 3:44,99 | 3:44,99 | 3:56,01 | | | 4:05,16 | 4:05,16 | 4:08,36 | 4:13,11 | 4:13,11 | 4:23,50 |
| 4x100 LIVRES-S | 3:52,90 | 3:52,90 | 4:04,76 | | | 4:02,04 | 4:02,04 | 4:05,09 | 4:11,11 | 4:11,11 | s/t |
| 4x200 LIVRES-C | 8:09,45 | 8:09,45 | 8:29,70 | | | 8:51,54 | 8:51,54 | 8:52,76 | 9:05,75 | 9:05,75 | 9:32,41 |
| 4x200 LIVRES-S | 8:44,75 | s/t | 8:56,11 | | | 8:44,75 | 8:44,75 | 8:45,79 | 9:20,59 | 9:20,59 | 9:37,43 |
| 50 BRUÇOS | 0:30,80 | 0:30,80 | | 0:32,09 | 0:31,46 | | | | | | |
| 100 BRUÇOS | 1:07,17 | 1:07,17 | | 1:08,02 | 1:08,85 | | 1:09,59 | 1:11,76 | | 1:13,43 | 1:17,79 |
| 200 BRUÇOS | 2:23,46 | 2:23,46 | | 2:26,47 | 2:26,87 | | 2:32,36 | 2:34,51 | | 2:36,86 | 2:45,30 |
| 50 COSTAS | 0:28,07 | 0:28,07 | | 0:28,53 | 0:28,42 | | | | | | |
| 100 COSTAS | 1:00,64 | 1:00,64 | | 1:01,56 | 1:01,55 | | 1:01,43 | 1:02,96 | | 1:04,85 | 1:06,85 |
| 200 COSTAS | 2:09,12 | 2:09,12 | | 2:12,52 | 2:12,80 | | 2:14,11 | 2:17,86 | | 2:21,33 | 2:27,90 |
| 50 MARIPOSA | 0:26,78 | 0:26,78 | | 0:27,32 | 0:27,57 | | | | | | |
| 100 MARIPOSA | 0:58,31 | 0:58,31 | | 0:59,65 | 1:01,56 | | 1:03,14 | 1:02,36 | | 1:02,30 | 1:05,51 |
| 200 MARIPOSA | 2:07,62 | 2:07,62 | | 2:10,12 | 2:13,60 | | 2:17,51 | 2:18,29 | | 2:20,28 | 2:31,64 |
| 100 ESTILOS | 1:02,09 | 1:02,09 | | 1:02,34 | 1:04,11 | | | | | | |
| 200 ESTILOS | 2:12,08 | 2:12,08 | | 2:16,22 | 2:14,94 | | 2:18,48 | 2:19,79 | | 2:21,36 | 2:28,04 |
| 400 ESTILOS | 4:36,19 | 4:36,19 | | 4:46,89 | 4:50,85 | | 4:51,85 | 4:56,53 | | 5:03,94 | 5:15,68 |
| 4x50 ESTILOS-C | 1:53,38 | 1:53,38 | 1:58,01 | | | | | | | | |
| 4x50 ESTILOS-S | 1:48,75 | s/t | 1:48,75 | | | | | | | | |
| 4x100 ESTILOS-C | 4:06,14 | 4:06,14 | 4:16,94 | | | 4:31,86 | 4:31,86 | 4:33,40 | 4:40,29 | 4:40,29 | 4:57,35 |
| 4x100 ESTILOS-S | 4:11,54 | 4:11,54 | 4:31,54 | | | 4:26,97 | 4:26,97 | 4:28,92 | 4:35,91 | 4:35,91 | 5:05,40 |

PISCINA DE 25m - PROVAS MISTAS

| | <u>ABS</u> | <u>SEN</u> | <u>JUN</u> | <u>JUN- -17</u> | <u>JUN- - 16</u> | <u>JUV</u> | <u>JUV A - 16</u> | <u>JUV B - 15</u> | <u>INF</u> | <u>INF A - 14</u> | <u>INF B - 13</u> |
|------------------------|------------|------------|------------|-----------------|------------------|------------|-------------------|-------------------|------------|-------------------|-------------------|
| 4x50 LIVRES-C | 1:45,39 | s/t | s/t | | | | | | | | |
| 4x50 LIVRES-S | s/t | s/t | s/t | | | | | | | | |
| 4x100 LIVRES-C | 3:49,03 | s/t | s/t | | | s/t | s/t | s/t | s/t | s/t | s/t |
| 4x100 LIVRES-S | s/t | s/t | s/t | | | s/t | s/t | s/t | s/t | s/t | s/t |
| 4x50 ESTILOS-C | 1:57,28 | s/t | s/t | | | | | | | | |
| 4x50 ESTILOS-S | 1:47,18 | s/t | s/t | | | | | | | | |
| 4x100 ESTILOS-C | 4:15,91 | s/t | s/t | | | s/t | s/t | s/t | s/t | s/t | s/t |
| 4x100 ESTILOS-S | s/t | s/t | s/t | | | s/t | s/t | s/t | s/t | s/t | s/t |

PISCINA DE 50m - PROVAS MASCULINAS

| | <u>ABS</u> | <u>SEN</u> | <u>JUN</u> | <u>JUN- -18</u> | <u>JUN- -17</u> | <u>JUV</u> | <u>JUV A - 16</u> | <u>JUV B - 15</u> | <u>INF</u> | <u>INF A - 14</u> | <u>INF B - 13</u> |
|------------------------|------------|------------|------------|-----------------|-----------------|------------|-------------------|-------------------|------------|-------------------|-------------------|
| 50 LIVRES | 0:22,36 | 0:22,36 | | 0:22,98 | 0:22,95 | | 0:23,78 | 0:24,61 | | 0:26,00 | 0:27,00 |
| 100 LIVRES | 0:49,50 | 0:49,50 | | 0:50,24 | 0:49,59 | | 0:52,10 | 0:53,51 | | 0:55,53 | 0:58,47 |
| 200 LIVRES | 1:48,39 | 1:48,39 | | 1:49,98 | 1:53,32 | | 1:54,18 | 1:57,11 | | 2:00,20 | 2:06,18 |
| 400 LIVRES | 3:51,89 | 3:51,89 | | 3:53,79 | 3:57,15 | | 3:59,38 | 4:06,22 | | 4:15,99 | 4:28,42 |
| 800 LIVRES | 8:05,35 | 8:05,35 | | 8:06,97 | 8:13,49 | | 8:23,54 | 8:43,31 | | 8:54,25 | 9:12,56 |
| 1500 LIVRES | 15:15,12 | 15:15,12 | | 15:23,46 | 15:43,55 | | 15:45,55 | 16:30,45 | | 16:43,48 | 17:21,58 |
| 4x50 LIVRES-C | 1:32,36 | 1:32,94 | 1:36,69 | | | | | | | | |
| 4x50 LIVRES-S | 1:34,90 | 1:34,90 | 1:37,56 | | | | 1:38,28 | 1:38,28 | | | |
| 4x100 LIVRES-C | 3:24,33 | 3:25,77 | 3:34,25 | | | 3:39,68 | 3:39,68 | 3:45,99 | 3:52,27 | 3:52,27 | 4:06,16 |
| 4x100 LIVRES-S | 3:23,06 | 3:23,06 | 3:27,00 | | | 3:36,45 | 3:36,45 | 3:45,71 | 3:53,40 | 3:53,40 | 4:05,91 |
| 4x200 LIVRES-C | 7:27,46 | 7:27,46 | 7:44,42 | | | 7:58,57 | 7:58,57 | 8:15,48 | 8:31,60 | 8:31,60 | 8:58,21 |
| 4x200 LIVRES-S | 7:16,48 | 7:16,48 | 7:32,26 | | | 7:55,10 | 7:55,10 | 8:22,48 | 8:42,07 | 8:42,07 | 8:56,27 |
| 50 BRUÇOS | 0:28,16 | 0:28,16 | | 0:29,07 | 0:29,10 | | | | | | |
| 100 BRUÇOS | 1:01,01 | 1:01,01 | | 1:02,87 | 1:04,54 | | 1:05,43 | 1:06,16 | | 1:09,82 | 1:11,95 |
| 200 BRUÇOS | 2:13,21 | 2:13,21 | | 2:15,99 | 2:19,00 | | 2:22,25 | 2:24,15 | | 2:32,07 | 2:38,14 |
| 50 COSTAS | 0:25,49 | 0:25,49 | | 0:26,49 | 0:26,91 | | | | | | |
| 100 COSTAS | 0:55,01 | 0:55,01 | | 0:55,79 | 0:57,17 | | 0:58,61 | 0:59,97 | | 1:01,39 | 1:05,61 |
| 200 COSTAS | 1:58,83 | 1:58,83 | | 2:02,21 | 2:03,06 | | 2:06,59 | 2:06,44 | | 2:14,56 | 2:20,07 |
| 50 MARIPOSA | 0:23,48 | 0:23,48 | | 0:24,78 | 0:24,89 | | | | | | |
| 100 MARIPOSA | 0:52,42 | 0:52,42 | | 0:54,16 | 0:54,77 | | 0:56,11 | 0:57,39 | | 0:59,19 | 1:03,64 |
| 200 MARIPOSA | 1:56,17 | 1:56,17 | | 2:01,46 | 2:02,12 | | 2:03,76 | 2:08,12 | | 2:14,50 | 2:21,67 |
| 200 ESTILOS | 1:58,88 | 1:58,88 | | 2:02,55 | 2:04,32 | | 2:08,11 | 2:10,83 | | 2:16,63 | 2:22,36 |
| 400 ESTILOS | 4:15,84 | 4:15,84 | | 4:21,42 | 4:25,23 | | 4:32,66 | 4:37,06 | | 4:46,20 | 4:54,87 |
| 4x50 ESTILOS-C | 1:42,03 | 1:42,03 | 1:48,28 | | | | | | | | |
| 4x50 ESTILOS-S | 1:46,17 | 1:48,18 | 1:47,46 | | | | | | | | |
| 4x100 ESTILOS-C | 3:46,10 | 3:46,10 | 3:55,74 | | | 4:03,65 | 4:03,65 | 4:08,58 | 4:18,17 | 4:18,17 | 4:41,06 |
| 4x100 ESTILOS-S | 3:40,19 | 3:40,19 | 3:45,71 | | | 3:58,93 | 3:58,93 | 4:06,22 | 4:13,95 | 4:13,95 | 4:34,54 |

PISCINA DE 50m - PROVAS FEMININAS

| | <u>ABS</u> | <u>SEN</u> | <u>JUN</u> | <u>JUN - -17</u> | <u>JUN - - 16</u> | <u>JUV</u> | <u>JUV A - 15</u> | <u>JUV B - 14</u> | <u>INF</u> | <u>INF A - 13</u> | <u>INF B - 12</u> |
|------------------------|------------|------------|------------|------------------|-------------------|------------|-------------------|-------------------|------------|-------------------|-------------------|
| 50 LIVRES | 0:25,66 | 0:25,66 | | 0:26,25 | 0:26,21 | | 0:26,79 | 0:27,17 | | 0:27,86 | 0:28,36 |
| 100 LIVRES | 0:56,41 | 0:56,41 | | 0:57,63 | 0:57,11 | | 0:57,75 | 0:59,41 | | 0:59,73 | 1:01,46 |
| 200 LIVRES | 2:01,48 | 2:01,48 | | 2:03,70 | 2:02,89 | | 2:05,85 | 2:07,40 | | 2:10,86 | 2:12,20 |
| 400 LIVRES | 4:09,49 | 4:09,49 | | 4:14,67 | 4:20,37 | | 4:20,78 | 4:26,20 | | 4:31,53 | 4:43,70 |
| 800 LIVRES | 8:29,33 | 8:29,33 | | 8:36,21 | 8:45,53 | | 8:50,68 | 9:07,70 | | 9:14,85 | 9:30,42 |
| 1500 LIVRES | 16:15,60 | 16:15,60 | | 16:20,80 | 16:43,22 | | 16:54,60 | 17:34,28 | | 18:05,62 | 18:11,07 |
| 4x50 LIVRES-C | 1:46,22 | 1:46,22 | 1:49,70 | | | | | | | | |
| 4x50 LIVRES-S | 1:48,67 | s/t | 1:48,67 | | | | | | | | |
| 4x100 LIVRES-C | 3:52,07 | 3:52,07 | 4:00,84 | | | 4:03,10 | 4:06,43 | 4:10,72 | 4:17,13 | 4:17,13 | 4:26,09 |
| 4x100 LIVRES-S | 3:52,40 | 3:52,40 | 3:56,10 | | | 4:03,93 | 4:03,93 | 4:03,93 | 4:17,14 | 4:17,14 | 4:27,58 |
| 4x200 LIVRES-C | 8:25,04 | 8:25,04 | 8:37,33 | | | 8:46,61 | 8:55,49 | 9:01,51 | 9:07,81 | 9:07,81 | 9:28,03 |
| 4x200 LIVRES-S | 8:13,42 | 8:13,42 | 8:24,56 | | | 8:49,57 | 8:49,57 | 8:49,57 | 9:19,64 | 9:19,64 | 9:31,86 |
| 50 BRUÇOS | 0:31,35 | 0:31,35 | | 0:31,60 | 0:31,92 | | | | | | |
| 100 BRUÇOS | 1:08,82 | 1:08,82 | | 1:10,00 | 1:10,09 | | 1:10,73 | 1:12,89 | | 1:15,49 | 1:18,66 |
| 200 BRUÇOS | 2:27,19 | 2:27,19 | | 2:29,23 | 2:29,51 | | 2:31,32 | 2:36,99 | | 2:42,69 | 2:49,82 |
| 50 COSTAS | 0:29,33 | 0:29,40 | | 0:30,08 | 0:29,33 | | | | | | |
| 100 COSTAS | 1:03,42 | 1:03,42 | | 1:04,15 | 1:03,57 | | 1:03,92 | 1:04,90 | | 1:06,78 | 1:08,97 |
| 200 COSTAS | 2:15,27 | 2:15,27 | | 2:15,53 | 2:17,98 | | 2:17,38 | 2:20,53 | | 2:23,57 | 2:33,03 |
| 50 MARIPOSA | 0:27,27 | 0:27,27 | | 0:27,63 | 0:28,00 | | | | | | |
| 100 MARIPOSA | 0:58,76 | 0:58,76 | | 1:00,95 | 1:01,48 | | 1:03,14 | 1:03,73 | | 1:03,83 | 1:07,00 |
| 200 MARIPOSA | 2:08,03 | 2:08,03 | | 2:12,56 | 2:17,09 | | 2:15,56 | 2:20,75 | | 2:25,32 | 2:28,92 |
| 200 ESTILOS | 2:13,87 | 2:13,87 | | 2:17,22 | 2:20,61 | | 2:21,01 | 2:23,60 | | 2:27,21 | 2:32,93 |
| 400 ESTILOS | 4:40,11 | 4:40,11 | | 4:52,12 | 4:54,00 | | 4:58,08 | 5:01,00 | | 5:11,29 | 5:14,05 |
| 4x50 ESTILOS-C | 1:56,50 | 1:56,50 | 2:01,61 | | | | | | | | |
| 4x50 ESTILOS-S | 2:00,12 | s/t | 2:00,12 | | | | | | | | |
| 4x100 ESTILOS-C | 4:16,23 | 4:16,23 | 4:24,80 | | | 4:30,40 | 4:35,70 | 4:35,70 | 4:45,41 | 4:45,41 | 4:56,36 |
| 4x100 ESTILOS-S | 4:13,64 | 4:13,64 | 4:18,01 | | | 4:30,76 | 4:30,76 | 4:31,31 | 4:38,93 | 4:38,93 | 4:55,95 |

PISCINA DE 50m - PROVAS MISTAS

| | <u>ABS</u> | <u>SEN</u> | <u>JUN</u> | <u>JUN- -17</u> | <u>JUN- - 16</u> | <u>JUV</u> | <u>JUV A - 16</u> | <u>JUV B - 15</u> | <u>INF</u> | <u>INF A - 14</u> | <u>INF B - 13</u> |
|------------------------|------------|------------|------------|-----------------|------------------|------------|-------------------|-------------------|------------|-------------------|-------------------|
| 4x50 LIVRES-C | 1:57,08 | s/t | s/t | | | | | | | | |
| 4x50 LIVRES-S | s/t | s/t | s/t | | | | | | | | |
| 4x100 LIVRES-C | 3:43,48 | 3:43,48 | 4:09,32 | | | s/t | s/t | s/t | 4:01,87 | 4:01,87 | 4:15,46 |
| 4x100 LIVRES-S | 3:37,10 | 3:37,10 | s/t | | | 3:49,20 | 3:49,99 | s/t | 4:03,02 | 4:03,02 | 4:17,56 |
| 4x200 LIVRES-C | 8:51,77 | s/t | s/t | | | s/t | s/t | s/t | 8:51,77 | 8:51,77 | 9:19,25 |
| 4x200 LIVRES-S | 8:23,63 | s/t | s/t | | | s/t | s/t | s/t | s/t | s/t | s/t |
| 4x50 ESTILOS-C | 2:01,50 | s/t | 2:06,38 | | | | | | | | |
| 4x50 ESTILOS-S | s/t | s/t | s/t | | | | | | | | |
| 4x100 ESTILOS-C | 4:08,54 | s/t | 4:38,99 | | | s/t | s/t | s/t | 4:33,31 | 4:33,31 | 4:48,64 |
| 4x100 ESTILOS-S | 4:01,14 | 4:01,14 | s/t | | | 4:11,79 | 4:11,79 | s/t | 4:32,36 | 4:32,36 | 4:52,31 |

PISCINA DE 25m - PROVAS MASCULINAS**50 LIVRES**

| | | | | | |
|--------------------------|---------|------------------------------|--------|----------|--------------------|
| <u>INF B - 13</u> | 0:26,65 | Gabriel José Lopes | cdl | 19.06.10 | Lousã |
| <u>INF A - 14</u> | 0:25,30 | João Cruz Castro | csm | 12.04.14 | Funchal |
| <u>JUV B - 15</u> | 0:23,96 | Diogo Gomes Sousa | cvg | 12.12.09 | Ponte de Sôr |
| <u>JUV A - 16</u> | 0:24,00 | João Cruz Castro | cdsr | 27.07.16 | Funchal |
| <u>JUN- -17</u> | 0:23,14 | Tiago André Venâncio | cns | 26.06.04 | Reboleira |
| <u>JUN- -18</u> | 0:22,24 | Miguel Duarte Nascimento | portin | 08.12.12 | Porto – Fluvial |
| <u>SEN</u> | 0:21,64 | Alexandre Escudier Agostinho | fpn | 10.12.09 | Istambul |
| | 0:21,64 | Alexandre Escudier Agostinho | portin | 20.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>ABS</u> | 0:21,64 | Alexandre Escudier Agostinho | fpn | 10.12.09 | Istambul |
| | 0:21,64 | Alexandre Escudier Agostinho | portin | 20.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |

100 LIVRES

| | | | | | |
|--------------------------|---------|------------------------------|------|----------|-----------------------------|
| <u>INF B - 13</u> | 0:57,40 | Tiago Filipe Pereira | dnmg | 11.07.04 | Caldas da Rainha |
| <u>INF A - 14</u> | 0:54,35 | Diogo Matos Ribeiro | cuc | 01.07.18 | Sto. António dos Cavaleiros |
| <u>JUV B - 15</u> | 0:52,59 | Diogo Gomes Sousa | cvg | 13.12.09 | Ponte de Sôr |
| <u>JUV A - 16</u> | 0:50,82 | Tiago André Venâncio | cns | 23.03.03 | Braga |
| <u>JUN- -17</u> | 0:49,87 | Tiago André Venâncio | cns | 14.02.04 | Estoril |
| <u>JUN- -18</u> | 0:48,38 | Tiago André Venâncio | cns | 20.12.04 | Cantanhede |
| <u>SEN</u> | 0:47,64 | Alexandre Escudier Agostinho | fpn | 11.12.09 | Istambul |
| <u>ABS</u> | 0:47,64 | Alexandre Escudier Agostinho | fpn | 11.12.09 | Istambul |

200 LIVRES

| | | | | | |
|--------------------------|---------|-------------------------|---------|----------|--------------|
| <u>INF B - 13</u> | 2:04,75 | João Magalhães Nunes | cna | 30.06.12 | Algés |
| <u>INF A - 14</u> | 1:58,99 | Pedro Fontoura Oliveira | cfb | 10.06.04 | Cova Piedade |
| <u>JUV B - 15</u> | 1:55,53 | Diogo Filipe Carvalho | cga | 01.03.03 | Ilhavo |
| <u>JUV A - 16</u> | 1:51,06 | Tiago André Venâncio | cns | 22.03.03 | Braga |
| <u>JUN- -17</u> | 1:51,15 | Jorge Manuel Maia | gdnfama | 11.12.05 | Tomar |
| <u>JUN- -18</u> | 1:47,73 | Tiago André Venâncio | fpn | 12.12.04 | Viena |
| <u>SEN</u> | 1:45,25 | Luis Emanuel Vaz | gdnfama | 21.12.13 | Felgueiras |
| <u>ABS</u> | 1:45,25 | Luis Emanuel Vaz | gdnfama | 21.12.13 | Felgueiras |

400 LIVRES

| | | | | | |
|--------------------------|---------|--------------------------|------|----------|-----------------|
| <u>INF B - 13</u> | 4:21,95 | Pedro Fontoura Oliveira | cfb | 05.04.03 | Santarém |
| <u>INF A - 14</u> | 4:12,35 | André Vilas Ruivo | dnmg | 29.03.14 | Campo Maior |
| <u>JUV B - 15</u> | 4:03,22 | João Pedro Gil | anam | 08.07.12 | Algés |
| <u>JUV A - 16</u> | 3:59,31 | João Carlos Santos | anam | 08.07.12 | Algés |
| <u>JUN- -17</u> | 3:56,54 | Rui Filipe Costa | vsc | 24.11.07 | Felgueiras |
| <u>JUN- -18</u> | 3:50,52 | Adriano Miguel Niz | cfv | 26.06.04 | Fafe |
| <u>SEN</u> | 3:42,91 | Miguel Duarte Nascimento | slb | 09.12.17 | Porto – Fluvial |
| <u>ABS</u> | 3:42,91 | Miguel Duarte Nascimento | slb | 09.12.17 | Porto – Fluvial |

800 LIVRES

| | | | | | |
|--------------------------|---------|--------------------------|------|----------|-----------------|
| <u>INF B - 13</u> | 9:07,20 | André Vilas Ruivo | dnmg | 03.03.13 | Leiria |
| <u>INF A -14</u> | 8:36,36 | André Vilas Ruivo | dnmg | 25.05.14 | Nazaré |
| <u>JUV B - 15</u> | 8:27,18 | Rui Filipe Costa | vsc | 13.05.06 | Senhora da Hora |
| <u>JUV A -16</u> | 8:09,43 | Rui Filipe Costa | vsc | 12.05.07 | Senhora da Hora |
| <u>JUN- -17</u> | 8:00,80 | Gustavo Manuel Santa | cnla | 06.12.09 | Leiria |
| <u>JUN- -18</u> | 7:56,76 | Guilherme Filipe Pina | bscn | 11.12.15 | Porto - Fluvial |
| <u>SEN</u> | 7:46,18 | Miguel Duarte Nascimento | slb | 08.12.17 | Porto - Fluvial |
| <u>ABS</u> | 7:46,18 | Miguel Duarte Nascimento | slb | 08.12.17 | Porto - Fluvial |

1500 LIVRES

| | | | | | |
|--------------------------|----------|----------------------|-------|----------|-----------------|
| <u>INF B - 13</u> | 17:11,29 | André Vilas Ruivo | dnmg | 03.03.13 | Leiria |
| <u>INF A - 14</u> | 16:13,14 | André Vilas Ruivo | dnmg | 30.03.14 | Campo Maior |
| <u>JUV B -15</u> | 16:09,71 | Luís Miguel Monteiro | fcp | 01.03.98 | Lousada |
| <u>JUV A - 16</u> | 15:36,31 | Rui Filipe Costa | vsc | 04.03.07 | Braga |
| <u>JUN- -17</u> | 15:05,57 | Gustavo Manuel Santa | cnla | 06.12.09 | Leiria |
| <u>JUN- -18</u> | 15:06,77 | Filipe Miguel Santo | slb | 26.03.18 | Funchal |
| <u>SEN</u> | 15:00,65 | Rafael Lourenço Gil | sfuap | 13.12.15 | Porto - Fluvial |
| <u>ABS</u> | 15:00,65 | Rafael Lourenço Gil | sfuap | 13.12.15 | Porto - Fluvial |

4x50 LIVRES

| | | | | | |
|---------------------------|---------|---|-----|----------|-----------------|
| <u>JUN- - Club</u> | 1:35,32 | Daniel Nogueira Catalão Miguel Henriques Marques Rafael Alcântara Aires Filipe Miguel Santo | slb | 08.12.17 | Porto - Fluvial |
| <u>JUN- - Sel</u> | s/t | sem tempo limite | | | |
| <u>SEN - Club</u> | 1:29,97 | Rui Filipe Vilar Carlos Filipe Santos João Filipe Carvalho Paulo Jorge Santos | fcp | 04.12.09 | Leiria |
| <u>SEN - Sel</u> | 1:28,66 | Tiago André Venâncio Alexandre Escudier Agostinho Diogo Filipe Carvalho Duarte Rafael Mourão | fpn | 11.12.11 | Szczecin |
| <u>ABS - Club</u> | 1:29,97 | Paulo Jorge Santos João Filipe Carvalho Carlos Filipe Santos Rui Filipe Vilar | fcp | 04.12.09 | Leiria |
| <u>ABS - Sel</u> | 1:28,66 | Tiago André Venâncio Alexandre Escudier Agostinho Diogo Filipe Carvalho Duarte Rafael Mourão | fpn | 11.12.11 | Szczecin |

4x100 LIVRES

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|---|---------|----------|-----------------------|
| <u>INF B 13 – Club</u> | 4:05,06 | Miguel Ângelo Santos Hugo Gabriel Morais Daniel Pereira Silva João Pereira Tinoco | gdnfama | 28.06.13 | Vila Praia Ancora |
| <u>INF B 13 – Sel</u> | 3:59,30 | Diogo Matos Ribeiro José Diogo Dias Gonçalo Brites Moita Dinis Miranda Diogo | anc | 25.06.17 | Coimbra |
| <u>INF A 14 - Club</u> | 3:48,35 | José Pedro Freitas Miguel Ângelo Santos João Pereira Tinoco Hugo Gabriel Morais | gdnfama | 29.03.14 | Cantanhede |
| <u>INF A 14 - Sel</u> | 3:50,24 | Francisco Carvalho Machado João Alexandre Vital Steve Alexandre Soares Guilherme Assis Ramos | anl | 14.04.12 | Abrantes |
| <u>INF – Club</u> | 3:48,35 | José Pedro Freitas Miguel Ângelo Santos João Pereira Tinoco Hugo Gabriel Morais | gdnfama | 29.03.14 | Cantanhede |
| <u>INF – Sel</u> | 3:50,24 | Francisco Carvalho Machado João Alexandre Vital Steve Alexandre Soares Guilherme Assis Ramos | anl | 14.04.12 | Abrantes |
| <u>JUV B 15 - Club</u> | 3:42,92 | José Pedro Freitas Hugo Gabriel Morais Miguel Ângelo Santos João Pereira Tinoco | gdnfama | 13.12.14 | Estarreja |
| <u>JUV B Sel</u> | 3:41,83 | Tiago Moura Rodrigues Ricardo Lopes Silva Tomás Nogueira Gomes Paulo Vakulyuk | fpn | 12.11.17 | Vila Real Stº António |
| <u>JUV A 16 - Club</u> | 3:34,94 | Francisco Manso Teixeira Francisco Aguiar Morganho Pedro Camacho Sousa Henrique Luis Vargas | cnf | 11.07.14 | Funchal |
| <u>JUV A - Sel</u> | 3:35,53 | Tiago André Venâncio José João Bica José Meireles Parente André Jorge Vieira | fpn | 21.06.03 | Rio Maior |
| <u>JUV – Club</u> | 3:34,94 | Francisco Manso Teixeira Francisco Aguiar Morganho Pedro Camacho Sousa Henrique Luis Vargas | cnf | 11.07.14 | Funchal |
| <u>JUV - Sel</u> | 3:35,53 | Tiago André Venâncio José João Bica José Meireles Parente André Jorge Vieira | fpn | 21.06.03 | Rio Maior |

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|---|---------|----------|--------------------|
| <u>JUN- – Club</u> | 3:29,40 | Daniel Nogueira Catalão Miguel Henriques Marques Rafael Alcântara Aires Filipe Miguel Santos | slb | 10.12.17 | Porto – Fluvial |
| <u>JUN- - Sel</u> | 3:36,87 | Nuno Filipe Cancelinha Nuno Miguel Macedo Bruno Emanuel Graça João Francisco Oliveira | fpn | 16.04.00 | Salamanca |
| <u>SEN - Club</u> | 3:17,44 | Duarte Rafael Mourão Fábio André Figueira Simão Gomes Morgado Carlos Esteves Almeida | cna | 19.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>SEN - Sel</u> | 3:18,23 | Tiago André Venâncio Miguel Martins Pires Adriano Miguel Niz João Pedro Araújo | fpn | 05.04.06 | Xangai |
| <u>ABS - Club</u> | 3:17,44 | Duarte Rafael Mourão Fábio André Figueira Simão Gomes Morgado Carlos Esteves Almeida | cna | 19.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>ABS - Sel</u> | 3:18,23 | Tiago André Venâncio Miguel Martins Pires Adriano Miguel Niz João Pedro Araújo | fpn | 05.04.06 | Xangai |
| 4x200 LIVRES | | | | | |
| <u>INF B 13 - Club</u> | 8:56,37 | Vitor Belo Clara Nuno Marques Silva Rodrigo Miguel Reis Ricardo Morais Faria | adba | 25.06.17 | Leiria |
| <u>INF B - Sel</u> | 8:46,43 | José Diogo Dias Diogo Matos Ribeiro Gonçalo Brites Moita Dinis Miranda Diogo | anc | 25.06.17 | Coimbra |
| <u>INF A 14 - Club</u> | 8:19,63 | José Pedro Freitas João Pereira Tinoco Miguel Ângelo Santos Hugo Gabriel Morais | gdnfama | 08.03.14 | Paços de Ferreira |
| <u>INF A - Sel</u> | 9:04,97 | Martim Miranda Machado Manuel Baptista Simões Vitor Teixeira Oliveira Gonçalo Pires Lourenço | anc | 25.06.17 | Coimbra |
| <u>INF – Club</u> | 8:19,63 | José Pedro Freitas João Pereira Tinoco Miguel Ângelo Santos Hugo Gabriel Morais | gdnfama | 08.03.14 | Paços de Ferreira |
| <u>INF - Sel</u> | 8:46,43 | José Diogo Dias Diogo Matos Ribeiro Gonçalo Brites Moita Dinis Miranda Diogo | anc | 25.06.17 | Coimbra |
| <u>JUV B 15 - Club</u> | 8:07,64 | José Pedro Freitas | | | |

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|--|---------|----------|--------------------|
| <u>JUV B 15 - Sel</u> | 8:20,43 | Hugo Gabriel Morais Miguel Ângelo Santos João Pereira Tinoco Rodrigo Alexandre Travassos Tomás Pedrosa Miguel Paulo André Frota | gdnfama | 12.12.14 | Estarreja |
| <u>JUV A 16 - Club</u> | 7:49,50 | João Neto Pereira Miguel Ângelo Alves Rafael Lourenço Gil Rafael Filipe Nunes | anc | 25.06.17 | Coimbra |
| <u>JUV A 16 - Sel</u> | 7:57,39 | João Carlos Santos Adriano Miguel Niz Carlos Miguel Tinoco Vítor Campelo Ramalho | anam | 06.07.12 | Algés |
| <u>JUV Club</u> | 7:49,50 | Sérgio Daniel Barbosa Miguel Ângelo Alves Rafael Lourenço Gil Rafael Filipe Nunes | annp | 17.03.02 | Torrelavega |
| <u>JUV - Sel</u> | 7:57,39 | João Carlos Santos Adriano Miguel Niz Carlos Miguel Tinoco Vítor Campelo Ramalho | anam | 06.07.12 | Algés |
| <u>JUN- - Club</u> | 7:35,58 | Sérgio Daniel Barbosa Rafael Lourenço Gil Fábio Alcântara Aires João Pedro Gil | annp | 17.03.02 | Torrelavega |
| <u>JUN- - Sel</u> | 7:55,00 | João Carlos Santos Lucas Pereira Bastos Miguel Diogo Agostinho Pedro Guilherme Ferreira | anam | 22.12.13 | Felgueiras |
| <u>SEN - Club</u> | 7:15,07 | João Pedro Gomes Fábio André Figueira Daniel Ricardo Viegas Duarte Rafael Mourão | anc | 25.06.17 | Coimbra |
| <u>SEN - Sel</u> | 7:04,93 | Carlos Esteves Almeida Miguel Duarte Nascimento Gabriel José Lopes Diogo Filipe Carvalho | cna | 20.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>ABS - Club</u> | 7:15,07 | Alexis Manaças Santos Fábio André Figueira Daniel Ricardo Viegas Duarte Rafael Mourão | fpn | 09.12.16 | Windsor |
| <u>ABS - Sel</u> | 7:04,93 | Carlos Esteves Almeida Miguel Duarte Nascimento Gabriel José Lopes Diogo Filipe Carvalho | cna | 20.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>ABS - Sel</u> | | Alexis Manaças Santos | fpn | 09.12.16 | Windsor |
| 50 BRUÇOS | | | | | |
| <u>JUN- -17</u> | 0:28,56 | Pedro Miguel Agostinho | slb | 03.05.09 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>JUN- -18</u> | 0:28,55 | Simão Miguel Capitão | clamas | 24.05.15 | Senhora da Hora |
| <u>SEN</u> | 0:27,16 | Carlos Esteves Almeida | esjb | 21.12.14 | Porto - Fluvial |

| | | | | | |
|--------------------------|---------|------------------------|------|----------|--------------------|
| <u>ABS</u> | 0:27,16 | Carlos Esteves Almeida | esjb | 21.12.14 | Porto - Fluvial |
| 100 BRUÇOS | | | | | |
| <u>INF B - 13</u> | 1:09,54 | André Gonçalo Santos | lsc | 15.05.10 | Lousada |
| <u>INF A - 14</u> | 1:07,92 | André Gonçalo Santos | lsc | 12.03.11 | Viseu |
| <u>JUV B - 15</u> | 1:04,22 | André Gonçalo Santos | lsc | 04.03.12 | Braga |
| <u>JUV A - 16</u> | 1:03,39 | André Gonçalo Santos | lsc | 21.12.12 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>JUN- -17</u> | 1:02,99 | André Gonçalo Santos | lsc | 21.12.13 | Felgueiras |
| <u>JUN- -18</u> | 1:01,25 | Pedro Miguel Agostinho | scp | 19.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>SEN</u> | 0:58,19 | Carlos Esteves Almeida | fpn | 22.11.12 | Chartres |
| <u>ABS</u> | 0:58,19 | Carlos Esteves Almeida | fpn | 22.11.12 | Chartres |
| 200 BRUÇOS | | | | | |
| <u>INF B - 13</u> | 2:37,57 | Tomás Miguel Freitas | cdn | 13.07.03 | Funchal – Nazaré |
| <u>INF A - 14</u> | 2:29,20 | Paulo Rodrigues Alves | cdn | 01.08.18 | Funchal - Penteadá |
| <u>JUV B - 15</u> | 2:20,22 | André Gonçalo Santos | lsc | 03.03.12 | Braga |
| <u>JUV A - 16</u> | 2:18,22 | André Gonçalo Santos | lsc | 08.03.13 | Felgueiras |
| <u>JUN- -17</u> | 2:16,24 | Jorge Jesus Silva | scb | 10.12.16 | Funchal |
| <u>JUN- -18</u> | 2:13,22 | André Gonçalo Santos | lsc | 19.12.14 | Porto - Fluvial |
| <u>SEN</u> | 2:05,59 | Carlos Esteves Almeida | fpn | 25.11.12 | Chartres |
| <u>ABS</u> | 2:05,59 | Carlos Esteves Almeida | fpn | 25.11.12 | Chartres |
| 50 COSTAS | | | | | |
| <u>JUN- -17</u> | 0:25,37 | Gabriel José Lopes | cdl | 11.05.14 | Pedrulha - Coimbra |
| <u>JUN- -18</u> | 0:25,01 | Alexis Manaças Santos | scp | 04.12.09 | Leiria |
| <u>SEN</u> | 0:23,86 | Alexis Manaças Santos | fpn | 17.12.17 | Copenhaga |
| <u>ABS</u> | 0:23,86 | Alexis Manaças Santos | fpn | 17.12.17 | Copenhaga |
| 100 COSTAS | | | | | |
| <u>INF B - 13</u> | 1:04,62 | José Diogo Dias | fbsc | 07.05.17 | Pedrulha - Coimbra |
| <u>INF A - 14</u> | 0:59,50 | Ricardo Lopes Silva | dnmg | 10.06.17 | Caldas da Rainha |
| <u>JUV B - 15</u> | 0:57,38 | Gabriel José Lopes | cdl | 13.05.12 | Coimbra |
| <u>JUV A - 16</u> | 0:56,45 | Diogo Gomes Sousa | cvg | 04.12.10 | Porto – Fluvial |
| <u>JUN- -17</u> | 0:54,97 | Gabriel José Lopes | cdl | 11.05.14 | Pedrulha - Coimbra |
| <u>JUN- -18</u> | 0:53,88 | Alexis Manaças Santos | scp | 05.12.09 | Leiria |
| <u>SEN</u> | 0:51,68 | Gabriel José Lopes | fpn | 14.12.17 | Copenhaga |
| <u>ABS</u> | 0:51,68 | Gabriel José Lopes | fpn | 14.12.17 | Copenhaga |

200 COSTAS

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------|------|----------|--------------------|
| <u>INF B - 13</u> | 2:15,27 | André Vilas Ruivo | dnmg | 16.03.13 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>INF A - 14</u> | 2:09,17 | João Alexandre Vital | cimm | 29.06.12 | Algés |
| <u>JUV B - 15</u> | 2:04,99 | João Alexandre Vital | cimm | 09.03.13 | Estoril |
| <u>JUV A - 16</u> | 2:01,43 | Diogo Gomes Sousa | cvg | 04.06.11 | Algés |
| <u>JUN- -17</u> | 1:59,34 | Adriano Miguel Niz | cfv | 16.05.03 | Algés |
| <u>JUN- -18</u> | 1:58,37 | Adriano Miguel Niz | cfv | 03.07.04 | Alhadas |
| <u>SEN</u> | 1:53,06 | Pedro Diogo Oliveira | fpn | 22.11.12 | Chartres |
| <u>ABS</u> | 1:53,06 | Pedro Diogo Oliveira | fpn | 22.11.12 | Chartres |

50 MARIPOSA

| | | | | | |
|------------------------|---------|----------------------|------|----------|-----------------|
| <u>JUN- -17</u> | 0:25,29 | Koen Weustink | gcvr | 19.03.17 | Mirandela |
| <u>JUN- -18</u> | 0:24,68 | João Miguel Ascensão | fcp | 21.12.14 | Porto - Fluvial |
| <u>SEN</u> | 0:23,50 | Tiago André Venâncio | fpn | 11.12.11 | Szczecin |
| <u>ABS</u> | 0:23,50 | Tiago André Venâncio | fpn | 11.12.11 | Szczecin |

100 MARIPOSA

| | | | | | |
|--------------------------|---------|-------------------------|------|----------|-----------------|
| <u>INF B - 13</u> | 1:01,78 | Fábio Parrilha da Silva | cnal | 01.04.00 | Penafiel |
| <u>INF A - 14</u> | 0:59,56 | Fábio Parrilha da Silva | cnal | 07.04.01 | Leiria |
| <u>JUV B - 15</u> | 0:57,32 | Diogo Filipe Carvalho | cga | 10.06.03 | Estarreja |
| <u>JUV A - 16</u> | 0:55,60 | Diogo Gomes Sousa | cvg | 05.12.10 | Porto – Fluvial |
| <u>JUN- -17</u> | 0:53,97 | Tiago André Venâncio | cns | 15.02.04 | Estoril |
| <u>JUN- -18</u> | 0:53,87 | Tiago André Venâncio | cns | 19.12.04 | Cantanhede |
| <u>SEN</u> | 0:51,45 | Diogo Filipe Carvalho | fpn | 11.11.09 | Estocolmo |
| <u>ABS</u> | 0:51,45 | Diogo Filipe Carvalho | fpn | 11.11.09 | Estocolmo |

200 MARIPOSA

| | | | | | |
|--------------------------|---------|-----------------------|------|----------|------------------|
| <u>INF B - 13</u> | 2:19,18 | André Vilas Ruivo | dnmg | 01.06.13 | Nazaré |
| <u>INF A - 14</u> | 2:12,42 | Tomás Miguel Freitas | cdn | 11.07.04 | Funchal – Nazaré |
| <u>JUV B - 15</u> | 2:07,06 | Pedro Diogo Oliveira | cnrm | 24.05.03 | Entroncamento |
| <u>JUV A - 16</u> | 2:03,38 | Diogo Parrilha Silva | cnal | 13.06.09 | Alcobaça |
| <u>JUN- -17</u> | 1:59,93 | Diogo Filipe Carvalho | cga | 05.03.05 | Mealhada |
| <u>JUN- -18</u> | 1:58,64 | Diogo Filipe Carvalho | cga | 09.12.05 | Tomar |
| <u>SEN</u> | 1:53,39 | Diogo Filipe Carvalho | fpn | 12.12.09 | Istambul |
| <u>ABS</u> | 1:53,39 | Diogo Filipe Carvalho | fpn | 12.12.09 | Istambul |

100 ESTILOS

| | | | | | |
|------------------------|---------|-----------------------|-----|----------|---------|
| <u>JUN- -17</u> | 0:57,40 | Diogo Filipe Carvalho | cga | 14.05.05 | Aveiro |
| <u>JUN- -18</u> | 0:56,47 | Alexis Manaças Santos | scp | 06.12.09 | Leiria |
| <u>SEN</u> | 0:53,06 | Alexis Manaças Santos | fpn | 08.12.16 | Windsor |
| <u>ABS</u> | 0:53,06 | Alexis Manaças Santos | fpn | 08.12.16 | Windsor |

200 ESTILOS

| | | | | | |
|--------------------------|---------|-----------------------|------|----------|----------|
| <u>INF B - 13</u> | 2:17,96 | André Vilas Ruivo | dnmg | 02.06.13 | Nazaré |
| <u>INF A - 14</u> | 2:13,38 | Tomás Miguel Freitas | cdn | 17.07.04 | Machico |
| <u>JUV B - 15</u> | 2:08,27 | Diogo Filipe Carvalho | cga | 10.05.03 | Fafe |
| <u>JUV A - 16</u> | 2:05,34 | Diogo Filipe Carvalho | cga | 15.05.04 | Aveiro |
| <u>JUN- -17</u> | 2:02,96 | Diogo Filipe Carvalho | cga | 06.03.05 | Mealhada |
| <u>JUN- -18</u> | 2:00,59 | Gabriel José Lopes | aln | 10.05.15 | Coimbra |
| <u>SEN</u> | 1:53,45 | Diogo Filipe Carvalho | fpn | 04.12.15 | Netanya |
| <u>ABS</u> | 1:53,45 | Diogo Filipe Carvalho | fpn | 04.12.15 | Netanya |

400 ESTILOS

| | | | | | |
|--------------------------|---------|-----------------------|------|----------|--------------------|
| <u>INF B - 13</u> | 4:49,65 | André Vilas Ruivo | dnmg | 15.03.13 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>INF A - 14</u> | 4:40,32 | Tomás Miguel Freitas | cdn | 09.07.04 | Funchal – Nazaré |
| <u>JUV B - 15</u> | 4:35,02 | Diogo Filipe Carvalho | cga | 21.03.03 | Braga |
| <u>JUV A - 16</u> | 4:25,04 | João Alexandre Vital | cimm | 13.12.13 | Tomar |
| <u>JUN- -17</u> | 4:21,93 | João Alexandre Vital | cimm | 19.12.14 | Porto - Fluvial |
| <u>JUN- -18</u> | 4:11,20 | João Alexandre Vital | scp | 11.12.15 | Porto - Fluvial |
| <u>SEN</u> | 4:06,83 | Diogo Filipe Carvalho | fpn | 11.12.09 | Istambul |
| <u>ABS</u> | 4:06,83 | Diogo Filipe Carvalho | fpn | 11.12.09 | Istambul |

4x50 ESTILOS

| | | | | | |
|---------------------------|---------|--|------|----------|-----------------|
| <u>JUN- - Club</u> | 1:44,80 | Ruben Oliveira Lopes Leonardo Cardoso Figueiredo Artur José Reis João Miguel Ascensão | fcp | 21.12.13 | Felgueiras |
| <u>JUN- - Sel</u> | | sem tempo limite | | | |
| <u>SEN - Club</u> | 1:38,95 | Diogo Gomes Sousa Carlos Esteves Almeida Duarte Rafael Mourão João Silva Gigante | esjb | 20.12.14 | Porto - Fluvial |
| <u>SEN - Sel</u> | | sem tempo limite | | | |
| <u>ABS - Club</u> | 1:38,95 | Diogo Gomes Sousa Carlos Esteves Almeida Duarte Rafael Mourão João Silva Gigante | esjb | 20.12.14 | Porto - Fluvial |
| <u>ABS - Sel</u> | 1:38,72 | Nuno Filipe Laurentino Hélder José Lopes Simão Gomes Morgado Pedro Nuno Silva | fpn | 12.12.02 | Riesa |

4x100 ESTILOS

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|---|---------|----------|--------------------|
| <u>INF B 13 - Club</u> | 4:35,54 | Daniel Pereira Silva Miguel Ângelo Santos Hugo Gabriel Morais Rogério José Machado | gdnfama | 17.03.13 | Porto – Fluvial |
| <u>INF B 13 - Sel</u> | 4:23,82 | José Diogo Dias Rafael Alves Campos Gonçalo Brites Moita Diogo Matos Ribeiro | anc | 24.06.17 | Pedrulha - Coimbra |
| <u>INF A 14 - Club</u> | 4:12,48 | Diogo Nuno Valente Martim Rebelo Malfeito | | | |

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|--|---------|----------|-----------------|
| <u>INF A 14 - Sel</u> | 4:13,16 | Vicente Oliveira Gomes Ruy Manuel Domingos João Pereira Tinoco Miguel Ângelo Santos Hugo Gabriel Morais | scp | 20.03.16 | Tomar |
| <u>INF Club</u> | 4:12,48 | José Pedro Freitas Diogo Nuno Valente Martim Rebelo Malfeito Vicente Oliveira Gomes Ruy Manuel Domingos | annp | 12.04.14 | Abrantes |
| <u>INF Sel</u> | 4:13,16 | João Pereira Tinoco Miguel Ângelo Santos Hugo Gabriel Morais José Pedro Freitas | scp | 20.03.16 | Tomar |
| <u>JUV B 15 - Club</u> | 4:04,46 | João Pereira Tinoco Miguel Ângelo Santos Hugo Gabriel Morais José Pedro Freitas | annp | 12.04.14 | Abrantes |
| <u>JUV B - Sel</u> | 4:08,04 | João Pedro Dias Duarte Anastácio Sousa Rodrigo Alexandre Travassos Tomás Pedrosa Miguel | gdnfama | 14.12.14 | Estarreja |
| <u>JUV A 16 - Club</u> | 4:00,34 | Diogo Nuno Valente Martim Rebelo Malfeito Ruy Manuel Domingos Vicente Oliveira Gomes José João Bica | anc | 24.06.17 | Coimbra |
| <u>JUV A - Sel</u> | 3:55,62 | Nuno Gonçalo Quintanilha Tiago André Venâncio André Jorge Vieira João Francisco Lopes Mário Jorge Veloso | scp | 17.12.17 | Albufeira |
| <u>JUV Club</u> | 3:59,81 | Luis Filipe Ribeiro José Pedro Fernandes José João Bica Nuno Gonçalo Quintanilha Tiago André Venâncio | fnp | 21.06.03 | Rio Maior |
| <u>JUV Sel</u> | 3:55,62 | André Jorge Vieira José Paulo Lopes Rafael Gomes Simões Jorge Jesus Silva João Peixoto Pereira | scb | 06.07.14 | Ponte da Barca |
| <u>JUN- - Club</u> | 3:50,30 | Mário Moura Carvalho José Guilherme Couto Ricardo Jorge Santos Miguel Azevedo Portela | fnp | 21.06.03 | Rio Maior |
| <u>JUN- - Sel</u> | 3:58,17 | | scb | 08.12.17 | Porto – Fluvial |
| <u>SEN - Club</u> | 3:34,53 | Pedro Diogo Oliveira Carlos Esteves Almeida Rafael Duarte Mourão João Silva Gigante | fnp | 18.12.94 | Madrid |
| | | | esjb | 19.12.14 | Porto – Fluvial |

| | | | | | |
|--------------------------|---------|--|------|----------|-----------------|
| <u>SEN - Sel</u> | 3:30,21 | Gabriel José Lopes Diogo Filipe Carvalho Alexis Manaças Santos Miguel Duarte Nascimento | fpn | 11.12.16 | Windsor |
| <u>ABS - Club</u> | 3:34,53 | Pedro Diogo Oliveira Carlos Esteves Almeida Rafael Duarte Mourão João Silva Gigante | esjb | 19.12.14 | Porto – Fluvial |
| <u>ABS - Sel</u> | 3:30,21 | Gabriel José Lopes Diogo Filipe Carvalho Alexis Manaças Santos Miguel Duarte Nascimento | fpn | 11.12.16 | Windsor |

PISCINA DE 25m - PROVAS FEMININAS**50 LIVRES**

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------------|------|----------|-----------------------|
| <u>INF B - 12</u> | 0:27,89 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 13.05.17 | Espinho |
| <u>INF A - 13</u> | 0:27,56 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 19.05.18 | Espinho |
| <u>JUV B - 14</u> | 0:26,85 | Ana Margarida Guedes | gcvr | 05.07.15 | Bragança |
| <u>JUV A - 15</u> | 0:26,60 | Catarina Silva Soares | annp | 27.01.18 | Abrantes |
| <u>JUN B - 16</u> | 0:26,14 | Maria Carolina Rosa | scp | 20.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>JUN A - 17</u> | 0:25,95 | Beatriz Mendes Viegas | tnc | 12.11.16 | Vila Real Stº António |
| <u>SEN</u> | 0:24,94 | Patrícia Vilas Conceição | cna | 20.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>ABS</u> | 0:24,94 | Patrícia Vilas Conceição | cna | 20.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |

100 LIVRES

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------------|------|----------|--------------------|
| <u>INF B - 12</u> | 1:00,13 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 08.04.17 | Mealhada |
| <u>INF A - 13</u> | 0:58,55 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 11.03.18 | Felgueiras |
| <u>JUV B - 14</u> | 0:59,09 | Camila Rodrigues Rebelo | aln | 03.12.16 | Ponte da Barca |
| <u>JUV A - 15</u> | 0:57,52 | Raquel Gomes Pereira | sad | 10.05.15 | Algés |
| <u>JUN B - 16</u> | 0:56,72 | Ana Reis Sousa | cnla | 08.12.17 | Porto – Fluvial |
| <u>JUN A - 17</u> | 0:56,54 | Diana Margarida Durães | fcp | 07.12.12 | Porto – Fluvial |
| <u>SEN</u> | 0:55,43 | Patrícia Vilas Conceição | cna | 20.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>ABS</u> | 0:55,43 | Patrícia Vilas Conceição | cna | 20.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |

200 LIVRES

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------------|------|----------|-----------------|
| <u>INF B - 12</u> | 2:11,27 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 25.03.17 | Mealhada |
| <u>INF A - 13</u> | 2:07,47 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 09.03.18 | Felgueiras |
| <u>JUV B - 14</u> | 2:04,38 | Camila Rodrigues Rebelo | anc | 25.06.17 | Coimbra |
| <u>JUV A - 15</u> | 2:04,01 | Alexandra Couto Frazão | anc | 25.06.17 | Coimbra |
| <u>JUN B - 16</u> | 2:01,17 | Ana Reis Sousa | cnla | 03.12.17 | Leiria |
| <u>JUN A - 17</u> | 2:02,89 | Diana Margarida Durães | fcp | 09.12.12 | Porto – Fluvial |
| <u>SEN</u> | 1:58,62 | Diana Margarida Durães | fpn | 16.12.17 | Copenhaga |
| <u>ABS</u> | 1:58,62 | Diana Margarida Durães | fpn | 16.12.17 | Copenhaga |

400 LIVRES

| | | | | | |
|--------------------------|---------|-------------------------|-------|----------|---------------|
| <u>INF B - 12</u> | 4:38,40 | Filipa Vilas Ruivo | dnmg | 13.06.09 | Alcobaça |
| <u>INF A - 13</u> | 4:25,30 | Alexandra Maria Silva | fcp | 19.07.80 | Antas |
| <u>JUV B - 14</u> | 4:23,08 | Susana Patrícia Miguel | sfuap | 15.05.04 | Alhandra |
| <u>JUV A - 15</u> | 4:18,39 | Ana Cláudia Santos | sfuap | 20.12.04 | Cantanhede |
| <u>JUN B - 16</u> | 4:13,53 | Ana Reis Sousa | cnla | 09.12.17 | Porto-Fluvial |
| <u>JUN A - 17</u> | 4:10,52 | Tamila Hryhorivna Holub | scb | 12.12.15 | Porto-Fluvial |
| <u>SEN</u> | 4:04,61 | Diana Margarida Durães | fpn | 17.12.17 | Copenhaga |
| <u>ABS</u> | 4:04,61 | Diana Margarida Durães | fpn | 17.12.17 | Copenhaga |

800 LIVRES

| | | | | | |
|--------------------------|---------|-------------------------|-------|----------|---------------|
| <u>INF B - 12</u> | 9:33,95 | Filipa Vilas Ruivo | dnmg | 16.05.09 | Nazaré |
| <u>INF A - 13</u> | 9:03,90 | Alexandra Maria Silva | fcp | 13.07.80 | Porto - Antas |
| <u>JUV B - 14</u> | 9:00,27 | Alexandra Maria Silva | fpn | 20.12.80 | Antibes |
| <u>JUV A - 15</u> | 8:46,74 | Ana Cláudia Santos | sfuap | 19.12.04 | Cantanhede |
| <u>JUN B - 16</u> | 8:45,41 | Tamila Hryhorivna Holub | scb | 21.12.14 | Porto-Fluvial |
| <u>JUN A - 17</u> | 8:32,83 | Tamila Hryhorivna Holub | scb | 13.12.15 | Porto-Fluvial |
| <u>SEN</u> | 8:24,09 | Diana Margarida Durães | fpn | 03.08.17 | Moscovo |
| <u>ABS</u> | 8:24,09 | Diana Margarida Durães | fpn | 03.08.17 | Moscovo |

1500 LIVRES

| | | | | | |
|--------------------------|----------|-------------------------|------|----------|-------------------|
| <u>INF B - 12</u> | 18:28,43 | Mafalda Sofia Rosa | cnrm | 14.03.15 | Coruche |
| <u>INF A - 13</u> | 17:18,20 | Alexandra Maria Silva | fcp | 23.07.80 | Porto - Antas |
| <u>JUV B - 14</u> | 17:17,43 | Tamila Hryhorivna Holub | scb | 30.06.13 | Vila Praia Ancora |
| <u>JUV A - 15</u> | 16:54,39 | Tamila Hryhorivna Holub | scb | 16.03.14 | Vila Praia Ancora |
| <u>JUN B - 16</u> | 16:44,26 | Tamila Hryhorivna Holub | scb | 19.12.14 | Porto - Fluvial |
| <u>JUN A - 17</u> | 16:11,67 | Tamila Hryhorivna Holub | scb | 11.12.15 | Porto - Fluvial |
| <u>SEN</u> | 16:18,04 | Angélica Maria André | cfp | 08.12.17 | Porto - Fluvial |
| <u>ABS</u> | 16:11,67 | Tamila Hryhorivna Holub | scb | 11.12.15 | Porto - Fluvial |

4x50 LIVRES

| | | | | | |
|---------------------------|---------|--|-----|----------|------------|
| <u>JUN- - Club</u> | 1:46,86 | Maria Carolina Rosa Patrícia Garcia Marinho Filipa Vilas Tiago Mafalda Gomes Beleza | scp | 04.12.09 | Leiria |
| <u>JUN- - Sel</u> | 1:48,75 | Rafaela Gomes Azevedo Luísa Maria Machado Ana Reis Sousa Letícia Maia André | fpn | 15.04.18 | Felgueiras |
| <u>SEN - Club</u> | 1:43,49 | Sara Beatriz Loureiro Sara Freitas Oliveira Alexandra Paiva Oliveira Marta Vieira Marinho | fcp | 04.12.09 | Leiria |
| <u>SEN - Sel</u> | | sem tempo limite | | | |
| <u>ABS - Club</u> | 1:43,49 | Sara Beatriz Loureiro Sara Freitas Oliveira Alexandra Paiva Oliveira Marta Vieira Marinho | fcp | 04.12.09 | Leiria |
| <u>ABS - Sel</u> | 1:48,75 | Rafaela Gomes Azevedo Luísa Maria Machado Ana Reis Sousa Letícia Maia André | fpn | 15.04.18 | Felgueiras |

4x100 LIVRES

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|--|-----|----------|------------|
| <u>INF B 12 – Club</u> | 4:23,50 | Carolina Miranda Fernandes Maria Carolina Almeida Leonor Ferreira Sequeira Lara Rodrigues Vasconcelos | cga | 21.05.17 | Mealhada |
| <u>INF B 12 – Sel</u> | | sem tempo limite | | | |
| <u>INF A 13 - Club</u> | 4:13,11 | Carolina Miranda Fernandes Leonor Ferreira Sequeira Maria Carolina Almeida Lara Rodrigues Vasconcelos | cga | 11.03.18 | Felgueiras |
| <u>INF A 13 - Sel</u> | 4:11,11 | Laura Sanchez Rodrigues Sofia Alexandra Nunes Raquel Gomes Pereira Catarina Martins Mestre | anl | 13.04.13 | Abrantes |
| <u>INF Club</u> | 4:13,11 | Carolina Miranda Fernandes Leonor Ferreira Sequeira Maria Carolina Almeida Lara Rodrigues Vasconcelos | cga | 11.03.18 | Felgueiras |
| <u>INF Sel</u> | 4:11,11 | Laura Sanchez Rodrigues Sofia Alexandra Nunes Raquel Gomes Pereira Catarina Martins Mestre | anl | 13.04.13 | Abrantes |

| | | | | | | |
|-------------------------------|---------|--|---------|----------|--------------------------|--|
| <u>JUV B 14 - Club</u> | 4:08,36 | Maria Inês Leitão Joana Filipa Viana Maria João Dolores Ana Rita Rolo | | | | |
| <u>JUV B 14 - Sel</u> | 4:05,09 | Mariana Pacheco Cunha Maria Gomes Pereira Maria Ferreira Moura Maria Vieira Marques | scp | 10.03.02 | Guimarães | |
| <u>JUV A 15 - Club</u> | 4:05,16 | Maria Francisca Cabral Sara Vitória Ramos Marta Alexandra Canedo Ana Rita Faria | fpn | 11.11.17 | Vila Real de Stº António | |
| <u>JUV A 15 - Sel</u> | 4:02,04 | Raquel Gomes Pereira Sofia Alexandra Nunes Catarina Martins Mestre Laura Sanchez Rodrigues | fcp | 14.12.14 | Estarreja | |
| <u>JUV Club</u> | 4:05,16 | Maria Francisca Cabral Sara Vitória Ramos Marta Alexandra Canedo Ana Rita Faria | anl | 21.02.15 | Abrantes | |
| <u>JUV Sel</u> | 4:02,04 | Raquel Gomes Pereira Sofia Alexandra Nunes Catarina Martins Mestre Laura Sanchez Rodrigues | fcp | 14.12.14 | Estarreja | |
| <u>JUN - Club</u> | 3:56,01 | Maria Carolina Rosa Patrícia Garcia Marinho Filipa Vilas Tiago Mafalda Gomes Beleza | anl | 21.02.15 | Abrantes | |
| <u>JUN - Sel</u> | 4:04,76 | Cristiana Oliveira Marques Sara Catarina Oliveira Marisa Santos Freitas Mariana Sampaio Silva | scp | 06.12.09 | Leiria | |
| <u>SEN - Club</u> | 3:44,99 | Sara Freitas Oliveira Sara Beatriz Loureiro Alexandra Paiva Oliveira Marta Vieira Marinho | annp | 14.04.02 | Segóvia | |
| <u>SEN - Sel</u> | 3:52,90 | Diana Margarida Durães Joana Patricia Pinto Victoria Kaminskaya Ana Sofia Leite | fcp | 04.12.10 | Porto – Fluvial | |
| <u>ABS - Club</u> | 3:44,99 | Sara Freitas Oliveira Sara Beatriz Loureiro Alexandra Paiva Oliveira Marta Vieira Marinho | fpn | 09.11.14 | Vila Real de Stº António | |
| <u>ABS - Sel</u> | 3:52,90 | Diana Margarida Durães Joana Patricia Pinto Victoria Kaminskaya Ana Sofia Leite | fcp | 04.12.10 | Porto – Fluvial | |
| <u>ABS - Sel</u> | 3:52,90 | Diana Margarida Durães Joana Patricia Pinto Victoria Kaminskaya Ana Sofia Leite | fpn | 09.11.14 | Vila Real de Stº António | |
| 4x200 LIVRES | | | | | | |
| <u>INF B 12- Club</u> | 9:32,41 | Ana Silva Costa Carla Luísa Alves Bárbara Nogueira Gonçalves Catarina Alexandra Jardim | | | | |
| <u>INF B - Sel</u> | 9:37,43 | Ana Matos Cabral Marisa Isabel Nobre | gdnfama | 05.03.10 | Ponte da Barca | |

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|----------------------------|---------|----------|-----------|
| | | Manuela Paccola Junqueira | | | |
| | | Beatriz Ferreira Coisas | anc | 25.06.17 | Coimbra |
| <u>INF A 13 - Club</u> | 9:05,75 | Ana Silva Costa | | | |
| | | Carla Luísa Alves | | | |
| | | Catarina Alexandra Jardim | | | |
| | | Bárbara Nogueira Gonçalves | gdnfama | 11.03.11 | Viseu |
| <u>INF A 13 - Sel</u> | 9:20,59 | Carolina Carreira Dias | | | |
| | | Ana Carolina Monteiro | | | |
| | | Matilde Alves Florêncio | | | |
| | | Joana Francisca Rodrigues | anc | 25.06.17 | Coimbra |
| <u>INF Club</u> | 9:05,75 | Ana Silva Costa | | | |
| | | Carla Luísa Alves | | | |
| | | Catarina Alexandra Jardim | | | |
| | | Bárbara Nogueira Gonçalves | gdnfama | 11.03.11 | Viseu |
| <u>INF Sel</u> | 9:20,59 | Carolina Carreira Dias | | | |
| | | Ana Carolina Monteiro | | | |
| | | Matilde Alves Florêncio | | | |
| | | Joana Francisca Rodrigues | anc | 25.06.17 | Coimbra |
| <u>JUV B 14 - Club</u> | 8:52,76 | Francisca Gomes Azevedo | | | |
| | | Bárbara Marques Rodrigues | | | |
| | | Carolina Sanchez Rodrigues | | | |
| | | Joana Catarina Ribeiro | sad | 04.06.11 | Algés |
| <u>JUV B 14 - Sel</u> | 8:45,79 | Camila Rodrigues Rebelo | | | |
| | | Camila Alexandra Silva | | | |
| | | Maria João Pelaio | | | |
| | | Maria Carlota Rebelo | anc | 25.06.17 | Coimbra |
| <u>JUV A 15 - Club</u> | 8:51,54 | Maria Francisca Cabral | | | |
| | | Iris Cunha Santos | | | |
| | | Ana Sofia Ramos | | | |
| | | Ana Rita Faria | fcp | 12.12.14 | Estarreja |
| <u>JUV A 15 Sel</u> | 8:44,75 | Alexandra Couto Frazão | | | |
| | | Ana Sequeira Florindo | | | |
| | | Ana Rita Queiroz | | | |
| | | Inês Pereira Silva | anc | 25.06.17 | Coimbra |
| <u>JUV Club</u> | 8:51,54 | Maria Francisca Cabral | | | |
| | | Iris Cunha Santos | | | |
| | | Ana Sofia Ramos | | | |
| | | Ana Rita Faria | fcp | 12.12.14 | Estarreja |
| <u>JUV Sel</u> | 8:44,75 | Alexandra Couto Frazão | | | |
| | | Ana Sequeira Florindo | | | |
| | | Ana Rita Queiroz | | | |
| | | Inês Pereira Silva | anc | 25.06.17 | Coimbra |
| <u>JUN- - Club</u> | 8:29,70 | Maria Carolina Rosa | | | |
| | | Patrícia Garcia Marinho | | | |
| | | Leonor Mourinho Neves | | | |
| | | Mafalda Gomes Beleza | scp | 05.12.09 | Leiria |
| <u>JUN- - Sel</u> | 8:56,11 | Mariana Santos Ferreira | | | |
| | | Sara Sofia Alves | | | |
| | | Teresa Miguel Veloso | | | |
| | | Andreia Brito Pereira | anc | 25.06.17 | Coimbra |

| | | | | | |
|--------------------------|---------|---|------|----------|--------------------|
| <u>SEN - Club</u> | 8:09,45 | Rita Barros Frischknecht Madalena Gomes Azevedo Francisca Gomes Azevedo Raquel Gomes Pereira | sad | 09.12.17 | Porto – Fluvial |
| <u>SEN – Sel</u> | | sem tempo limite | | | |
| <u>ABS - Club</u> | 8:09,45 | Rita Barros Frischknecht Madalena Gomes Azevedo Francisca Gomes Azevedo Raquel Gomes Pereira | sad | 09.12.17 | Porto – Fluvial |
| <u>ABS - Sel</u> | 8:44,75 | Alexandra Couto Frazão Ana Sequeira Florindo Ana Rita Queiroz Inês Pereira Silva | anc | 25.06.17 | Pedrulha |
| 50 BRUÇOS | | | | | |
| <u>JUN B - 16</u> | 0:31,46 | Ana Pinho Rodrigues | aej | 06.12.09 | Leiria |
| <u>JUN A - 17</u> | 0:32,09 | Raquel Gomes Pereira | sad | 11.12.16 | funchal |
| <u>SEN</u> | 0:30,80 | Ana Pinho Rodrigues | ads | 10.12.17 | Porto-Fluvial |
| <u>ABS</u> | 0:30,80 | Ana Pinho Rodrigues | ads | 10.12.17 | Porto-Fluvial |
| 100 BRUÇOS | | | | | |
| <u>INF B 12</u> | 1:17,79 | Mariana Alves Cunha | aac | 19.03.95 | Coimbra |
| <u>INF A 13</u> | 1:13,43 | Raquel Gomes Pereira | anl | 13.04.13 | Abrantes |
| <u>JUV B - 14</u> | 1:11,76 | Diana Duarte Gomes | abve | 28.06.03 | Reboleira |
| <u>JUV A - 15</u> | 1:09,59 | Diana Duarte Gomes | abve | 13.03.04 | Tomar |
| <u>JUN B - 16</u> | 1:08,85 | Ana Pinho Rodrigues | aej | 13.12.09 | Ponte de Sôr |
| <u>JUN A - 17</u> | 1:08,02 | Raquel Gomes Pereira | sad | 09.12.16 | funchal |
| <u>SEN</u> | 1:07,17 | Diana Duarte Gomes | cna | 19.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>ABS</u> | 1:07,17 | Diana Duarte Gomes | cna | 19.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |
| 200 BRUÇOS | | | | | |
| <u>INF B 12</u> | 2:45,30 | Clara Gomes Pereira | sad | 14.06.14 | Algés |
| <u>INF A 13</u> | 2:36,86 | Clara Gomes Pereira | sad | 06.06.15 | Algés |
| <u>JUV B - 14</u> | 2:34,51 | Diana Duarte Gomes | abve | 28.06.03 | Reboleira |
| <u>JUV A - 15</u> | 2:32,36 | Diana Duarte Gomes | abve | 07.02.04 | Alcobaça |
| <u>JUN B - 16</u> | 2:26,87 | Raquel Gomes Pereira | sad | 11.12.15 | Porto-Fluvial |
| <u>JUN A - 17</u> | 2:26,47 | Raquel Gomes Pereira | sad | 10.12.16 | Funchal |
| <u>SEN</u> | 2:23,46 | Raquel Gomes Pereira | sad | 09.12.17 | Porto-Fluvial |
| <u>ABS</u> | 2:23,46 | Raquel Gomes Pereira | sad | 09.12.17 | Porto-Fluvial |
| 50 COSTAS | | | | | |
| <u>JUN B - 16</u> | 0:28,42 | Inês Camacho Fernandes | scp | 08.12.12 | Porto – Fluvial |
| <u>JUN A - 17</u> | 0:28,53 | Inês Camacho Fernandes | scp | 21.12.13 | Felgueiras |
| <u>SEN</u> | 0:28,07 | Ana Sofia Leite | gcvr | 06.06.15 | Algés |
| <u>ABS</u> | 0:28,07 | Ana Sofia Leite | gcvr | 06.06.15 | Algés |

100 COSTAS

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------------|------|----------|-----------------|
| <u>INF B 12</u> | 1:06,85 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 07.04.17 | Mealhada |
| <u>INF A 13</u> | 1:04,85 | Filipa Ramos Peixeira | scp | 18.03.16 | Tomar |
| <u>JUV B - 14</u> | 1:02,96 | Inês Camacho Fernandes | scp | 12.02.11 | Estoril |
| <u>JUV A - 15</u> | 1:01,43 | Inês Camacho Fernandes | scp | 17.12.11 | Mealhada |
| <u>JUN B - 16</u> | 1:01,55 | Inês Camacho Fernandes | scp | 08.12.12 | Porto - Fluvial |
| <u>JUN A -17</u> | 1:01,56 | Inês Camacho Fernandes | scp | 21.12.13 | Felgueiras |
| <u>SEN</u> | 1:00,64 | Ana Sofia Leite | gcvr | 12.12.15 | Porto - Fluvial |
| <u>ABS</u> | 1:00,64 | Ana Sofia Leite | gcvr | 12.12.15 | Porto - Fluvial |

200 COSTAS

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------------|-----|----------|-----------------|
| <u>INF B 12</u> | 2:27,90 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 26.03.17 | Mealhada |
| <u>INF A 13</u> | 2:21,33 | Rafaela Gomes Azevedo | sad | 06.06.15 | Algés |
| <u>JUV B - 14</u> | 2:17,86 | Cátia Raquel Martinheira | ldc | 21.12.08 | Sines |
| <u>JUV A - 15</u> | 2:14,11 | Camila Rodrigues Rebelo | anc | 12.05.18 | Condeixa |
| <u>JUN B - 16</u> | 2:12,80 | Petra Quintela Chaves | sad | 31.05.94 | Algés |
| <u>JUN A -17</u> | 2:12,52 | Rita Barros Frischknecht | sad | 21.12.14 | Porto - Fluvial |
| <u>SEN</u> | 2:09,12 | Rita Barros Frischknecht | sad | 08.12.17 | Porto - Fluvial |
| <u>ABS</u> | 2:09,12 | Rita Barros Frischknecht | sad | 08.12.17 | Porto - Fluvial |

50 MARIPOSA

| | | | | | |
|--------------------------|---------|-----------------------|------|----------|--------|
| <u>JUN B - 16</u> | 0:27,57 | Filipa Vilas Tiago | scp | 06.12.09 | Leiria |
| <u>JUN A -17</u> | 0:27,32 | Sara Francisco Cruz | adba | 06.12.09 | Leiria |
| <u>SEN</u> | 0:26,78 | Sara Freitas Oliveira | fpn | 16.12.10 | Dubai |
| <u>ABS</u> | 0:26,78 | Sara Freitas Oliveira | fpn | 16.12.10 | Dubai |

100 MARIPOSA

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------------|-------|----------|--------------------|
| <u>INF B 12</u> | 1:05,51 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 06.05.17 | Nazaré |
| <u>INF A 13</u> | 1:02,30 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 11.03.18 | Felgueiras |
| <u>JUV B - 14</u> | 1:02,36 | Mariana Pacheco Cunha | cfp | 14.04.18 | Felgueiras |
| <u>JUV A - 15</u> | 1:03,14 | Ana Rita Francisco | sfuap | 19.03.95 | Algés |
| <u>JUN B - 16</u> | 1:01,56 | Filipa Vilas Tiago | scp | 20.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>JUN A -17</u> | 0:59,65 | Sara Francisco Cruz | adba | 05.12.09 | Leiria |
| <u>SEN</u> | 0:58,31 | Sara Freitas Oliveira | fpn | 18.12.10 | Dubai |
| <u>ABS</u> | 0:58,31 | Sara Freitas Oliveira | fpn | 18.12.10 | Dubai |

200 MARIPOSA

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------------|------|----------|---------------|
| <u>INF B 12</u> | 2:31,64 | Raquel Maria Felgueiras | scb | 09.05.92 | Algés |
| <u>INF A 13</u> | 2:20,28 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 12.05.18 | Condeixa |
| <u>JUV B - 14</u> | 2:18,29 | Mariana Pacheco Cunha | cfp | 15.04.18 | Felgueiras |
| <u>JUV A - 15</u> | 2:17,51 | Raquel Maria Felgueiras | scb | 05.03.95 | Algés |
| <u>JUN B - 16</u> | 2:13,60 | Ana Rita Francisco | fpn | 11.02.96 | Gelsenkirchen |
| <u>JUN A -17</u> | 2:10,12 | Sara Francisco Cruz | adba | 04.12.09 | Leiria |
| <u>SEN</u> | 2:07,62 | Ana Catarina Monteiro | cfv | 15.04.18 | Felgueiras |
| <u>ABS</u> | 2:07,62 | Ana Catarina Monteiro | cfv | 15.04.18 | Felgueiras |

100 ESTILOS

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------|------|----------|-----------------|
| <u>JUN B - 16</u> | 1:04,11 | Maria Carolina Rosa | scp | 06.12.09 | Leiria |
| <u>JUN A -17</u> | 1:02,34 | Raquel Gomes Pereira | sad | 11.12.16 | funchal |
| <u>SEN</u> | 1:02,09 | Victoria Kaminskaya | pimp | 21.12.14 | Porto – Fluvial |
| <u>ABS</u> | 1:02,09 | Victoria Kaminskaya | pimp | 21.12.14 | Porto – Fluvial |

200 ESTILOS

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------------|--------|----------|--------------------|
| <u>INF B 12</u> | 2:28,04 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 08.04.17 | Mealhada |
| <u>INF A 13</u> | 2:21,36 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 10.03.18 | Felgueiras |
| <u>JUV B - 14</u> | 2:19,79 | Mariana Pacheco Cunha | cfp | 14.04.18 | Felgueiras |
| <u>JUV A - 15</u> | 2:18,48 | Ana Sofia Pina | crasto | 20.05.17 | Mealhada |
| <u>JUN B - 16</u> | 2:14,94 | Maria Carolina Rosa | scp | 19.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>JUN A - 17</u> | 2:16,22 | Raquel Gomes Pereira | sad | 19.11.16 | Algés |
| <u>SEN</u> | 2:12,08 | Victoria Kaminskaya | fpn | 16.12.17 | Copenhaga |
| <u>ABS</u> | 2:12,08 | Victoria Kaminskaya | fpn | 16.12.17 | Copenhaga |

400 ESTILOS

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------------|-------|----------|------------|
| <u>INF B 12</u> | 5:15,68 | Susana Patrícia Miguel | sfuap | 06.07.02 | Rio Maior |
| <u>INF A 13</u> | 5:03,94 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 12.05.18 | Condeixa |
| <u>JUV B - 14</u> | 4:56,53 | Mariana Pacheco Cunha | cfp | 05.05.18 | Porto |
| <u>JUV A - 15</u> | 4:51,85 | Ana Cláudia Santos | sfuap | 21.11.04 | Setúbal |
| <u>JUN B - 16</u> | 4:50,85 | Diana Margarida Durães | foca | 02.12.11 | Silves |
| <u>JUN A - 17</u> | 4:46,89 | Inês Neto Rocha | cap | 15.04.18 | Felgueiras |
| <u>SEN</u> | 4:36,19 | Victoria Kaminskaya | fpn | 13.12.17 | Copenhaga |
| <u>ABS</u> | 4:36,19 | Victoria Kaminskaya | fpn | 13.12.17 | Copenhaga |

4x50 ESTILOS

| | | | | | |
|---------------------------|---------|--|-----|----------|-----------------|
| <u>JUN- - Club</u> | 1:58,01 | Francisca Gomes Azevedo Ana Beatriz Marques Bárbara Sofia Barata Rita Barros Frischknecht | sad | 21.12.13 | Felgueiras |
| <u>JUN- - Sel</u> | 1:48,75 | Rafaela Gomes Azevedo Luisa Maria Machado Ana Reis Sousa Letícia Maia André | fpn | 15.04.18 | Felgueiras |
| <u>SEN - Club</u> | 1:53,38 | Marta Vieira Marinho Ana Pinho Rodrigues Sara Freitas Oliveira Diana Margarida Durães | fcp | 08.12.12 | Porto – Fluvial |
| <u>SEN - Sel</u> | | sem tempo limite | | | |
| <u>ABS - Club</u> | 1:53,38 | Marta Vieira Marinho Ana Pinho Rodrigues Sara Freitas Oliveira Diana Margarida Durães | fcp | 08.12.12 | Porto – Fluvial |
| <u>ABS - Sel</u> | 1:48,75 | Rafaela Gomes Azevedo Luisa Maria Machado Ana Reis Sousa Letícia Maia André | fpn | 15.04.18 | Felgueiras |

4x100 ESTILOS

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|---|---------|----------|----------------|
| <u>INF B 12 - Club</u> | 4:57,35 | Catarina Alexandra Jardim Bárbara Nogueira Gonçalves Carla Luísa Alves Ana Silva Costa | gdnfama | 06.03.10 | Ponte da Barca |
| <u>INF B 12 – Sel</u> | 5:05,40 | Paula Alexandra Costa Alexandra Portela Alves Célia Maria Nobre Sónia Tarré de Sousa | anl | 02.05.81 | Madrid - Canoe |

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|---|---------|----------|--------------------|
| <u>INF A 13 - Club</u> | 4:40,29 | Catarina Alexandra Jardim Bárbara Nogueira Gonçalves Carla Luísa Alves Ana Silva Costa | gdnfama | 12.03.11 | Viseu |
| <u>INF A 13 - Sel</u> | 4:35,91 | Sofia Alexandra Nunes Raquel Gomes Pereira Laura Sanchez Rodrigues Catarina Martins Mestre | anl | 13.04.13 | Abrantes |
| <u>INF-Club</u> | 4:40,29 | Catarina Alexandra Jardim Bárbara Nogueira Gonçalves Carla Luísa Alves Ana Silva Costa | gdnfama | 12.03.11 | Viseu |
| <u>INF Sel</u> | 4:35,91 | Sofia Alexandra Nunes Raquel Gomes Pereira Laura Sanchez Rodrigues Catarina Martins Mestre | anl | 13.04.13 | Abrantes |
| <u>JUV B 14 - Club</u> | 4:33,40 | Inês Catarina Agostinho Ana Maria Pina Sofia Oliveira Pinto Vera Patrícia Pinto | slb | 15.06.08 | Reboleira |
| <u>JUV B 14 - Sel</u> | 4:28,92 | Carolina Viegas Peres Diana Duarte Gomes Ana Isabel Ramos Harriet Larcher Smith | fpn | 21.06.03 | Rio Maior |
| <u>JUV-A 15 - Club</u> | 4:31,86 | Vera Inês Aguilar Laura Catarina Abreu Beatriz Jong Rosa Ana Isabel Viveiros | cdn | 12.07.15 | Funchal |
| <u>JUV A 15 - Sel</u> | 4:26,97 | Catarina Martins Mestre Raquel Gomes Pereira Laura Sanchez Rodrigues Sofia Alexandra Nunes | anl | 21.02.15 | Abrantes |
| <u>JUV-Club</u> | 4:31,86 | Vera Inês Aguilar Laura Catarina Abreu Beatriz Jong Rosa Ana Isabel Viveiros | cdn | 12.07.15 | Funchal |
| <u>JUV Sel</u> | 4:26,97 | Catarina Martins Mestre Raquel Gomes Pereira Laura Sanchez Rodrigues Sofia Alexandra Nunes | anl | 21.02.15 | Abrantes |
| <u>JUN - Club</u> | 4:16,94 | Inês Catarina Agostinho Maria Carolina Rosa Filipa Vilas Tiago Mafalda Gomes Beleza | scp | 04.12.09 | Leiria |
| <u>JUN - Sel</u> | 4:31,54 | Ana Paris Leal Ana Rute Cabral Vanessa Paixão Neves Cátia Andreia Ribeiro | fpn | 16.04.00 | Salamanca |
| <u>SEN - Club</u> | 4:06,14 | Marta Vieira Marinho Joana Catarina Carvalho Sara Freitas Oliveira Sara Beatriz Loureiro | fcp | 19.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |

| | | | | | |
|--------------------------|---------|---|-----|----------|--------------------------|
| <u>SEN - Sel</u> | 4:11,54 | Ana Sofia Leite Victoria Kaminskaya Ana Catarina Monteiro Joana Patricia Pinto | fpn | 08.11.14 | Vila Real de Stº António |
| <u>ABS - Club</u> | 4:06,14 | Marta Vieira Marinho Joana Catarina Carvalho Sara Freitas Oliveira Sara Beatriz Loureiro | fcp | 19.12.09 | S. Ant. Cavaleiros |
| <u>ABS - Sel</u> | 4:11,54 | Ana Sofia Leite Victoria Kaminskaya Ana Catarina Monteiro Joana Patricia Pinto | fpn | 08.11.14 | Vila Real de Stº António |

PISCINA DE 50m - PROVAS MASCULINAS**50 LIVRES**

| | | | | | |
|------------------------|---------|------------------------------|--------|----------|----------------|
| <u>INF B 13</u> | 0:27,00 | José Miguel Miranda | cfp | 11.08.86 | Coimbra |
| <u>INF A 14</u> | 0:26,00 | Diogo Matos Ribeiro | cuc | 19.05.18 | Coimbra |
| <u>JUV B 15</u> | 0:24,61 | Tiago Andrade Machado | sca | 20.07.17 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV A 16</u> | 0:23,78 | Tiago André Venâncio | fpn | 31.07.03 | Paris |
| <u>JUN- -17</u> | 0:22,95 | Tiago André Venâncio | fpn | 16.07.04 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN- -18</u> | 0:22,98 | Paulo Jorge Santos | fpn | 22.07.07 | Antuérpia |
| <u>SEN</u> | 0:22,36 | Alexandre Escudier Agostinho | portin | 30.05.09 | Coimbra |
| | 0:22,36 | Alexandre Escudier Agostinho | fpn | 31.07.09 | Roma |
| <u>ABS</u> | 0:22,36 | Alexandre Escudier Agostinho | portin | 30.05.09 | Coimbra |
| | 0:22,36 | Alexandre Escudier Agostinho | fpn | 31.07.09 | Roma |

100 LIVRES

| | | | | | |
|------------------------|---------|------------------------------|-------|----------|------------------|
| <u>INF B 13</u> | 0:58,47 | João Magalhães Nunes | cna | 22.07.12 | Rio Maior |
| <u>INF A 14</u> | 0:55,53 | David Miguel Ferro | sfuap | 26.07.98 | Porto - Campanhã |
| <u>JUV B 15</u> | 0:53,51 | Tiago André Venâncio | cns | 19.05.02 | Lisboa – EUL |
| <u>JUV A 16</u> | 0:52,10 | Tiago André Venâncio | fpn | 28.07.03 | Paris |
| <u>JUN- -17</u> | 0:49,59 | Tiago André Venâncio | fpn | 15.07.04 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN- -18</u> | 0:50,24 | Tiago André Venâncio | cns | 19.03.05 | Oeiras - Jamor |
| <u>SEN</u> | 0:49,50 | Alexandre Escudier Agostinho | fpn | 29.07.09 | Roma |
| <u>ABS</u> | 0:49,50 | Alexandre Escudier Agostinho | fpn | 29.07.09 | Roma |

200 LIVRES

| | | | | | |
|------------------------|---------|------------------------|------|----------|--------------------|
| <u>INF B 13</u> | 2:06,18 | João Magalhães Nunes | cna | 21.07.12 | Rio Maior |
| <u>INF A 14</u> | 2:00,20 | Diogo Matos Ribeiro | cuc | 21.07.18 | S. João da Madeira |
| <u>JUV B 15</u> | 1:57,11 | Miguel Diogo Agostinho | fbsc | 24.07.15 | Coimbra |
| <u>JUV A 16</u> | 1:54,18 | Gustavo Manuel Santa | fpn | 24.07.09 | Tampere |
| <u>JUN- -17</u> | 1:53,32 | Gustavo Manuel Santa | cnla | 30.07.10 | Coimbra |
| <u>JUN- -18</u> | 1:49,98 | Tiago André Venâncio | fpn | 14.07.05 | Budapeste |
| <u>SEN</u> | 1:48,39 | Alexis Manaças Santos | scp | 31.03.17 | Coimbra |
| <u>ABS</u> | 1:48,39 | Alexis Manaças Santos | scp | 31.03.17 | Coimbra |

400 LIVRES

| | | | | | |
|------------------------|---------|--------------------------|-----|----------|------------------|
| <u>INF B 13</u> | 4:28,42 | Pedro Fontoura Oliveira | cfb | 26.07.03 | Lisboa – Restelo |
| <u>INF A 14</u> | 4:15,99 | Pedro Fontoura Oliveira | cfb | 11.07.04 | Badajoz |
| <u>JUV B 15</u> | 4:06,22 | Rui Filipe Costa | vsc | 29.07.06 | Coimbra |
| <u>JUV A 16</u> | 3:59,38 | Gustavo Manuel Santa | fpn | 21.07.09 | Tampere |
| <u>JUN- -17</u> | 3:57,15 | Gustavo Manuel Santa | fpn | 14.07.10 | Helsínquia |
| <u>JUN- -18</u> | 3:53,79 | José Paulo Lopes | scb | 28.07.18 | Oeiras - Jamor |
| <u>SEN</u> | 3:51,89 | Miguel Duarte Nascimento | fpn | 03.08.18 | Glasgow (GBR) |
| <u>ABS</u> | 3:51,89 | Miguel Duarte Nascimento | fpn | 03.08.18 | Glasgow (GBR) |

800 LIVRES

| | | | | | |
|------------------------|---------|-------------------------|-----|----------|------------------|
| <u>INF B 13</u> | 9:12,56 | Pedro Fontoura Oliveira | cfb | 27.07.03 | Lisboa – Restelo |
| <u>INF A 14</u> | 8:54,25 | Pedro Fontoura Oliveira | cfb | 29.05.04 | Lisboa – EUL |
| <u>JUV B 15</u> | 8:43,31 | Duarte Miguel Jorge | cga | 21.07.16 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV A 16</u> | 8:23,54 | Gustavo Manuel Santa | fpn | 23.07.09 | Tampere |
| <u>JUN- -17</u> | 8:13,49 | Gustavo Manuel Santa | fpn | 17.07.10 | Helsínquia |
| <u>JUN- -18</u> | 8:06,97 | Guilherme Filipe Pina | fpn | 09.07.16 | Hodmezovasarhely |
| <u>SEN</u> | 8:05,35 | Fernando Eurico Costa | lsc | 29.07.07 | Aveiro |
| <u>ABS</u> | 8:05,35 | Fernando Eurico Costa | lsc | 29.07.07 | Aveiro |

1500 LIVRES

| | | | | | |
|------------------------|----------|-------------------------|-----|----------|------------------|
| <u>INF B 13</u> | 17:21,58 | Pedro Fontoura Oliveira | cfb | 27.07.03 | Lisboa – Restelo |
| <u>INF A 14</u> | 16:43,48 | Pedro Fontoura Oliveira | fpn | 19.06.04 | Rio Maior |
| <u>JUV B 15</u> | 16:30,45 | Duarte Miguel Jorge | cga | 21.07.16 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV A 16</u> | 15:45,55 | Gustavo Manuel Santa | fpn | 23.07.09 | Tampere |
| <u>JUN- -17</u> | 15:43,55 | Guilherme Filipe Pina | fpn | 30.08.15 | Singapura |
| <u>JUN- -18</u> | 15:23,46 | Guilherme Filipe Pina | fpn | 07.07.16 | Hodmezovasarhely |
| <u>SEN</u> | 15:15,12 | Guilherme Filipe Pina | scp | 30.03.17 | Coimbra |
| <u>ABS</u> | 15:15,12 | Guilherme Filipe Pina | scp | 30.03.17 | Coimbra |

4x50 LIVRES

| | | | | | |
|------------------------------|---------|---|-----|----------|------------------|
| <u>JUV A 16 - Sel</u> | 1:38,28 | Tiago Andrade Machado Bernardo Jorge Simões Ivan Emanuel Amorim Eduardo Gomes Fernandes | fpn | 20.05.18 | Coimbra |
| <u>JUV- - Sel</u> | 1:38,28 | Tiago Andrade Machado Bernardo Jorge Simões Ivan Emanuel Amorim Eduardo Gomes Fernandes | fpn | 20.05.18 | Coimbra |
| <u>JUN- - Club</u> | 1:36,69 | Rui Filipe Vilar Nuno Miguel Vieira João Pedro Almeida Carlos Filipe Santos | fcp | 27.03.09 | Lisboa – EUL |
| <u>JUN- - Sel</u> | 1:37,56 | Frederico Sucena Riachos Francisco Rogério Santos Guilherme Filipe Pina João Alexandre Vital | fpn | 05.06.16 | Porto - Campanhã |
| <u>SEN - Club</u> | 1:32,94 | Paulo Jorge Santos João Filipe Carvalho Fábio André Figueira Israel Peressin Murat | fcp | 26.07.12 | Oeiras - Jamor |
| <u>SEN - Sel</u> | 1:34,90 | tempo limite | | | |
| <u>ABS - Club</u> | 1:32,36 | Rui Filipe Vilar Paulo Jorge Santos João Filipe Carvalho Carlos Filipe Santos | fcp | 18.07.09 | Faro |
| <u>ABS - Sel</u> | 1:34,90 | tempo limite | | | |

4x100 LIVRES

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|---|------|----------|-------|
| <u>INF B 13 - Club</u> | 4:06,16 | Rafael Alcântara Aires Edgar Filipe Santos David Matias Cristino Rodrigo Ponte Jorge | anam | 19.07.14 | Loulé |
| <u>INF B 13 – Sel</u> | 4:05,91 | Rafael Moreira Oliveira João Nogueira Mendes | | | |

| | | | | | |
|--------------------------------|---------|--|---------|----------|---------------------|
| <u>INF A 14 – Club</u> | 3:52,27 | Diogo Nuno Valente Diogo Santos Costa José Pedro Freitas João Pereira Tinoco Hugo Gabriel Morais | anl | 13.06.15 | Vila Franca de Xira |
| <u>INF A 14 - – Sel</u> | 3,53,40 | Miguel Ângelo Santos Ricardo Pinela Ferreira Rodrigo Ponte Jorge David Matias Cristino | gdnfama | 19.07.14 | Loulé |
| <u>INF Club</u> | 3:52,27 | Gonçalo Carvalho Ferrão José Pedro Freitas João Pereira Tinoco Hugo Gabriel Morais | anl | 13.06.15 | Vila Franca de Xira |
| <u>INF Sel</u> | 3,53,40 | Miguel Ângelo Santos Ricardo Pinela Ferreira Rodrigo Ponte Jorge David Matias Cristino | gdnfama | 19.07.14 | Loulé |
| <u>JUV B 15 - Club</u> | 3:45,99 | Gonçalo Carvalho Ferrão João Miguel Ascensão Eduardo Salgado Ramos Jorge Miguel Nunes | anl | 13.06.15 | Vila Franca de Xira |
| <u>JUV B 15 - Sel</u> | 3:45,71 | Rúben Oliveira Lopes Rafael Alcântara Aires David Matias Cristino | fcp | 27.07.12 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV A 16 - Club</u> | 3:39,68 | Gonçalo Carvalho Ferrão Ricardo Pinela Ferreira João Miguel Ascensão Luís Carlos Oliveira | anl | 14.05.16 | Vila Franca de Xira |
| <u>JUV A 16 - Sel</u> | 3:36,45 | Eduardo Salgado Ramos Rúben Oliveira Lopes Gustavo Manuel Santa Diogo Parrilha Silva | fcp | 19.07.13 | Famalicão |
| <u>JUV Club</u> | 3:39,68 | Pedro Ribeiro Mendes Miguel Cordeiro Saraiva João Miguel Ascensão Luís Carlos Oliveira | fpn | 20.07.09 | Tampere |
| <u>JUV Sel</u> | 3:36,45 | Eduardo Salgado Ramos Rúben Oliveira Lopes Gustavo Manuel Santa Diogo Parrilha Silva | fcp | 19.07.13 | Famalicão |
| <u>JUN - - Club</u> | 3:34,25 | Pedro Ribeiro Mendes Miguel Cordeiro Saraiva João Pedro Almeida Samuel Patrício Queirós | fpn | 20.07.09 | Tampere |
| <u>JUN - - Sel</u> | 3:27,00 | Carlos Filipe Santos Fábio Manuel Pereira Adriano Miguel Niz Alexandre Escudier Agostinho | fcp | 27.03.09 | Lisboa – EUL |
| | | Tiago André Venâncio | fpn | 15.07.04 | Oeiras - Jamor |

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|---|------|----------|------------------|
| <u>SEN - Club</u> | 3:25,77 | Igor Araujo Mogne Tiago Cunha Costa Francisco Rogério Santos | | | |
| <u>SEN - Sel</u> | 3:23,06 | Alexis Manaças Santos Tiago André Venâncio Alexandre Escudier Agostinho Diogo Filipe Carvalho | scp | 17.03.18 | Coimbra |
| <u>ABS - Club</u> | 3:24,33 | Adriano Miguel Niz Paulo Jorge Santos João Filipe Carvalho Carlos Filipe Santos | fpn | 18.03.08 | Eindhoven |
| <u>ABS - Sel</u> | 3:23,06 | Rui Filipe Vilar Tiago André Venâncio Alexandre Escudier Agostinho Diogo Filipe Carvalho | fcp | 19.07.09 | Faro |
| | | Adriano Miguel Niz | fpn | 18.03.08 | Eindhoven |
| 4x200 LIVRES | | | | | |
| <u>INF B 13- Club</u> | 8:58,21 | Rodrigo Ponte Jorge Edgar Filipe Santos David Matias Cristino | | | |
| <u>INF B - Sel</u> | 8:56,27 | Rafael Alcântara Aires Bernardo Jorge Simões Tiago Miguel Trombinhas Bernardo Vitorino Almeida | anam | 18.07.14 | Loulé |
| <u>INF A 14 - Club</u> | 8:31,60 | António Lombardi Carvalho Vitor Belo Clara Nuno Marques Silva Rodrigo Miguel Reis | anl | 20.05.17 | Vila Franca Xira |
| <u>INF A 14 - Sel</u> | 8:42,07 | Ricardo Morais Faria Tiago Azevedo Lousada Bruno André Laranjeira Miguel Alexandre Roque | adba | 06.07.18 | Coimbra |
| <u>INF Club</u> | 8:31,60 | Nuno Miguel Inácio Vitor Belo Clara Nuno Marques Silva Rodrigo Miguel Reis | fpn | 10.04.94 | Lisboa - Olivais |
| <u>INF Sel</u> | 8:42,07 | Ricardo Morais Faria Tiago Azevedo Lousada Bruno André Laranjeira Miguel Alexandre Roque | adba | 06.07.18 | Coimbra |
| <u>JUV B 15 - Club</u> | 8:15,48 | Nuno Miguel Inácio Ricardo Miguel Alves Tiago João Meira António Miguel Vitorino | fpn | 10.04.94 | Lisboa - Olivais |
| <u>JUV B 15 - Sel</u> | 8:22,48 | Miguel Prata Santos Tomás Penha Monteiro Bernardo Safara Inverno Vicente Oliveira Gomes | vnc | 04.08.11 | Póvoa de Varzim |
| | | Diogo Santos Costa | anl | 20.05.17 | Vila Franca Xira |

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|--|------|----------|----------------|
| <u>JUV A 16 - Club</u> | 7:58,57 | Miguel Ângelo Alves Rafael Lourenço Gil Rafael Filipe Nunes João Carlos Santos | anam | 26.07.12 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV A 16 - Sel</u> | 7:55,10 | Rafael Lourenço Gil André Filipe Farinha Tiago Manuel Teixeira João Carlos Santos | fpn | 31.03.12 | Corfu |
| <u>JUV Club</u> | 7:58,57 | Miguel Ângelo Alves Rafael Lourenço Gil Rafael Filipe Nunes João Carlos Santos | anam | 26.07.12 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV Sel</u> | 7:55,10 | Rafael Lourenço Gil André Filipe Farinha Tiago Manuel Teixeira João Carlos Santos | fpn | 31.03.12 | Corfu |
| <u>JUN- - Club</u> | 7:44,42 | João Carlos Santos Fábio Alcantara Aires Rafael Lourenço Gil João Pedro Gil | anam | 05.04.14 | Coimbra |
| <u>JUN- - Sel</u> | 7:32,26 | Fábio Manuel Pereira Adriano Miguel Niz Edgar Pereira Silva Tiago André Venâncio | fpn | 16.07.04 | Oeiras - Jamor |
| <u>SEN - Club</u> | 7:27,46 | Alexis Manaças Santos Igor Araújo Mogne Guilherme Pereira Dias Pedro Miguel Pinotes | scp | 31.03.17 | Coimbra |
| <u>SEN - Sel</u> | 7:16,48 | César Fernando Faria Jorge Manuel Maia Diogo Filipe Carvalho Fábio Manuel Pereira | fpn | 31.07.09 | Roma |
| <u>ABS - Club</u> | 7:27,46 | Alexis Manaças Santos Igor Araújo Mogne Guilherme Pereira Dias Pedro Miguel Pinotes | scp | 31.03.17 | Coimbra |
| <u>ABS - Sel</u> | 7:16,48 | César Fernando Faria Jorge Manuel Maia Diogo Filipe Carvalho Fábio Manuel Pereira | fpn | 31.07.09 | Roma |
| 50 BRUÇOS | | | | | |
| <u>JUN- -17</u> | 0:29,10 | Pedro Miguel Agostinho | fpn | 10.07.09 | Praga |
| <u>JUN- -18</u> | 0:29,07 | Bruno Miguel Ramos | fpn | 13.07.02 | Linz |
| <u>SEN</u> | 0:28,16 | Carlos Esteves Almeida | fpn | 30.07.13 | Barcelona |
| <u>ABS</u> | 0:28,16 | Carlos Esteves Almeida | fpn | 30.07.13 | Barcelona |

100 BRUÇOS

| | | | | | |
|------------------------|---------|------------------------|----------|----------|------------------|
| <u>INF B 13</u> | 1:11,95 | André Gonçalo Santos | lsc | 24.07.10 | Porto - Campanhã |
| <u>INF A 14</u> | 1:09,82 | Ricardo Samuel Pereira | ccdserta | 20.05.17 | Vila Franca Xira |
| <u>JUV B 15</u> | 1:06,16 | Ricardo Samuel Pereira | slb | 26.07.18 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV A 16</u> | 1:05,43 | André Gonçalo Santos | fpn | 16.07.13 | Utrecht |
| <u>JUN- -17</u> | 1:04,54 | André Miguel Silva | fpn | 02.08.08 | Belgrado |
| <u>JUN- -18</u> | 1:02,87 | André Miguel Silva | pdem | 18.07.09 | Faro |
| <u>SEN</u> | 1:01,01 | Carlos Esteves Almeida | fpn | 28.07.13 | Barcelona |
| <u>ABS</u> | 1:01,01 | Carlos Esteves Almeida | fpn | 28.07.13 | Barcelona |

200 BRUÇOS

| | | | | | |
|------------------------|---------|------------------------|------|----------|----------------|
| <u>INF B 13</u> | 2:38,14 | Duarte Anastácio Sousa | cac | 19.07.15 | Oeiras - Jamor |
| <u>INF A 14</u> | 2:32,07 | Gustavo André Reis | scp | 10.08.91 | Olivais |
| <u>JUV B 15</u> | 2:24,15 | André Miguel Silva | pdem | 10.06.06 | Loulé |
| <u>JUV A 16</u> | 2:22,25 | Jorge Jesus Silva | scb | 23.07.16 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN- -17</u> | 2:19,00 | André Gonçalo Santos | lsc | 26.07.14 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN- -18</u> | 2:15,99 | André Miguel Silva | pdem | 20.07.09 | Faro |
| <u>SEN</u> | 2:13,21 | Carlos Esteves Almeida | fpn | 01.08.13 | Barcelona |
| <u>ABS</u> | 2:13,21 | Carlos Esteves Almeida | fpn | 01.08.13 | Barcelona |

50 COSTAS

| | | | | | |
|------------------------|---------|--------------------------|-----|----------|---------|
| <u>JUN- -17</u> | 0:26,91 | Alexis Manaças Santos | fpn | 11.07.09 | Praga |
| <u>JUN- -18</u> | 0:26,49 | Miguel Duarte Nascimento | fpn | 07.04.13 | Kiev |
| <u>SEN</u> | 0:25,49 | Alexis Manaças Santos | scp | 22.03.18 | Funchal |
| <u>ABS</u> | 0:25,49 | Alexis Manaças Santos | scp | 22.03.18 | Funchal |

100 COSTAS

| | | | | | |
|------------------------|---------|----------------------------|-----|----------|--------------|
| <u>INF B 13</u> | 1:05,61 | Gonçalo Henriques Wanzeler | cfb | 16.07.16 | Famalicão |
| <u>INF A 14</u> | 1:01,39 | Alexandre Lages Ribas | edv | 22.07.11 | Lisboa – EUL |
| <u>JUV B 15</u> | 0:59,97 | Diogo Gomes Sousa | cvg | 31.07.10 | Coimbra |
| <u>JUV A 16</u> | 0:58,61 | Diogo Gomes Sousa | cvg | 28.05.11 | Coimbra |
| <u>JUN- -17</u> | 0:57,17 | Alexis Manaças Santos | fpn | 12.07.09 | Praga |
| <u>JUN- -18</u> | 0:55,79 | Gabriel José Lopes | fpn | 25.08.15 | Singapura |
| <u>SEN</u> | 0:55,01 | Gabriel José Lopes | aln | 31.03.17 | Coimbra |
| <u>ABS</u> | 0:55,01 | Gabriel José Lopes | aln | 31.03.17 | Coimbra |

200 COSTAS

| | | | | | |
|------------------------|---------|-----------------------|------|----------|--------------------|
| <u>INF B 13</u> | 2:20,07 | André Vilas Ruivo | dnmg | 13.07.13 | S. João da Madeira |
| <u>INF A 14</u> | 2:14,56 | Alexandre Lages Ribas | edv | 23.07.11 | Lisboa – EUL |
| <u>JUV B 15</u> | 2:06,44 | João Alexandre Vital | fpn | 17.07.13 | Utrecht |
| <u>JUV A 16</u> | 2:06,59 | João Alexandre Vital | fpn | 28.06.14 | Netanya (ISR) |
| <u>JUN- -17</u> | 2:03,06 | Pedro Diogo Oliveira | fpn | 15.07.05 | Budapeste |
| <u>JUN- -18</u> | 2:02,21 | Pedro Diogo Oliveira | cnrm | 28.07.06 | Coimbra |
| <u>SEN</u> | 1:58,83 | Pedro Diogo Oliveira | fpn | 01.08.12 | Londres |
| <u>ABS</u> | 1:58,83 | Pedro Diogo Oliveira | fpn | 01.08.12 | Londres |

50 MARIPOSA

| | | | | | |
|------------------------|---------|----------------------|-----|----------|------------------------|
| <u>JUN- -17</u> | 0:24,89 | Tiago André Venâncio | cns | 30.07.04 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN- -18</u> | 0:24,78 | Rafael Lino | fcp | 27.05.17 | Chalon Sur Saone (FRA) |
| <u>SEN</u> | 0:23,48 | Luiz Pedro Pereira | SLB | 06.10.18 | Budapeste (HUN) |
| <u>ABS</u> | 0:23,48 | Luiz Pedro Pereira | SLB | 06.10.18 | Budapeste (HUN) |

100 MARIPOSA

| | | | | | |
|------------------------|---------|--------------------------|------|----------|--------------------|
| <u>INF B 13</u> | 1:03,64 | Fábio Parrilha da Silva | cnal | 22.07.00 | S. João da Madeira |
| <u>INF A 14</u> | 0:59,19 | Diogo Matos Ribeiro | cuc | 21.07.18 | S. João da Madeira |
| <u>JUV B 15</u> | 0:57,39 | Paulo Vakulyuk | cntn | 28.07.18 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV A 16</u> | 0:56,11 | Pedro Diogo Oliveira | cnrm | 29.07.04 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN- -17</u> | 0:54,77 | Tiago André Venâncio | cns | 29.07.04 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN- -18</u> | 0:54,16 | Miguel Duarte Nascimento | fpn | 07.04.13 | Kiev |
| <u>SEN</u> | 0:52,42 | Diogo Filipe Carvalho | cga | 29.03.09 | Lisboa – EUL |
| <u>ABS</u> | 0:52,42 | Diogo Filipe Carvalho | cga | 29.03.09 | Lisboa – EUL |

200 MARIPOSA

| | | | | | |
|------------------------|---------|-------------------------|------|----------|--------------------|
| <u>INF B 13</u> | 2:21,67 | Fábio Parrilha da Silva | cnal | 23.07.00 | S. João da Madeira |
| <u>INF A 14</u> | 2:14,50 | Fábio Parrilha da Silva | cnal | 29.07.01 | Porto - Campanhã |
| <u>JUV B 15</u> | 2:08,12 | Jorge Jesus Silva | scb | 26.07.15 | Coimbra |
| <u>JUV A 16</u> | 2:03,76 | Pedro Diogo Oliveira | cnrm | 31.07.04 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN- -17</u> | 2:02,12 | Pedro Diogo Oliveira | fpn | 16.07.05 | Budapeste |
| <u>JUN- -18</u> | 2:01,46 | Pedro Diogo Oliveira | fpn | 08.07.06 | Palma de Maiorca |
| <u>SEN</u> | 1:56,17 | Pedro Diogo Oliveira | fpn | 28.07.09 | Roma |
| <u>ABS</u> | 1:56,17 | Pedro Diogo Oliveira | fpn | 28.07.09 | Roma |

200 ESTILOS

| | | | | | |
|------------------------|---------|------------------------|------|----------|----------------|
| <u>INF B 13</u> | 2:22,36 | André Vilas Ruivo | dnmg | 23.06.13 | Coimbra |
| <u>INF A 14</u> | 2:16,63 | Alexandre Lages Ribas | edv | 24.07.11 | Lisboa – EUL |
| <u>JUV B 15</u> | 2:10,83 | Jorge Jesus Silva | scb | 26.07.15 | Coimbra |
| <u>JUV A 16</u> | 2:08,11 | Carlos Esteves Almeida | cna | 31.07.04 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN- -17</u> | 2:04,32 | Carlos Esteves Almeida | fpn | 17.07.05 | Budapeste |
| <u>JUN- -18</u> | 2:02,55 | José Paulo Lopes | fpn | 06.07.18 | Helsínquia |
| <u>SEN</u> | 1:58,88 | Alexis Manaças Santos | scp | 01.04.17 | Coimbra |
| <u>ABS</u> | 1:58,88 | Alexis Manaças Santos | scp | 01.04.17 | Coimbra |

400 ESTILOS

| | | | | | |
|------------------------|---------|-----------------------|------|----------|--------------------|
| <u>INF B 13</u> | 4:54,87 | André Vilas Ruivo | dnmg | 12.07.13 | S. João da Madeira |
| <u>INF A 14</u> | 4:46,20 | Tomás Miguel Freitas | cdn | 23.07.04 | Póvoa de Varzim |
| <u>JUV B 15</u> | 4:37,06 | João Alexandre Vital | fpn | 16.07.13 | Utrecht |
| <u>JUV A 16</u> | 4:32,66 | João Alexandre Vital | cimm | 01.06.14 | Coimbra |
| <u>JUN- -17</u> | 4:25,23 | João Alexandre Vital | fpn | 29.08.15 | Singapura |
| <u>JUN- -18</u> | 4:21,42 | José Paulo Lopes | fpn | 08.07.18 | Helsínquia |
| <u>SEN</u> | 4:15,84 | Alexis Manaças Samtos | fpn | 04.08.16 | Rio de Janeiro |
| <u>ABS</u> | 4:15,84 | Alexis Manaças Samtos | fpn | 04.08.16 | Rio de Janeiro |

4x50 ESTILOS

| | | | | | |
|------------------------------|---------|--|-----|----------|---------|
| <u>JUV A 16 - Clu</u> | | sem tempo limite | | | |
| <u>JUV A 16 - Sel</u> | 1:49,57 | Ricardo Filipe Rocha Francisco Costa Nunes Diogo Santos Costa Bernardo Jorge Simoes | fpn | 19.05.18 | Coimbra |
| <u>JUV -- Clu</u> | | sem tempo limite | | | |
| <u>JUV -- Sel</u> | 1:49,57 | Ricardo Filipe Rocha Francisco Costa Nunes Diogo Santos Costa Bernardo Jorge Simoes | fpn | 19.05.18 | Coimbra |

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|--|-------------|----------------------|---------------------|
| <u>JUN - Club</u> | 1:48,28 | Alexis Manaças Santos Diogo Filipe Matos João Pedro Coutinho | | | |
| <u>JUN - Sel</u> | 1:47,46 | Pedro Miguel Agostinho Francisco Rogério Santos António Fernandes Carriço José Paula Carvalho | scp | 10.04.10 | Coimbra |
| <u>SEN - Club</u> | 1:42,03 | Frederico Sucena Riachos João Ricardo Pedro Carlos Esteves Almeida Simão Gomes Morgado | fpn | 04.06.16 | Porto - Campanhã |
| <u>SEN - Sel</u> | 1:48,18 | Fábio André Figueira Viktor Kot António Fernandes Carriço Bernardo Santos Clemente | cna | 20.07.09 | Faro |
| <u>ABS - Club</u> | 1:42,03 | Francisco Rogério Santos João Ricardo Pedro Carlos Esteves Almeida Simão Gomes Morgado | andl | 15.05.16 | Gijón |
| <u>ABS - Sel</u> | 1:46,17 | Fábio André Figueira João Nogueira Costa Alexandre Ferreira Amorin Pedro Miguel Fernandes Porfirio Braga Nunes | cna annp | 20.07.09 20.05.18 | Faro Gijón |
| 4x100 ESTILOS | | | | | |
| <u>INF B 13 - Club</u> | 4:41,06 | João Pereira Tinoco Miguel Ângelo Santos Hugo Gabriel Morais Daniel Pereira Silva | | | |
| <u>INF B 13 - Sel</u> | 4:34,54 | Diogo Nuno Valente Martim Rebelo Malfeito Rafael Moreira Oliveira Diogo Santos Costa | gdnfama | 14.07.13 | S. João da Madeira |
| <u>INF A 14 - Club</u> | 4:18,17 | João Pereira Tinoco Daniel Pereira Silva Hugo Gabriel Morais José Pedro Freitas | anl | 14.06.15 | Vila Franca de Xira |
| <u>INF A 14- Sel</u> | 4:13,95 | Diogo Nuno Valente Martim Rebelo Malfeito Vicente Oliveira Gomes Diogo Santos Costa | gdnfama | 20.07.14 | Loulé |
| <u>INF Club</u> | 4:18,17 | João Pereira Tinoco Daniel Pereira Silva Hugo Gabriel Morais José Pedro Freitas | anl | 15.05.16 | Vila Franca de Xira |
| <u>INF Sel</u> | 4:13,95 | Diogo Nuno Valente Martim Rebelo Malfeito Vicente Oliveira Gomes Diogo Santos Costa | gdnfama | 20.07.14 | Loulé |
| | | | anl | 15.05.16 | Vila Franca de Xira |

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|--|-----|------------|---------------------|
| <u>JUV B 15 - Club</u> | 4:08,58 | Diogo Nuno Valente Martim Rebelo Malfeito Ruy Manuel Domingos Vicente Oliveira Gomes | scp | 23.07.2017 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV B 15 - Sel</u> | 4:06,22 | Martim Primavera Alfama Afonso Amaro Santos Vicente Oliveira Gomes Diogo Santos Costa | anl | 21.05.17 | Vila Franca de Xira |
| <u>JUV A 16 - Club</u> | 4:03,65 | Diogo Nuno Valente Gabriel Macedo Cresta Ruy Manuel Domingos Vicente Oliveira Gomes | scp | 29.07.18 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV A 16 - Sel</u> | 3:58,93 | Diogo Santos Costa Francisco Costa Nunes Vicente Oliveira Gomes Bernardo Jorge Simões | fpn | 11.02.18 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV Club</u> | 4:03,65 | Diogo Nuno Valente Gabriel Macedo Cresta Ruy Manuel Domingos Vicente Oliveira Gomes | scp | 29.07.18 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV Sel</u> | 3:58,93 | Diogo Santos Costa Francisco Costa Nunes Vicente Oliveira Gomes Bernardo Jorge Simões | fpn | 11.02.18 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN - Club</u> | 3:55,74 | José Paulo Lopes Rafael Gomes Simões Jorge Jesus Silva João Peixoto Pereira | scb | 29.07.18 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN - Sel</u> | 3:45,71 | Alexis Manaças Santos André Miguel Silva Miguel Silva Oliveira Luís Emanuel Vaz | fpn | 12.07.09 | Praga |
| <u>SEN - Club</u> | 3:46,10 | Francisco Rogério Santos Alexis Manaças Santos Igor Araujo Mogne Tiago Cunha Costa | scp | 17.03.18 | Póvoa de Varzim |
| <u>SEN - Sel</u> | 3:40,19 | Pedro Diogo Oliveira Carlos Esteves Almeida Simão Gomes Morgado Tiago André Venâncio | fpn | 27.05.12 | Debrecen |
| <u>ABS - Club</u> | 3:46,10 | Francisco Rogério Santos Alexis Manaças Santos Igor Araujo Mogne Tiago Cunha Costa | scp | 17.03.18 | Póvoa de Varzim |
| <u>ABS - Sel</u> | 3:40,19 | Pedro Diogo Oliveira Carlos Esteves Almeida Simão Gomes Morgado Tiago André Venâncio | fpn | 27.05.12 | Debrecen |

PISCINA DE 50m - PROVAS FEMININAS**50 LIVRES**

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------------|------|----------|-------------------|
| <u>INF B - 12</u> | 0:28,36 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 15.06.17 | S.João da Madeira |
| <u>INF A - 13</u> | 0:27,86 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 10.02.18 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV B - 14</u> | 0:27,17 | Ana Margarida Guedes | gcvr | 31.05.15 | Coimbra |
| <u>JUV A - 15</u> | 0:26,79 | Catarina Silva Soares | fcp | 28.07.18 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN B - 16</u> | 0:26,21 | Ana Pinho Rodrigues | aej | 10.04.10 | Coimbra |
| <u>JUN A - 17</u> | 0:26,25 | Beatriz Mendes Viegas | fpn | 05.02.17 | Uster |
| <u>SEN</u> | 0:25,66 | Ana Pinho Rodrigues | ads | 28.07.18 | Oeiras - Jamor |
| <u>ABS</u> | 0:25,66 | Ana Pinho Rodrigues | ads | 28.07.18 | Oeiras - Jamor |

100 LIVRES

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------------|------|----------|------------|
| <u>INF B - 12</u> | 1:01,46 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 15.07.17 | Loulé |
| <u>INF A - 13</u> | 0:59,73 | Inês Camacho Fernandes | fpn | 20.06.10 | Catania |
| <u>JUV B - 14</u> | 0:59,41 | Joana Costa Amador | cga | 26.07.15 | Coimbra |
| <u>JUV A - 15</u> | 0:57,75 | Maria Carolina Rosa | fpn | 08.07.09 | Praga |
| <u>JUN B - 16</u> | 0:57,11 | Ana Reis Sousa | fpn | 04.07.18 | Helsínquia |
| <u>JUN A - 17</u> | 0:57,63 | Beatriz Mendes Viegas | tnc | 30.03.17 | Coimbra |
| <u>SEN</u> | 0,56,41 | Ana Sofia Leite | gcvr | 04.04.15 | Coimbra |
| <u>ABS</u> | 0,56,41 | Ana Sofia Leite | gcvr | 04.04.15 | Coimbra |

200 LIVRES

| | | | | | |
|--------------------------|---------|--------------------------|------|----------|--------------------|
| <u>INF B - 12</u> | 2:12,20 | Filipa Vilas Ruivo | dnmg | 24.07.09 | S. João da Madeira |
| <u>INF A - 13</u> | 2:10,86 | Alexandra Couto Frazão | cna | 11.04.15 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV B - 14</u> | 2:07,40 | Maria Francisca Cabral | fcp | 25.07.14 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV A - 15</u> | 2:05,85 | Francisca Soares Martins | foca | 27.07.18 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN B - 16</u> | 2:02,89 | Ana Reis Sousa | fpn | 06.07.18 | Helsínquia |
| <u>JUN A - 17</u> | 2:03,70 | Diana Margarida Durães | fcp | 25.05.13 | Coimbra |
| <u>SEN</u> | 2:01,48 | Diana Margarida Durães | fpn | 25.07.17 | Budapeste |
| <u>ABS</u> | 2:01,48 | Diana Margarida Durães | fpn | 25.07.17 | Budapeste |

400 LIVRES

| | | | | | |
|--------------------------|---------|-------------------------|-----|----------|----------------|
| <u>INF B - 12</u> | 4:43,70 | Alexandra Maria Silva | fcp | 27.07.79 | Matur |
| <u>INF A - 13</u> | 4:31,53 | Alexandra Maria Silva | fpn | 08.08.80 | Skövde |
| <u>JUV B - 14</u> | 4:26,20 | Maria Francisca Cabral | fcp | 26.07.14 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV A - 15</u> | 4:20,78 | Tamila Hryhorivna Holub | scb | 07.06.14 | Porto |
| <u>JUN B - 16</u> | 4:20,37 | Marta Andreia Ferreira | fpn | 04.08.02 | Berlim |
| <u>JUN A - 17</u> | 4:14,67 | Tamila Hryhorivna Holub | scb | 23.07.16 | Oeiras - Jamor |
| <u>SEN</u> | 4:09,49 | Diana Margarida Durães | fpn | 25.06.18 | Tarragona |
| <u>ABS</u> | 4:09,49 | Diana Margarida Durães | fpn | 25.06.18 | Tarragona |

800 LIVRES

| | | | | | |
|--------------------------|---------|-------------------------|------|----------|--------------------|
| <u>INF B - 12</u> | 9:30,42 | Filipa Vilas Ruivo | dnmg | 25.07.09 | S. João da Madeira |
| <u>INF A - 13</u> | 9:14,85 | Alexandra Maria Silva | fpn | 10.08.80 | Skövde |
| <u>JUV B - 14</u> | 9:07,70 | Alexandra Maria Silva | fpn | 10.09.81 | Split |
| <u>JUV A - 15</u> | 8:50,68 | Tamila Hryhorivna Holub | scb | 27.07.14 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN B - 16</u> | 8:45,53 | Tamila Hryhorivna Holub | fpn | 30.05.15 | Coimbra |
| <u>JUN A - 17</u> | 8:36,21 | Tamila Hryhorivna Holub | scb | 28.05.16 | Coimbra |
| <u>SEN</u> | 8:29,33 | Diana Margarida Durães | fpn | 23.06.18 | Tarragona |

| | | | | | |
|-------------------|---------|------------------------|-----|----------|-----------|
| <u>ABS</u> | 8:29,33 | Diana Margarida Durães | fpn | 23.06.18 | Tarragona |
|-------------------|---------|------------------------|-----|----------|-----------|

1500 LIVRES

| | | | | | |
|--------------------------|----------|-------------------------|------|----------|------------------|
| <u>INF B - 12</u> | 18:11,07 | Filipa Vilas Ruivo | dnmg | 05.07.09 | Coimbra |
| <u>INF A - 13</u> | 18:05,62 | Mafalda Sofia Rosa | cnrm | 24.06.16 | Rio Maior |
| <u>JUV B - 14</u> | 17:34,28 | Maria Miguel Veloso | cnac | 08.07.07 | Coimbra |
| <u>JUV A - 15</u> | 16:54,60 | Tamila Hryhorivna Holub | fpn | 11.07.14 | Dordrecht (NED) |
| <u>JUN B - 16</u> | 16:43,22 | Tamila Hryhorivna Holub | fpn | 29.08.15 | Singapura |
| <u>JUN A - 17</u> | 16:20,80 | Tamila Hryhorivna Holub | fpn | 08.07.16 | Hodmezovasarhely |
| <u>SEN</u> | 16:15,60 | Diana Margarida Durães | fpn | 09.06.18 | Canet |
| <u>ABS</u> | 16:15,60 | Diana Margarida Durães | fpn | 09.06.18 | Canet |

4x50 LIVRES**JUV B 14 - Clu**

| | | | | | |
|------------------------------|---------|---|-----|----------|---------|
| <u>JUV B 14 - Sel</u> | 1:52,77 | Maria Ferreira Moura Maria Gomes Pereira Maria Lopes Amado Mariana Pacheco Cunha | fpn | 20.05.18 | Coimbra |
|------------------------------|---------|---|-----|----------|---------|

JUV A 15 - Clu

| | | | | | |
|------------------------------|---------|--|-----|----------|---------|
| <u>JUV A 15 - Sel</u> | 1:50,55 | Catarina Silva Soares Camila Rodrigues Rebelo Francisca Soares Martins Maria Carlota Rebelo | fpn | 20.05.18 | Coimbra |
|------------------------------|---------|--|-----|----------|---------|

JUV - Clu

| | | | | | |
|-------------------------|---------|--|-----|----------|---------|
| <u>JUV - Sel</u> | 1:50,55 | Catarina Silva Soares Camila Rodrigues Rebelo Francisca Soares Martins Maria Carlota Rebelo | fpn | 20.05.18 | Coimbra |
|-------------------------|---------|--|-----|----------|---------|

JUN - Club

| | | | | | |
|--|---------|--|-----|----------|--------------|
| | 1:49,70 | Mafalda Gomes Beleza Filipa Vilas Tiago Maria Carolina Rosa Alexandra Ribeiro Paula | scp | 27.03.09 | Lisboa – EUL |
|--|---------|--|-----|----------|--------------|

JUN - Sel

| | | | | | |
|--|---------|---|-----|----------|------------------|
| | 1:48,67 | Ana Rita Faria Raquel Gomes Pereira Inês Jacinto Henriques Beatriz Mendes Viegas | fpn | 03.06.17 | Porto - Campanhã |
|--|---------|---|-----|----------|------------------|

SEN - Club

| | | | | | |
|--|---------|--|-----|----------|-----------|
| | 1:46,22 | Marta Vieira Marinho Sara Beatriz Loureiro Alexandra Paiva Oliveira Sara Freitas Oliveira | fcp | 01.04.11 | Rio Maior |
|--|---------|--|-----|----------|-----------|

SEN - Sel

| | | | | | |
|--------------------------|---------|--|-----|----------|-----------|
| <u>ABS - Club</u> | 1:46,22 | Marta Vieira Marinho Sara Beatriz Loureiro Alexandra Paiva Oliveira Sara Freitas Oliveira | fcp | 01.04.11 | Rio Maior |
|--------------------------|---------|--|-----|----------|-----------|

ABS - Sel

| | | | | | |
|--|---------|---|-----|----------|------------------|
| | 1:48,67 | Ana Rita Faria Raquel Gomes Pereira Inês Jacinto Henriques Beatriz Mendes Viegas | fpn | 03.06.17 | Porto - Campanhã |
|--|---------|---|-----|----------|------------------|

| | | | | | | |
|-------------------------------|----------------|--|---------|----------|---------------------|--|
| 4x100 LIVRES | | | | | | |
| <u>INF B 12 – Club</u> | 4:26,09 | Ana Silva Costa Catarina Alexandra Jardim Carla Luísa Alves | | | | |
| | | Bárbara Nogueira Gonçalves | gdnfama | 25.07.10 | Porto - Campanhã | |
| <u>INF B 12 – Sel</u> | 4:27,58 | Maria Gomes Pereira Leonor Alves Morganho Mariana Morais Delfino | | | | |
| | | Maria Ferreira Moura | anl | 15.05.16 | Vila Franca de Xira | |
| <u>INF A 13 - Club</u> | 4:17,13 | Ana Silva Costa Carla Luísa Alves Catarina Alexandra Jardim | | | | |
| | | Bárbara Nogueira Gonçalves | gdnfama | 24.07.11 | Lisboa – EUL | |
| <u>INF A 13- Sel</u> | 4:17,14 | Bárbara Francisco Ferreira Raquel Antunes Tremeço Concha Guerra Marreiros | | | | |
| | | Filipa Serrano Rodrigues | anl | 10.05.14 | Vila Franca de Xira | |
| <u>INF Club</u> | 4:17,13 | Ana Silva Costa Carla Luísa Alves Catarina Alexandra Jardim | | | | |
| | | Bárbara Nogueira Gonçalves | gdnfama | 24.07.11 | Lisboa – EUL | |
| <u>INF Sel</u> | 4:17,14 | Bárbara Francisco Ferreira Raquel Antunes Tremeço Concha Guerra Marreiros | | | | |
| | | Filipa Serrano Rodrigues | anl | 10.05.14 | Vila Franca de Xira | |
| <u>JUV B 14 - Club</u> | 4:10,72 | Daniela Figueiredo Metelo Beatriz Neves Craveiro Andreia Margarida Morgado | | | | |
| | | Beatriz Filipa Matos | cnac | 05.08.11 | Póvoa de Varzim | |
| <u>JUV B 14 - Sel</u> | 4:03,93 | Marisa Alexandra Lage Ana Pinho Rodrigues Filipa Vilas Tiago | | | | |
| | | Diana Ramos Rocha | fpn | 30.03.08 | Istambul | |
| <u>JUV A 15 Club</u> | 4:06,43 | Maria Francisca Cabral Marta Alexandra Canedo Joana Martins Pereira | | | | |
| | | Ana Rita Faria | fcp | 02.04.15 | Coimbra | |
| <u>JUV A 15 Sel</u> | 4:03.93 | tempo limite | | | | |
| <u>JUV Club</u> | 4:03,10 | Ana Rita Faria Beatriz Santos Silva Maria Carolina Costa | | | | |
| | | Maria Francisca Cabral | fcp | 24.07.15 | Coimbra | |
| <u>JUV Sel</u> | 4:03,93 | Marisa Alexandra Lage Ana Pinho Rodrigues Filipa Vilas Tiago | | | | |
| | | Diana Ramos Rocha | fpn | 30.03.08 | Istambul | |
| <u>JUN- - Club</u> | 4:00,84 | Maria Carolina Rosa Filipa Vilas Tiago Raquel Paulo Ranito | | | | |
| | | Mafalda Gomes Beleza | scp | 30.07.10 | Coimbra | |

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|--|---------|----------|------------------|
| <u>JUN- - Sel</u> | 3:56,10 | Joana Aguiar Rodrigues Maria Carolina Rosa Andreia Catarina Gomes | | | |
| | | Sara Francisco Cruz | fpn | 09.07.09 | Praga |
| <u>SEN - Club</u> | 3:52,07 | Sara Freitas Oliveira Alexandra Paiva Oliveira Joana Aguiar Rodrigues | | | |
| | | Marta Vieira Marinho | fcp | 30.07.10 | Coimbra |
| <u>SEN - Sel</u> | 3:52,40 | Ana Sofia Leite Ana Pinho Rodrigues Rita Barros Frischknecht | | | |
| | | Diana Margarida Durães | fpn | 23.01.16 | Bélgica |
| <u>ABS - Club</u> | 3:52,07 | Sara Freitas Oliveira Alexandra Paiva Oliveira Joana Aguiar Rodrigues | | | |
| | | Marta Vieira Marinho | fcp | 30.07.10 | Coimbra |
| <u>ABS - Sel</u> | 3:52,40 | Ana Sofia Leite Ana Pinho Rodrigues Rita Barros Frischknecht | | | |
| | | Diana Margarida Durães | fpn | 23.01.16 | Bélgica |
| <u>4x200 LIVRES</u> | | | | | |
| <u>INF B 12 - Club</u> | 9:28,03 | Ana Silva Costa Carla Luísa Alves Bárbara Nogueira Gonçalves Catarina Alexandra Jardim | gdnfama | 23.07.10 | Porto - Campanhã |
| <u>INF B 12 Sel</u> | 9:31,86 | Alexandra Maria Jorge Ana Catarina Moreira Virgília Soraya Gomes Catarina Tavares Brandão | | | |
| | | Ana Silva Costa | fpn | 02.04.89 | Lisboa - Olivais |
| <u>INF A 13 - Club</u> | 9:07,81 | Carla Luísa Alves Catarina Alexandra Jardim Bárbara Nogueira Gonçalves | | | |
| | | Maria Ferreira Moura | gdnfama | 22.07.11 | Lisboa – EUL |
| <u>INF A 13 - Sel</u> | 9:19,64 | Leonor Alves Morganho Vera Figueiredo Narra Maria Gomes Pereira | | | |
| | | Ana Silva Costa | anl | 21.05.17 | V.F.Xira |
| <u>INF Club</u> | 9:07,81 | Carla Luísa Alves Catarina Alexandra Jardim Bárbara Nogueira Gonçalves | | | |
| | | Maria Ferreira Moura | gdnfama | 22.07.11 | Lisboa – EUL |
| <u>INF Sel</u> | 9:19,64 | Leonor Alves Morganho Vera Figueiredo Narra Maria Gomes Pereira | | | |
| | | Sofia Alexandra Branco | anl | 21.05.17 | V.F.Xira |
| <u>JUV B 14 - Club</u> | 9:01,51 | Carolina Mântua Guedes Sofia Machado Dionísio Beatriz Rodrigues Conde | | | |
| | | | scp | 26.07.12 | Oeiras - Jamor |

| | | | | | |
|------------------------------|------------------------|--|-----|----------|---------------------|
| <u>JUV B 14 - Sel</u> | 8:49,57 | Maria Malaguerra Costa Maria Carolina Ribeiro Mariana Cunha Guerra Rita Barros Frischknecht | fpn | 31.03.12 | Corfu |
| <u>JUV A 15 Club</u> | 8:55,49 | Maria Francisca Cabral Marta Alexandra Canedo Joana Martins Pereira Ana Rita Faria | fcp | 01.04.15 | Coimbra |
| <u>JUV A 15 Sel</u> | <u>08:49.57</u> | <u>tempo limite</u> | | | |
| <u>JUV Club</u> | 8:46,61 | Maria Francisca Cabral Maria Carolina Costa Isabel Porfirio Pego Ana Rita Faria | fcp | 23.07.15 | Coimbra |
| <u>JUV Sel</u> | 8:49,57 | Maria Malaguerra Costa Maria Carolina Ribeiro Mariana Cunha Guerra Rita Barros Frischknecht | fpn | 31.03.12 | Corfu |
| <u>JUN- - Club</u> | 8:37,33 | Ana Raquel Gaveto Letícia Maia André Filipa Serrano Rodrigues Sara Rulin Loureiro | slb | 26.07.18 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN- - Sel</u> | 8:24,56 | Letícia Maia André Ana Reis Sousa Alexandra Couto Frazão Luísa Maria Machado | fpn | 08.07.18 | Helsínquia |
| <u>SEN - Club</u> | 8:25,04 | Madalena Gomes Azevedo Raquel Gomes Pereira Francisca Gomes Azevedo Rita Barros Frischknecht | sad | 18.03.18 | Coimbra |
| <u>SEN - Sel</u> | 8:13,42 | Diana Margarida Durães Rita Barros Frischknecht Ana Catarina Monteiro Tamila Hryhorivna Holub | fpn | 23.06.18 | Tarragona |
| <u>ABS - Club</u> | 8:25,04 | Madalena Gomes Azevedo Raquel Gomes Pereira Francisca Gomes Azevedo Rita Barros Frischknecht | sad | 18.03.18 | Coimbra |
| <u>ABS - Sel</u> | 8:13,42 | Diana Margarida Durães Rita Barros Frischknecht Ana Catarina Monteiro Tamila Hryhorivna Holub | fpn | 23.06.18 | Tarragona |
| 50 BRUÇOS | | | | | |
| <u>JUN B - 16</u> | 0:31,92 | Ana Pinho Rodrigues | fpn | 28.03.10 | Gorzów Wielkopolski |
| <u>JUN A - 17</u> | 0:31,60 | Joana Catarina Carvalho | fcp | 30.05.09 | Coimbra |
| <u>SEN</u> | 0:31,35 | Ana Pinho Rodrigues | aej | 01.04.17 | Coimbra |
| <u>ABS</u> | 0:31,35 | Ana Pinho Rodrigues | aej | 01.04.17 | Coimbra |

100 BRUÇOS

| | | | | | |
|--------------------------|---------|--------------------------|-----|----------|-----------|
| <u>INF B - 12</u> | 1:18,66 | Clara Gomes Pereira | sad | 20.07.14 | Loulé |
| <u>INF A - 13</u> | 1:15,49 | Ana Pinho Rodrigues | aej | 08.07.07 | Coimbra |
| <u>JUV B - 14</u> | 1:12,89 | Paula Alexandra Oliveira | fcp | 29.07.10 | Coimbra |
| <u>JUV A - 15</u> | 1:10,73 | Ana Pinho Rodrigues | aej | 31.05.09 | Coimbra |
| <u>JUN B - 16</u> | 1:10,09 | Diana Duarte Gomes | fpn | 17.07.05 | Budapeste |
| <u>JUN A - 17</u> | 1:10,00 | Raquel Gomes Pereira | sad | 31.03.17 | Coimbra |
| <u>SEN</u> | 1:08,82 | Ana Pinho Rodrigues | aej | 31.05.15 | Coimbra |
| <u>ABS</u> | 1:08,82 | Ana Pinho Rodrigues | aej | 31.05.15 | Coimbra |

200 BRUÇOS

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------|-----|----------|----------------|
| <u>INF B - 12</u> | 2:49,82 | Clara Gomes Pereira | sad | 19.07.14 | Loulé |
| <u>INF A - 13</u> | 2:42,69 | Clara Gomes Pereira | sad | 18.07.15 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV B - 14</u> | 2:36,99 | Diana Duarte Gomes | fpn | 28.07.03 | Paris |
| <u>JUV A - 15</u> | 2:31,32 | Diana Duarte Gomes | fpn | 27.06.04 | Mulhouse |
| <u>JUN B - 16</u> | 2:29,51 | Diana Duarte Gomes | fpn | 15.07.05 | Budapeste |
| <u>JUN A - 17</u> | 2:29,23 | Raquel Gomes Pereira | sad | 02.04.17 | Coimbra |
| <u>SEN</u> | 2:27,19 | Victoria Kaminskaya | fpn | 06.08.18 | Glasgow (GBR) |
| <u>ABS</u> | 2:27,19 | Victoria Kaminskaya | fpn | 06.08.18 | Glasgow (GBR) |

50 COSTAS

| | | | | | |
|--------------------------|---------|------------------------|-----|----------|----------------|
| <u>JUN B - 16</u> | 0:29,33 | Rafaela Gomes Azevedo | sad | 26.07.18 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN A - 17</u> | 0:30,08 | Anna Baptista Ferreira | anl | 11.02.18 | Cadiz |
| <u>SEN</u> | 0:29,40 | Marta Vieira Marinho | fcp | 10.04.10 | Oeiras - Jamor |
| <u>ABS</u> | 0:29,33 | Rafaela Gomes Azevedo | sad | 26.07.18 | Oeiras - Jamor |

100 COSTAS

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------------|-------|----------|---------|
| <u>INF B - 12</u> | 1:08,97 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 01.07.17 | Coimbra |
| <u>INF A - 13</u> | 1:06,78 | Inês Camacho Fernandes | fpn | 20.06.10 | Catania |
| <u>JUV B - 14</u> | 1:04,90 | Joana Carina Silva | lsxxi | 25.03.11 | Jamor |
| <u>JUV A - 15</u> | 1:03,92 | Inês Camacho Fernandes | scp | 06.04.12 | Coimbra |
| | 1:03,92 | Joana Carina Silva | lsxxi | 06.04.12 | Coimbra |
| <u>JUN B - 16</u> | 1:03,57 | Rafaela Gomes Azevedo | fpn | 17.03.18 | Coimbra |
| <u>JUN A - 17</u> | 1:04,15 | Maria Carlos Santos | fpn | 24.08.95 | Viena |
| <u>SEN</u> | 1,03,42 | Ana Sofia Leite | gcvr | 03.04.15 | Coimbra |
| <u>ABS</u> | 1,03,42 | Ana Sofia Leite | gcvr | 03.04.15 | Coimbra |

200 COSTAS

| | | | | | |
|--------------------------|---------|--------------------------|-------|----------|--------------|
| <u>INF B - 12</u> | 2:33,03 | Keissy Joselyn Sousa | fcp | 27.07.97 | Famalicão |
| <u>INF A - 13</u> | 2:23,57 | Rafaela Gomes Azevedo | fpn | 20.06.15 | Genova |
| <u>JUV B - 14</u> | 2:20,53 | Camila Rodrigues Rebelo | aln | 21.07.17 | Oeiras-Jamor |
| <u>JUV A - 15</u> | 2:17,38 | Joana Carina Silva | lsxxi | 05.04.12 | Coimbra |
| <u>JUN B - 16</u> | 2:17,98 | Cátia Raquel Martinheira | fpn | 18.08.11 | Lima |
| <u>JUN A - 17</u> | 2,15,53 | Rita Barros Frischknecht | sad | 02.04.15 | Coimbra |
| <u>SEN</u> | 2,15,27 | Francisca Gomes Azevedo | sad | 02.04.15 | Coimbra |
| <u>ABS</u> | 2,15,27 | Francisca Gomes Azevedo | sad | 02.04.15 | Coimbra |

50 MARIPOSA

| | | | | | |
|--------------------------|---------|----------------------|------|----------|---------|
| <u>JUN B - 16</u> | 0:28,00 | Sara Francisco Cruz | adba | 18.07.09 | Faro |
| <u>JUN A - 17</u> | 0:27,63 | Ana Margarida Guedes | gcvr | 25.03.18 | Funchal |

| | | | | | |
|-----------------------|---------|---|-------|----------|--------------------|
| <u>SEN</u> | 0:27,27 | Sara Freitas Oliveira | fpn | 07.04.11 | Eindhoven |
| <u>ABS</u> | 0:27,27 | Sara Freitas Oliveira | fpn | 07.04.11 | Eindhoven |
| 100 MARIPOSA | | | | | |
| <u>INF B - 12</u> | 1:07,00 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 15.06.17 | S. João da Madeira |
| <u>INF A - 13</u> | 1:03,83 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 21.07.18 | S. João da Madeira |
| <u>JUV B - 14</u> | 1:03,73 | Mariana Pacheco Cunha | cfp | 19.05.18 | Coimbra |
| <u>JUV A - 15</u> | 1:03,14 | Ana Rita Francisco | sfuap | 05.08.95 | Coimbra |
| <u>JUN B - 16</u> | 1:01,48 | Sara Francisco Cruz | adba | 20.07.09 | Faro |
| <u>JUN A - 17</u> | 1:00,95 | Sara Freitas Oliveira | fpn | 01.08.02 | Berlim |
| <u>SEN</u> | 0:58,76 | Sara Freitas Oliveira | fpn | 12.08.10 | Budapeste |
| <u>ABS</u> | 0:58,76 | Sara Freitas Oliveira | fpn | 12.08.10 | Budapeste |
| 200 MARIPOSA | | | | | |
| <u>INF B - 12</u> | 2:28,92 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 09.07.17 | Coimbra |
| <u>INF A - 13</u> | 2:25,32 | Susana Patrícia Miguel | sfuap | 05.07.03 | Lisboa – Restelo |
| <u>JUV B - 14</u> | 2:20,75 | Susana Patrícia Miguel | fpn | 04.07.04 | Génova |
| <u>JUV A - 15</u> | 2:15,56 | Ana Rita Francisco | fpn | 20.07.95 | Genebra |
| <u>JUN B - 16</u> | 2:17,09 | Mariana Fernandes Cardoso | fcp | 29.07.18 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUN A - 17</u> | 2:12,56 | Sara Freitas Oliveira | fpn | 04.08.02 | Berlim |
| <u>SEN</u> | 2:08,03 | Ana Catarina Monteiro | fpn | 06.08.18 | Glasgow (GBR) |
| <u>ABS</u> | 2:08,03 | Ana Catarina Monteiro | fpn | 06.08.18 | Glasgow (GBR) |
| 200 ESTILOS | | | | | |
| <u>INF B - 12</u> | 2:32,93 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 16.04.17 | Loulé |
| <u>INF A - 13</u> | 2:27,21 | Carolina Miranda Fernandes | cga | 22.07.18 | S. João da Madeira |
| <u>JUV B - 14</u> | 2:23,60 | Diana Margarida Durães | foca | 01.08.10 | Coimbra |
| <u>JUV A - 15</u> | 2:21,01 | Raquel Gomes Pereira | sad | 04.04.15 | Coimbra |
| <u>JUN B - 16</u> | 2:20,61 | Diana Margarida Durães | foca | 03.06.12 | Porto - Campanhã |
| <u>JUN A - 17</u> | 2:17,22 | Raquel Gomes Pereira | sad | 30.03.17 | Coimbra |
| <u>SEN</u> | 2:13,87 | Victoria Kaminskaya | fpn | 10.04.17 | Pontevedra |
| <u>ABS</u> | 2:13,87 | Victoria Kaminskaya | fpn | 10.04.17 | Pontevedra |
| 400 ESTILOS | | | | | |
| <u>INF B - 12</u> | 5:14,05 | Filipa Vilas Ruivo | dnmg | 24.07.09 | S. João da Madeira |
| <u>INF A - 13</u> | 5:11,29 | Diana Ramos Rocha | edv | 20.07.07 | Faro |
| <u>JUV B - 14</u> | 5:01,00 | Inês Neto Rocha | cap | 24.07.15 | Coimbra |
| <u>JUV A - 15</u> | 4:58,08 | Diana Margarida Durães | foca | 05.08.11 | Póvoa de Varzim |
| <u>JUN B - 16</u> | 4:54,00 | Inês Neto Rocha | annp | 20.05.17 | Gijón |
| <u>JUN A - 17</u> | 4:52,12 | Victoria Kaminskaya | pimp | 27.07.12 | Oeiras - Jamor |
| <u>SEN</u> | 4:40,11 | Victoria Kaminskaya | fpn | 09.04.17 | Pontevedra |
| <u>ABS</u> | 4:40,11 | Victoria Kaminskaya | fpn | 09.04.17 | Pontevedra |
| 4x50 ESTILOS | | | | | |
| <u>JUV B 14 - Clu</u> | | | | | |
| <u>JUV B 14 - Sel</u> | 2:03,76 | Maria Lopes Amado Maria Gomes Pereira Mariana Pacheco Cunha Maria Ferreira Moura | fpn | 19.05.18 | Coimbra |
| <u>JUV A 15 - Clu</u> | | | | | |

JUVA 15 - Sel

2:02,98

Camila Rodrigues Rebelo
Maria Carlota Rebelo
Joana Ribeiro Martins
Catarina Silva Soares

fpn

19.05.18

Coimbra

| | | | | | |
|-------------------------------|---------|--|---------|----------|---------------------|
| <u>JUV- - Sel</u> | 2:02,98 | Camila Rodrigues Rebelo Maria Carlota Rebelo Joana Ribeiro Martins Catarina Silva Soares | fpn | 19.05.18 | Coimbra |
| <u>JUN- - Club</u> | 2:01,61 | Mafalda Gomes Beleza Maria Carolina Rosa Filipa Vilas Tiago Raquel Paulo Ranito | scp | 31.07.10 | Coimbra |
| <u>JUN- - Sel</u> | 2:00,12 | Inês Neto Rocha Raquel Gomes Pereira Beatriz Mendes Viegas Ana Rita Faria | fpn | 04.06.17 | Porto - Campanhã |
| <u>SEN - Club</u> | 1:56,50 | Marta Vieira Marinho Joana Catarina Carvalho Sara Freitas Oliveira Alexandra Paiva Oliveira | fcp | 10.04.10 | Coimbra |
| <u>SEN - Sel</u> | | sem tempo limite | | | |
| <u>ABS - Club</u> | 1:56,50 | Marta Vieira Marinho Joana Catarina Carvalho Sara Freitas Oliveira Alexandra Paiva Oliveira | fcp | 10.04.10 | Coimbra |
| <u>ABS - Sel</u> | 2:00,12 | Inês Neto Rocha Raquel Gomes Pereira Beatriz Mendes Viegas Ana Rita Faria | fpn | 04.06.17 | Porto - Campanhã |
| <u>4x100 ESTILOS</u> | | | | | |
| <u>INF B 12 - Club</u> | 4:56,36 | Catarina Alexandra Jardim Bárbara Nogueira Gonçalves Carla Luísa Alves Ana Silva Costa | gdnfama | 24.07.10 | Porto - Campanhã |
| <u>INF B 12- Sel</u> | 4:55,95 | Susana Chanoca Narciso Maria Gomes Pereira Maria Ferreira Moura Mariana Morais Delfino | anl | 14.05.16 | Vila Franca de Xira |
| <u>INF A 13 - Club</u> | 4:45,41 | Inês Catarina Agostinho Ana Maria Pina Raquel Paulo Ranito Vera Patrícia Pinto | slb | 30.06.07 | Oeiras - Jamor |
| <u>INF A 13- Sel</u> | 4:38,93 | Rafaela Gomes Azevedo Clara Gomes Pereira Leonor Camacho Fernandes Alexandra Couto Frazão | anl | 13.06.15 | Vila Franca de Xira |
| <u>INF Club</u> | 4:45,41 | Inês Catarina Agostinho Ana Maria Pina Raquel Paulo Ranito Vera Patrícia Pinto | slb | 30.06.07 | Oeiras - Jamor |
| <u>INF Sel</u> | 4:38,93 | Rafaela Gomes Azevedo Clara Gomes Pereira Leonor Camacho Fernandes Alexandra Couto Frazão | anl | 13.06.15 | Vila Franca de Xira |

| | | | | | |
|-------------------------------|----------------|---|-----|----------|----------------|
| <u>JUV B 14 - Club</u> | 4:35,70 | Inês Catarina Agostinho Ana Maria Pina Sofia Oliveira Pinto Vera Patrícia Pinto | slb | 27.07.08 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV B 14 - Sel</u> | 4:31,31 | Inês Catarina Agostinho Ana Pinho Rodrigues Filipa Vilas Tiago Diana Ramos Rocha | fpn | 29.03.08 | Istambul |
| <u>JUV A 15 Club</u> | 4:35.70 | tempo limite | | | |
| <u>JUV A 15 Sel</u> | 4:30,76 | Ana Margarida Guedes Inês Neto Rocha Sara Sofia Alves Joana Costa Amador | fpn | 02.04.16 | Limassol |
| <u>JUV Club</u> | 4:30,40 | Rafaela Gomes Azevedo Clara Gomes Pereira Carolina Rosa Marcelino Ana Baptista Ferreira | sad | 24.07.16 | Oeiras - Jamor |
| <u>JUV Sel</u> | 4:30,76 | Ana Margarida Guedes Inês Neto Rocha Sara Sofia Alves Joana Costa Amador | fpn | 02.04.16 | Limassol |
| <u>JUN- - Club</u> | 4:24,80 | Rita Barros Frischknecht Ana Beatriz Marques Sofia Alexandra Branco Madalena Gomes Azevedo | sad | 04.04.15 | Coimbra |
| <u>JUN- - Sel</u> | 4:18,01 | Joana Carina Silva Paula Alexandra Oliveira Inês Camacho Fernandes Isabel Pinto Abreu | fpn | 31.03.12 | Coimbra |
| <u>SEN - Club</u> | 4:16,23 | Susana Patrícia Miguel Diana Duarte Gomes Filipa Ferreira Silva Patrícia Vilas Conceição | cna | 21.07.09 | Faro |
| <u>SEN - Sel</u> | 4:13,64 | Rita Barros Frischknecht Raquel Gomes Pereira Ana Catarina Monteiro Diana Margarida Durães | fpn | 25.06.18 | Tarragona |
| <u>ABS - Club</u> | 4:16,23 | Susana Patrícia Miguel Diana Duarte Gomes Filipa Ferreira Silva Patrícia Vilas Conceição | cna | 21.07.09 | Faro |
| <u>ABS - Sel</u> | 4:13,64 | Rita Barros Frischknecht Raquel Gomes Pereira Ana Catarina Monteiro Diana Margarida Durães | fpn | 25.06.18 | Tarragona |

PISCINA DE 25m - PROVAS MISTAS

4x50 LIVRES

| | | | | |
|--------------------------|---------|---|------|----------|
| <u>ABS - Club</u> | 1:45,39 | Bruno Miguel Franco José Tomás Simeão Bruna Martins Riesenberger Sofia Alexandra Nunes | cirl | 17.04.16 |
|--------------------------|---------|---|------|----------|

4x100 LIVRES

| | | | | |
|--------------------------|---------|---|-----|----------|
| <u>ABS - Club</u> | 3:49,03 | Sara Alexandra Madeira Bernardo Almeida Moreira Ana Filipa Pardal Miguel Ferreira Sardinha | cvg | 13.05.06 |
|--------------------------|---------|---|-----|----------|

4x50 ESTILOS

| | | | | |
|--------------------------|---------|--|-----|----------|
| <u>ABS - Club</u> | 1:57,28 | Susana Correia Oliveira Duarte Alonso Catela Miguel Cordeiro Saraiva Isabel Pinto Abreu | cfb | 21.02.09 |
|--------------------------|---------|--|-----|----------|

| | | | | |
|-------------------------|---------|--|-----|----------|
| <u>ABS - Sel</u> | 1:47,18 | Nathan Keith Theodoris Ana Pinho Rodrigues Gabriel José Lopes Ana Sofia Leite | fpn | 03.12.15 |
|-------------------------|---------|--|-----|----------|

4x100 ESTILOS

| | | | | |
|--------------------------|---------|--|-----|----------|
| <u>ABS - Club</u> | 4:15,91 | Raquel Paulo Ranito Nuno Gonçalo Quintanilha Henrique Lourenço Ferreira Carolina Santos Albuquerque | cvg | 14.02.15 |
|--------------------------|---------|--|-----|----------|

Entroncamento

Caldas da Rainha

Alapraia

Netanya

Caldas da Rainha

PISCINA DE 50m - PROVAS MISTAS**4x50 LIVRES**

ABS - Club 1:57,08 Romeu Ribeiro Fernandes
Rui Pires Martins
Alexia Bastos Barros
Mariana Magalhães Sampaio adf 16.04.16

4x100 LIVRES

INF B 13 - Club 4:15,46 João Afonso Antunes
Pedro Duarte Jesus
Lara Rodrigues Vasconcelos
Carolina Miranda Fernandes cga 16.07.17

INF B 13 - Sel 4:17,56 David Emanuel Tome
Beatriz Ferreira Gaspar
Maria Vieira Marques
Ricardo Ferreira Mendes ancnp 17.07.16

INF A 14 - Club 4:01,87 João Afonso Antunes
Pedro Duarte Jesus
Carolina Miranda Fernandes
Lara Rodrigues Vasconcelos cga 21.07.18

INF A 14 - - Se 4:03,02 Eduardo Gomes Fernandes
Maria Joao Pelaio
Camila Rodrigues Rebelo
Tiago Andrade Machado fpn 26.06.16

INF Club 4:01,87 João Afonso Antunes
Pedro Duarte Jesus
Carolina Miranda Fernandes
Lara Rodrigues Vasconcelos cga 21.07.18

INF Sel 4:03,02 Eduardo Gomes Fernandes
Maria Joao Pelaio
Camila Rodrigues Rebelo
Tiago Andrade Machado fpn 26.06.16

JUV A - Sel 3:49,99 Ivan Emanuel Amorim
Bernardo Jorge Simões
Francisca Soares Martins
Catarina Silva Soares fpn 19.05.18

JUV Sel 3:49,20 Tiago André Machado
Eduardo Gomes Fernandes
Maria Ferreira Moura
Maria Gomes Pereira fpn 19.05.18

JUN- - Club 4:09,32 Ana Filipa Veiga
Andrei Iulian Zinca
Edgar Ribau Melo
Joana Santos Pereira capge 27.05.17

| | | | | |
|-------------------------------|---------|---|-----|----------|
| <u>SEN - Club</u> | 3:43,48 | Diana Margarida Durães Luiz Pedro Pereira Sofia Alexandra Rolão João Duarte Santos | slb | 20.05.17 |
| <u>SEN - Sel</u> | 3:37,10 | Mário Alexandre Pereira Ana Pinho Rodrigues Ana Sofia Leite Miguel Duarte Nascimento | fpn | 31.01.15 |
| <u>ABS - Club</u> | 3:43,48 | Diana Margarida Durães Luiz Pedro Pereira Sofia Alexandra Rolão João Duarte Santos | slb | 20.05.17 |
| <u>ABS - Sel</u> | 3:37,10 | Mário Alexandre Pereira Ana Pinho Rodrigues Ana Sofia Leite Miguel Duarte Nascimento | fpn | 31.01.15 |
| 4x200 LIVRES | | | | |
| <u>INF B 13- Club</u> | 9:19,25 | Carolina Miranda Fernandes João Afonso Antunes Pedro Duarte Jesus Lara Rodrigues Vasconcelos | cga | 15.07.17 |
| <u>INF A 14 - Club</u> | 8:51,77 | Bernardo Victorino Almeida Erica Cristina Reis Ana Beatriz Simões Afonso Figueiredo Frasquinho | scp | 22.07.18 |
| <u>INF Club</u> | 8:51,77 | Bernardo Victorino Almeida Erica Cristina Reis Ana Beatriz Simões Afonso Figueiredo Frasquinho | scp | 22.07.18 |
| <u>ABS - Club</u> | 8:51,77 | Bernardo Victorino Almeida Erica Cristina Reis Ana Beatriz Simões Afonso Figueiredo Frasquinho | scp | 22.07.18 |
| <u>ABS - Sel</u> | 8:23,63 | Miguel Cordeiro Saraiva Sílvia Ariana Soares Gustavo Manuel Santa Cátia Raquel Martinheira | fpn | 21.07.09 |
| 4x50 ESTILOS | | | | |
| <u>JUN- - Club</u> | 2:06,38 | Rita Almeida Freches Ricardo Manuel Monteiro Inês Maria Pereira Ruben Oliveira Lopes | lsc | 17.01.15 |
| <u>ABS - Club</u> | 2:01,50 | João Alberto Gondar Filipe Carmo Ramos Ana Catarina Monteiro Ana Filipa Gomes | cfv | 17.01.15 |

4x100 ESTILOS

| | | | | |
|-------------------------------|---------|--|---------|----------|
| <u>INF B 13 - Club</u> | 4:48,64 | Gabriel Moreira Santos Inês Faria Rego João Campelo Oliveira Mariana Martins Costa | gdnfama | 15.07.17 |
| <u>INF B 13 - Sel</u> | 4:52,31 | Maria Vieira Marques Ricardo Ferreira Mendes David Emanuel Tome Beatriz Ferreira Gaspar | ancnp | 17.07.16 |
| <u>INF A 14 - Club</u> | 4:33,31 | Filipa Ramos Teixeira Martim Rebelo Malfeito Vicente Oliveira Gomes Barbara Silva Viegas | scp | 17.07.16 |
| <u>INF A - Sel</u> | 4:32,36 | Camila Rodrigues Rebelo Maria João Pelaio Tiago Andrade Machado Eduardo Gomes Fernandes | fpn | 26.06.16 |
| <u>INF Club</u> | 4:33,31 | Filipa Ramos Teixeira Martim Rebelo Malfeito Vicente Oliveira Gomes Barbara Silva Viegas | scp | 17.07.16 |
| <u>INF Sel</u> | 4:32,36 | Camila Rodrigues Rebelo Maria João Pelaio Tiago Andrade Machado Eduardo Gomes Fernandes | fpn | 26.06.16 |
| <u>JUV A - Sel</u> | 4:11,79 | Camila Rodrigues Rebelo Francisco Costa Nunes Vicente Oliveira Gomes Francisca Soares Martins | fpn | 20.05.18 |
| <u>JUV Sel</u> | 4:11,79 | Camila Rodrigues Rebelo Francisco Costa Nunes Vicente Oliveira Gomes Francisca Soares Martins | fpn | 20.05.18 |
| <u>JUN- - Club</u> | 4:38,99 | Pedro Guilherme Ferreira Maria Ines Ferreira João Pedro Gomes Mariana Santos Ferreira | cnmc | 28.05.17 |
| <u>SEN - Sel</u> | 4:01,14 | Aléxis Manaças Santos Ana Pinho Rodrigues Diogo Filipe Carvalho Ana Sofia Leite | fpn | 01.02.15 |
| <u>ABS - Club</u> | 4:08,54 | Francisca Gomes Azevedo Afonso Ribeiro Bate Pedro André Santos Rita Barros Frischknecht | sad | 29.05.16 |

ABS - Sel

4:01,14

Aléxis Manaças Santos
Ana Pinho Rodrigues
Diogo Filipe Carvalho
Ana Sofia Leite

fpn

01.02.15

Póvoa de Varzim

Loulé

Famalicão

S. João da Madeira

Coimbra

S. João da Madeira

Coimbra

Coimbra

Coimbra

Coimbra

Coimbra

Luxemburgo

Coimbra

Luxemburgo

Loulé

S. João da Madeira

S. João da Madeira

S. João da Madeira

Tampere

Póvoa de Varzim

Póvoa de Varzim

Loulé

Famalicão

Famalicão

Coimbra

Famalicão

Coimbra

Coimbra

Coimbra

Coimbra

Luxemburgo

Coimbra

Luxemburgo

Alojamentos Ponte da Barca

| Designação | Tipologia | Nº Quartos | Equipamentos | Contactos | Localização |
|---------------------------|----------------------|------------|--|--|--|
| Casa Nobre do Correio Mor | Turismo de Habitação | 10 | Aquecimento Central, TV, Bar, Sala de Jogos, Ginásio, Sauna, Piscina, Jardim, Edifício Histórico | 258452129 , 919440801 , laceme@sapo.pt | Ponte da Barca, GPS - 41° 48' 28" N 8° 25' 09.50" W |
| Casa da Fonte da Tornada | Casa de Campo | 3 | Quintal, Barbecue, facilidade de estacionamento, aquecimento central | 258576142, 964193144 | Castelo – Lindoso, GPS - 41° 51' 51.30" N 8° 12' 00.40" W Parada – Lindoso, GPS - 41° 51' 45.75" N 8° 13' 06" W |
| Casa da Porta da Loja | Casa de Campo | 2 | Aquecimento central, TV | 258577375, 938160048 | Parada – Lindoso, GPS - 41° 51' 44.65" N 8° 13' 06.30" W |
| Casa do Amparo | Casa de Campo | 1 | Aquecimento central, TV, facilidade de estacionamento | 258577140, 934957950 | Castelo – Lindoso, GPS - 41° 51' 51.30" N 8° 12' 00.40" W |
| Casa do Castanheiro | Casa de Campo | 3 | Aquecimento central, TV, Barbecue, Facilidade de estacionamento | 258576142, 964193144 | Parada – Lindoso, GPS - 41° 51' 48.90" N 8° 13' 06.60" W |
| Casa do Pomar | Casa de Campo | 3 | Aquecimento Central, TV, Facilidade de estacionamento | 258 4888710/ 936261593info@casadopomar.net | Castelo – Lindoso, GPS - 41° 51' 51.30" N 8° 12' 00.40" W |
| Casa do Moinho | Casa de Campo | 1 | Aquecimento central, TV, Barbecue, Facilidade de estacionamento | 258576142, 964193144 | Germil - GPS - 41° 46' 59.45" N 8° 15' 54.45" W |
| Casa Real Danaia T3 | Casa de Campo | 3 | Central de climatização, TV, Jardim | 917806310, 258588297 | Germil - GPS: 41° 46' 58.85" N 8° 15' 53.65" W |
| Casa Real Danaia T1 | Casa de Campo | 1 | Central de climatização, TV, Jardim | 917806310, 258588297 | Parada – Lindoso, GPS - 41° 51' 45.75" N 8° 13' 06.00" W |
| Casa do Sertão | Casa de Campo | 2 | Central de climatização, TV | 258577616, 919444905, 938313237 | Germil , GPS: 41° 46' 58.85" N 8° 15' 53.65" W |
| Casa Nova | Casa de Campo | 2 | Aquecimento central, TV | 258 452450 | Germil, GPS - 41° 46' 56.50" N 8° 15' 54.25" W |
| Casa da Eira | Casa de Campo | 2 | Aquecimento central, TV | 258 452450 | |

Alojamentos Ponte da Barca

| | | | | | |
|---|---------------|---|--|---|--|
| Casa d' Auleira | Casa de Campo | 8 | TV, Jardim, Piscina, Central de Climatização, Espaço para iniciativas, Estacionamento privativo. | 258 488020 | Lugar da Alvarinha, GPS - 41° 45' 25.50" N 8° 26' 17.50" W |
| Casa José Dias | Casa de Campo | 1 | Aquecimento central, TV | 258 588 564, 96 6003558 | Germil , GPS: 41° 46' 58.85" N 8° 15' 53.65" W |
| Casa do Côto | Casa de Campo | 2 | TV, Aquecimento central, Jardim, Facilidade de estacionamento, Barbecue. | 258453558 968568065 | Bravães GPS - 41°48'09" N 8°27'04" W |
| Family House (rh-casas de campo) | Casa de Campo | 3 | Central de climatização, espaço exterior, TV cabo,internet, facilidade de estacionamento | 965 627 880 / 965 831 722 laurebola@gmail.com/geral@rhcasasdecampo.com | Parada Lindoso GPS: N 41° 51' 48" - W 008° 13' 02 |
| Kiko's House (rh-casas de campo) | Casa de Campo | 1 | Central de Climatização, TV cabo, internet, facilidade de estacionamento | 965 627 880 / 965 831 722 Laurebola@gmail.com/geral@rhcasasdecampo.com | Parada Lindoso GPS: N 41° 51' 48" - W 008° 13' 02 |
| Casa da Corça (Quinta do Vedouro) | Casa de Campo | 2 | Aquecimento central, TV, Jardim, facilidade de estabelecimento | 919905970 917526158 | Lugar do Vedouro – Bravães GPS - 41° 47' 41.70" N 8° 27' 01.40" W |
| Casa do Javali (Quinta do Vedouro) | Casa de Campo | 2 | Aquecimento central, TV, Jardim, facilidade de estacionamento | 919905970 917526158 | Lugar do Vedouro – Bravães GPS - 41° 47' 41.70" N 8° 27' 01.40" W |
| Casa do Cruzeiro T2 (Quinta da Cerca dos Passais) | Agro-Turismo | 2 | Aquecimento central, jardim, TV, facilidade de estacionamento. | 919030419 cercadospassais@gmail.com | Igreja, Entre Ambos-os-Rios GPS – 41°49'08.53"N 8°18'33.10"O |
| Casa do Cruzeiro T5 (Quinta da Cerca dos Passais) | Agro-Turismo | 5 | Aquecimento central, jardim, TV, facilidade de estacionamento. | 919030419 cercadospassais@gmail.com | Igreja, Entre Ambos-os-Rios GPS – 41°49'08.53"N 8°18'33.10"O |
| Casa dos Passais (Quinta da Cerca dos Passais) | Agro-Turismo | 2 | Piscina, Jardim, facilidade de estacionamento | 919030419 cercadospassais@gmail.com | Igreja, Entre Ambos-os-Rios GPS – 41°49'08.53"N 8°18'33.10"O |

Alojamentos Ponte da Barca

| | | | | | |
|--|----------------|---|--|---|--|
| Casa do Espigueiro da Cerca dos Passais – Lado do Espigueiro | Agro-Turismo | 3 | Aquecimento central, jardim, TV, facilidade de estacionamento. | 919030419 cercadospassais@gmail.com | Igreja, Entre Ambos-os-Rios GPS – 41°49'08.53"N 8°18'33.10"O |
| Casa do Espigueiro da Cerca dos Passais – Lado da Ermida | Agro-Turismo | 3 | Aquecimento central, jardim, TV, facilidade de estacionamento. | 919030419 cercadospassais@gmail.com | Igreja, Entre Ambos-os-Rios GPS – 41°49'08.53"N 8°18'33.10"O |
| Quinta Olívia | Casa de Campo | 3 | Aquecimento central, TV, jardim, Piscina, estacionamento | 918638867 www.quintaolivia.com | Lugar do Casal, Ruivos GPS 41°46'9.65"N, 8°26'40.71"O |
| Casa do Morangueiro | Moradia - AL | 6 | Jardim, Piscina, Central de Climatização, TV Cabo, Sala de Jogos Estacionamento privativo. | 258817160, 258817162 258452129 , 919440801 , laceme@sapo.pt | Tamente – Entre Ambos-os-Rios, GPS - 41°49'10" N 8°19'22" W |
| Quinta dos Casais T1 (r/c) | Apartamento-AL | 1 | Jardim, Barbecue, facilidade de estacionamento | | Lugar dos Casais – Bravães GPS - 41° 47' 39.40" N 8° 26' 59.00" W |
| Quinta dos Casais T2 (1º andar) | Apartamento-AL | 2 | Jardim, Barbecue, facilidade de estacionamento | | Lugar dos Casais – Bravães GPS - 41° 47' 39.40" N 8° 26' 59.00" W |
| Casa Velha | Moradia – AL | 2 | Aquecimento central, TV, Jardim, Barbecue, Piscina facilidade de estacionamento | 917256810 | Paradamonte – Britelo, GPS - 41° 47' 39.40" N 8° 26' 59.00" W |
| Casa do Charco | Moradia – AL | 2 | Aquecimento central e TV | 258577616 919444905 | Parada – Lindoso GPS - 41°52'12" N 8°13'05" W |
| Casa dos Cabecinhos T0 | Apartamento-AL | 0 | Aquecimento central, TV, Jardim, Barbecue, facilidade de estacionamento | 258576526 969387130 | Paradamonte – Britelo GPS - 41° 51' 12.20" N 8° 16' 34.90" W |

Alojamentos Ponte da Barca

| | | | | | |
|---|-------------------------------------|----|---|--|--|
| Casa dos Cabecinhos T2 (r/c) | Apartamento-AL | 2 | Aquecimento central, TV, Jardim, Barbecue, facilidade de estacionamento | 258576526 969387130 | Paradamonte – Britelo GPS - 41° 51' 12.20" N 8° 16' 34.90" W |
| Casa dos Cabecinhos T2 (sótão) | Apartamento-AL | 2 | Aquecimento central, TV, Jardim, Barbecue, facilidade de estacionamento | 258576526 969387130 | Paradamonte – Britelo GPS - 41° 51' 12.20" N 8° 16' 34.90" W |
| Casa dos Espigueiros I | Morada – AL | 1 | Aquecimento central, TV | 258576142 964193144 | Castelo – Lindoso GPS - 41° 51' 58.70" N 8° 12' 02.20" W |
| Casa dos Espigueiros II | Morada – AL | 1 | Aquecimento central, TV | 258576142 964193144 | Castelo – Lindoso GPS - 41° 51' 58.70" N 8° 12' 02.20" W |
| Casa do João | Morada – AL | 3 | Aquecimento central, TV | 258 4888710/ 936261593info@casadojoao.eu | Parada Lindoso GPS: N 41° 51' 48" - W 008° 13' 02" |
| Casa do Sobreiro | Morada – AL | 2 | TV, Cozinha Equipada, Energia por paineis solares | 913010069 | Sistelo – Britelo – GPS – 41°50'43.48" N 8° 16'51.39" O |
| Casa de Reborido | Morada – AL | 1 | TV, Cozinha Equipada, Aquecimento central, Jardim, Facilidade de estacionamento,. | 966 509 440 | Quinta do Rato – Barral – Vila Chã S. João |
| Residencial S. Fernando | Estabelecimento de Hospedsagem – AL | 24 | | 258452580 | Ponte da Barca GPS - 41°48'09" N 8°24'52" W |
| Tempus Hotel & Spa | Hotel | 28 | SPA, Piscina interior e exterior, Sauna, Jacuzzi. | TEL 258 009 250 geral@hoteltempus.com www.hoteltempus.com | Oleiros; GPS 41°47'40.23"N 8°26'3.43"O |
| Hotel "Os Poetas" ** | Hotel | 10 | | 258488152 info@hotelospoetas.com | Ponte da Barca GPS - 41°48'31" N 8°25'11" W |
| Parque de Campismo de Entre Ambos-os-Rios | PC (3 *) | 0 | Bungalows; Tendas glamping. | 258588361 / 964 969 309 info@lima-escape.pt ; www.lima-escape.pt | Entre Ambos-os-Rios GPS - 41° 49' 26" N 8° 19' 03" W |
| Na-Bé Lavender lodge and spa | Parque de Campismo – Lodge | 0 | Piscina, Spa, Estacionamento | 258 488339; 913720982; 932482697; info@na-be.eu ; www.na-be.eu | Souto, Crasto GPS - 41°46'22.89"N 8°26'26.80"W |

Alojamentos Ponte da Barca

| | | | | | |
|-------------------|------------------------------------|----|---|---|---|
| Magalhães Hostel | Estabelecimento de Hospedagem - AL | 3 | TV, Internet, Terraço, Parque para bicicletas, cacifo individual. | 965 492 032 / 351 962 678 652 info@magalhaeshostel.com | Ponte da Barca GPS - 41°48'22.60"N 8°24'58.42"W |
| Hotel Fonte Velha | Turismo de Habitação | 12 | A inaugurar 24 de outubro. Junto as Piscinas | 33646857555 | Ponte da Barca GPS - 41°48'31.78"N 8°25'5.21"W |



Autorização

Exmo. Senhores:

Queremos começar por felicitá-lo pelo facto do seu educando/a ter sido selecionado/a para representar PORTUGAL na Equipa Nacional de Pólo Aquático.

Para tal, pretendemos que autorize a sua deslocação e presença na **AÇÃO DA SN SUB 20 FEMININA**, que se realizará em _____, no dia _____ a _____ de 2018.

O/A encarregado/a de educação (Pai, Mãe ou tutor legal) de _____ declara que tomou conhecimento da referida ação e autoriza que o/a seu educando/a se desloque para as atividades desportivas e recreativas organizadas pela FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO (FPN), para as quais tenha sido/a selecionado/a, acompanhado/a do dirigente, Chefe de equipa ou pessoal técnico, ilibando a esta FPN, e conseqüentemente ao seu staff de qualquer responsabilidade derivada de negligência ou desobediência do seu educando/a.

_____, _____ de _____ de 20_____.

O encarregado de educação (Pai, Mãe ou Tutor Legal)
(riscar o que não interessa)

Assinatura: _____

Numero CC/BI: _____



CALENDARIO POLO AQUATICO 2018-2019

| | | FINA | LEN | FPN | | | | | | | | | | | | | | FADU | SN | | PND | | | | | | | | |
|--------|------------|----------------------|------------------------|-----------------------|--------------------------|----------------|---------------|------------|------------|----------------|-----------------|---------------------|---------------|------------|------------|----------------|-----------------|---------------------|-----------------------|--------------------------|------------------|------------------------------|---------|---------|---------|---------|------------|-----------|--|
| | | WORLD WOMEN'S JUNIOR | EUROPEAN WP 2020 MEN'S | EUROPEAN JUNIOR MEN'S | EUROPEAN WP 2020 WOMEN'S | PO 1 - CP A1 M | PO2 - CP A2 M | PO3 - ST M | PO4 - TP M | PO8 - CP A20 M | PO10 - CP A18 M | PO12 - CP JUVENIL M | PO5 - CP A1 F | PO6 - ST F | PO7 - TP F | PO9 - CP A20 F | PO11 - CP A18 F | PO13 - CP JUVENIL F | PO14 - CP INFANTIL MX | PO15 - CP AT INFANTIL MX | PO17 - TN MASTER | CAMP. NACIONAL UNIVERSITARIO | SNABS M | SNABS F | SNABS M | SNABS F | PNDT (S12) | PNC (S14) | |
| jan/19 | 01/01/2019 | Ter | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 02/01/2019 | Qua | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 03/01/2019 | Qui | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 04/01/2019 | Sex | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 05/01/2019 | Sáb | | | | 10 | | | | | | | 7 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 06/01/2019 | Dom | | | | | | | 1 E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 07/01/2019 | Seg | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 08/01/2019 | Ter | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 09/01/2019 | Qua | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 10/01/2019 | Qui | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 11/01/2019 | Sex | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 12/01/2019 | Sáb | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 13/01/2019 | Dom | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 14/01/2019 | Seg | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 15/01/2019 | Ter | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 16/01/2019 | Qua | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 17/01/2019 | Qui | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 18/01/2019 | Sex | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 19/01/2019 | Sáb | | | | | | | | 1/8 | | | 8 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 20/01/2019 | Dom | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 4 | |
| | 21/01/2019 | Seg | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 22/01/2019 | Ter | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 23/01/2019 | Qua | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 24/01/2019 | Qui | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 25/01/2019 | Sex | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 26/01/2019 | Sáb | | | | 11 | | | | | | | | | 1/4 | | | | | | | | | | | | | | |
| | 27/01/2019 | Dom | | | | | 8 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 4 | |
| | 28/01/2019 | Seg | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 29/01/2019 | Ter | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 30/01/2019 | Qua | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 31/01/2019 | Qui | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Controlo Avaliação

CALENDARIO POLO AQUATICO 2018-2019

| | | FINA | LEN | FPN | | | | | | | | | | | | | FADU | SN | | PND | | | | | | | | | | | |
|--------|------------|----------------------|------------------------|-----------------------|--------------------------|----------------|---------------|------------|------------|----------------|-----------------|---------------------|---------------|------------|------------|----------------|-----------------|---------------------|-----------------------|--------------------------|------------------|------------------------------|---------|---------|---------|---------|------------|-----------|--|--|--|
| | | WORLD WOMEN'S JUNIOR | EUROPEAN WP 2020 MEN'S | EUROPEAN JUNIOR MEN'S | EUROPEAN WP 2020 WOMEN'S | PO 1 - CP A1 M | PO2 - CP A2 M | PO3 - ST M | PO4 - TP M | PO8 - CP A20 M | PO10 - CP A18 M | PO12 - CP JUVENIL M | PO5 - CP A1 F | PO6 - ST F | PO7 - TP F | PO9 - CP A20 F | PO11 - CP A18 F | PO13 - CP JUVENIL F | PO14 - CP INFANTIL MX | PO15 - CP AT INFANTIL MX | PO17 - TN MASTER | CAMP. NACIONAL UNIVERSITARIO | SNABS M | SNABS F | SNABS M | SNABS F | PNDT (S12) | PNC (S14) | | | |
| mar/19 | 01/03/2019 | Sex | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 02/03/2019 | Sáb | | | | 15 | | | | | | | 12 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 03/03/2019 | Dom | | | | | 12 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 04/03/2019 | Seg | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 05/03/2019 | Ter | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 06/03/2019 | Qua | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 07/03/2019 | Qui | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 08/03/2019 | Sex | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 09/03/2019 | Sáb | | | | | 16 | | | | | | | 13 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 10/03/2019 | Dom | | | | | | 13 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 11/03/2019 | Seg | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 12/03/2019 | Ter | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 13/03/2019 | Qua | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 14/03/2019 | Qui | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 15/03/2019 | Sex | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 16/03/2019 | Sáb | | | | | 17 | | | | | | | 14 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 17/03/2019 | Dom | | | | | | 14 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 18/03/2019 | Seg | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 19/03/2019 | Ter | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 20/03/2019 | Qua | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 21/03/2019 | Qui | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 22/03/2019 | Sex | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 23/03/2019 | Sáb | | | | | 18 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 24/03/2019 | Dom | | | | | | PO 1/4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 25/03/2019 | Seg | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 26/03/2019 | Ter | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 27/03/2019 | Qua | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 28/03/2019 | Qui | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 29/03/2019 | Sex | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 30/03/2019 | Sáb | | | | | PO 1/4 | | | | | | | PO 1/4 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 31/03/2019 | Dom | | | | | | PO 1/4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

CALENDARIO POLO AQUATICO 2018-2019

| | | FINA | LEN | FPN | | | | | | | | | | | FADU | SN | | PND | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------|------------|----------------------|------------------------|-----------------------|--------------------------|----------------|---------------|------------|------------|----------------|-----------------|---------------------|---------------|------------|------------|----------------|-----------------|---------------------|-----------------------|--------------------------|------------------|------------------------------|---------|---------|---------|---------|------------|------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | WORLD WOMEN'S JUNIOR | EUROPEAN WP 2020 MEN'S | EUROPEAN JUNIOR MEN'S | EUROPEAN WP 2020 WOMEN'S | PO 1 - CP A1 M | PO2 - CP A2 M | PO3 - ST M | PO4 - TP M | PO8 - CP A20 M | PO10 - CP A18 M | PO12 - CP JUVENIL M | PO5 - CP A1 F | PO6 - ST F | PO7 - TP F | PO9 - CP A20 F | PO11 - CP A18 F | PO13 - CP JUVENIL F | PO14 - CP INFANTIL MX | PO15 - CP AT INFANTIL MX | PO17 - TN MASTER | CAMP. NACIONAL UNIVERSITARIO | SNABS M | SNABS F | SNABS M | SNABS F | PNDS (S12) | PNDS (S14) | | | | | | | | | |
| abr/19 | 01/04/2019 | Seg | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 02/04/2019 | Ter | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 03/04/2019 | Qua | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 04/04/2019 | Qui | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 05/04/2019 | Sex | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 06/04/2019 | Sáb | | | | PO 1/4 | | | | | | | PO 1/4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 07/04/2019 | Dom | | | | | PO 1/2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 08/04/2019 | Seg | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 09/04/2019 | Ter | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 10/04/2019 | Qua | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 11/04/2019 | Qui | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 12/04/2019 | Sex | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 13/04/2019 | Sáb | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 14/04/2019 | Dom | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 15/04/2019 | Seg | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 16/04/2019 | Ter | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 17/04/2019 | Qua | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 18/04/2019 | Qui | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 19/04/2019 | Sex | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 20/04/2019 | Sáb | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 21/04/2019 | Dom | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 22/04/2019 | Seg | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 23/04/2019 | Ter | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 24/04/2019 | Qua | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 25/04/2019 | Qui | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 26/04/2019 | Sex | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 27/04/2019 | Sáb | | | | QR II | PO 1/2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 28/04/2019 | Dom | | | | | PO 1/2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 29/04/2019 | Seg | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 30/04/2019 | Ter | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Nome do Restaurante Morada Telefone coordenadas GPS Horário de funcionamento Tipo de Gastronomia

Lobo Tamente - Entre Ambos-os-Rios 258587081 41.81551, -8.327873 08h00-23h00 Regional

Adega do Lavrador Avenida Fernão de Magalhães – Ponte da Barca 258455546 41.80114, -8.415066 10h00 – 24h00 Regional

Casa Real Rua D. Manuel I - Ponte da Barca 258455248 41.80871, -8.417196 12h00-15h00 19h00-22h30 Regional

O Churrasco Avenida Fernão de Magalhães - Ponte da Barca n/d 41.80054, -8.414910 09h-24h00 Regional

Jaime Gomes Rua Conselheiro Rocha Peixoto – Ponte da Barca 258452194 41.80840, -8.420184 12h00-15h00 19h00-24h00 Regional

Novas Pontes Igreja - Entre Ambos-os-Rios 258588353 41.82125, -8.316245 09h00-24h00 Regional

O Emigrante Rua António José Pereira - Ponte da Barca 258452248 41.80752, -8.417064 09h00-22h00 Regional

O Kibom Rua Joaquim Moreira de Barros - Ponte da Barca 258452175 41.80471, -8.415302 09h00-22h00 Regional

Pizzaria Tio Fredo Rua Comendador José Oliveira Carneiro Bouças - Ponte da Barca 258455600 41.80620, -8.415165 08h00 – 02h00 Regional, Italiana

Pizzaria D. Chivita Rua Comendador José Oliveira Carneiro Bouças - Ponte da Barca 258454474 41.80604, -8.414503 09h-02h00 Regional, Pizzaria

Quinta do Penedo Barreiro – Bravães 258453871 41.79832, -8.444828 12h00-15h00 18h00-22h00 Regional

S. Martinho (Craсто) Sanem - S. Martinho de Craсто 258098110 41.76721, -8.426996 10h00-22h00 Regional

Taberna de S. João Rua de S. João - Ponte da Barca 258455534 41.80810, -8.420908 09h00-19h00 Regional

O Companheiro Bemposta – Lavradas 258455255 41.79725, -8.467557 08h00-22h00 Regional

S. Martinho (Lindoso) Castelo - Lindoso 258577090 41.86703, -8.199382 08h00-23h00 Regional

Churrasqueira Barquense Rua Dr. Francisco Sá Carneiro - Ponte da Barca 258454104 41.80646, -8.413644 09h-24h00 Regional

Santana Igreja – Grovelas 258454576 41.75042, -8.433879 10h00 – 24h00 Regional

Varanda do Lima Largo do Côrro - Ponte da Barca 258453469 41.80818, -8.421069 12h00-15h00 19h00-23h00 Regional

O Moinho Largo do Côrro – Ponte da Barca 258452035 41.80833, -8.422230 11h00-24h00 Regional

O Nappoli Painçais – Paço Vedro de Magalhães 258455047 41.79731, -8.414548 08h00-02h00 Regional

Adega do Artur Igreja - Entre Ambos-os-Rios 258588361 41.82385, -8.317466 10h00 – 24h00 Regional

Vila Gourmet Praça Dr. António Lacerda - Ponte da Barca 258455381 41.80653, -8.416919 09h30-19h00 Autor

In tapas veritas Rua Dr. Alberto Cruz – Ponte da Barca 258488510 41.80870, -8.419626 12h00-23h00 Regional, Tapas

Cantinho do Parada Rua José Lacerda – Ponte da Barca 258488625 41.80808, -8.418619 10h00-23h00 Regional

O Tasco Cuide Vila Verde 917514133 41.77943, -8.419020 09h00-02h00 Regional

Di Nando Rua do Emigrante – Ponte da Barca 41.8063266,-8.4148267 12h00-15h00 18h00-22h00 Italiano

Recordes Batidos por Prova

Todas as provas

Femin., 100m Mariposa

| | | | | | | |
|------------|---------------------|----|-----|---------|-----------------|-------|
| 9. Série 1 | Gomes, Susana Clara | 77 | CNF | 1:07.63 | RN Esc D(40-44) | Esc D |
|------------|---------------------|----|-----|---------|-----------------|-------|