

LIVRO DE RECORDES

PLANO ESTRATÉGICO - 2014/2024

FPN



// vol. 5 //

// 2017 //

FICHA TÉCNICA

Autores

Jorge Torres
Vítor Raposo

Fotografias

Arquivo FPN
Jorge Torres
Vítor Raposo
Luís Vidigal Salgueiro
Arquivos pessoais de antigos nadadores

Paginação

Filipa Girão

Revisão Geral

Jorge Torres

Redes Sociais



[/fpnatacao1930](#)



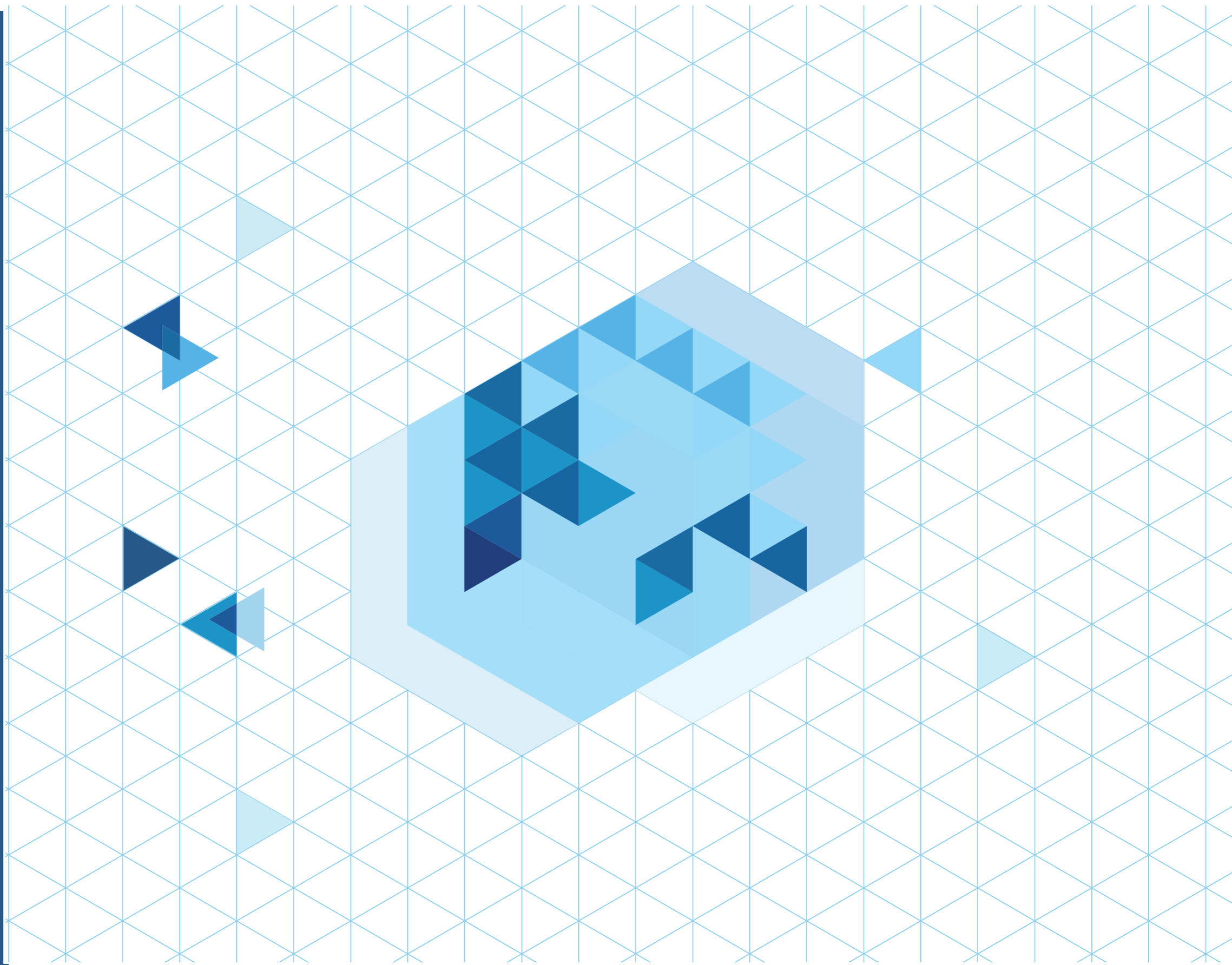
[@fpnatacao](#)



[/fpnatacao](#)



[/user/fpnatacao](#)



ÍNDICE

p. 7 Mensagem do Presidente

p. 10 Como surgiram os primeiros recordes nacionais

p. 11 O alargamento das listagens de recordes

p. 14 Episódios de uma longa história

p. 16 Alguns números dos recordes nacionais

p. 27 Como consultar a obra

p. 28 O Top dos Recordistas

p. 34 Listagem de Recordes - Piscina 25m

p. 172 Dos anos 30 aos anos 60

p. 178 Listagem de Recordes - Piscina 50m

p. 286 Dos anos 80 até hoje

MENSAGEM DO

PRESIDENTE



Tomada de posse
do presidente

A Federação Portuguesa de Natação (FPN) é a entidade que superintende e certifica as atividades ligadas à prática da Natação e pretende, com a sua experiência na missão de melhorar as condições de prática das disciplinas competitivas, estender a todas as entidades e praticantes de atividades aquáticas os benefícios duma organização de âmbito nacional, com abrangência insular, regional e local.



Este livro que agora publicamos serve a vertente da análise histórica da natação Portuguesa que, a par desta, terá várias outras edições atestando o papel relevante de nadadores, clubes, associações e figuras de relevo para a implantação nacional de uma modalidade que é já uma das marcas de referência do desporto nacional.

Procuramos assim também cumprir a missão da FPN. Um agradecimento especial a toda a estrutura da FPN pela ajuda aos autores pela recolha da informação relevante e fundamentalmente aos autores, Jorge Torres e Vitor Raposo, pelo seu labor incansável na produção deste manual de referência para a contextualização da natação Portuguesa nos tempos modernos.



COMO SURGIRAM OS PRIMEIROS RECORDES NACIONAIS

As provas de natação em Portugal, entre 1906 e 1930, realizaram-se em rios, docas ou mesmo no mar. Deste modo, não havia condições objetivas para se poderem comparar os tempos efetuados em diferentes competições. Nos jornais da época, surgiam com alguma frequência comentários a tempos feitos a favor ou contra a corrente, com a maré a baixar ou subir, ficando no ar a crítica à ausência de condições para se poderem avaliar.

Mesmo assim, por vezes, apareceram referências a resultados que constituiriam recordes nacionais. Verdade seja dita que essas informações não tinham origem nas entidades que tutelavam a modalidade, quer Liga, quer Federação.

Em 1930, foi inaugurada a piscina do Sport Algés e Dafundo, com 33 metros. Passou a constituir a primeira (e durante alguns anos única) piscina do país, não sendo por acaso que, nos tempos mais

próximos, nela se concentraram as competições mais importantes, a nível regional ou nacional.

Desta forma, estavam reunidas as condições para se poderem começar a homologar recordes nacionais. Após alguns festivais de âmbito mais limitado e destinados, no fundo, a fazer o lançamento da nova piscina, realizou-se, no dia 17 de agosto de 1930, um festival que contou com o apoio do jornal Os Sports (refira-se aqui que esse periódico foi um grande incentivador da promoção da modalidade, com um importante papel até aos anos quarenta).

A comissão organizadora do festival, como forma de estimular a participação e premiar o mérito, estabeleceu uma lista dos melhores tempos realizados até então em cada prova e decidiu atribuir uma medalha de honra a quem os batesse.

Essa lista, feita apenas para as provas masculinas, era a seguinte:

100 livres	1.13	Manuel Cardoso, no Portugal-Espanha de 1926
400 livres	6.35	Domingos dos Santos Calisto, nos Nacionais de 1929
4x200 livres	12.30.3/5	Beira-Mar (Tobias de Lemos, Joaquim Pinho Vinagre, Leonel da Graça, Joaquim Gonçalves), nos Nacionais de 1926
100 costas	1.36	Mário da Silva Marques, nos Regionais de 1926
200 bruços	3.10	João da Silva Marques, nos Nacionais de 1928 (*)

(*) Nesta prova, ressaltava-se logo na altura que já existia um tempo homologado como recorde nacional. Eram os 3.20 que Mário da Silva Marques tinha efetuado em 15 de junho de 1924. Fora um tempo feito no tanque da Casa Pia e valera-lhe o direito a participar nos Jogos Olímpicos daquele ano, em Paris.

Com exceção deste último, todos os tempos foram batidos, passando assim a constituir os novos recordes nacionais. O primeiro recorde numa prova feminina foi estabelecido por Silvina Vieira Alves, no dia 12 de outubro seguinte.

Depois deste festival, numa primeira fase, os recordes foram sendo estabelecidos à medida que a prova ia sendo nadada, já sem a preocupação de verificar se havia algum tempo melhor anterior, independentemente das condições em que fora efetuado.

O ALARGAMENTO DAS LISTAGENS DE RECORDES

Até ao ano de 1937, apenas se homologavam máximos absolutos.

Neste ano, com uma alteração dos regulamentos federativos, passou a haver recordes das categorias de principiantes, juniores e seniores.

Como podemos ler no relatório anual da FPN relativo a esse ano, «A falta de pleno funcionamento da Comissão Nacional de Arbitros e Cronometristas não permitiu, porém, que se homologassem todos os máximos registados...».

De facto, há alguma indefinição nas listagens de recordes dessa época, com alguns incluídos na categoria de seniores e batidos em 1936 e outros apenas considerados a partir de data mais tardia.

Como forma de estimular a tentativa de estabelecimento de novos recordes, a Direção da FPN decidiu conceder medalhas especiais a quem os batesse nas provas do programa olímpico.

Podemos recordar aqui que, na época, este apenas abrangia, no setor masculino, os 100, 400, 1500 e 4x200 livres, 200 bruços e 100 costas e, para as senhoras, os 100, 400 e 4x100 livres, os 200 bruços e os 100 costas.

Nos dois primeiros anos, foram atribuídas, respetivamente, 6 e 10 medalhas.

Até à grande remodelação dos regulamentos, em 1953, as listas de recordes nacionais foram crescendo, em paralelo com as dos mundiais.

Assim, surgiram distâncias como os 500 ou 1000 metros livres, 400 ou 500 bruços e 400 costas.

Ao mesmo tempo, só em finais dos anos quarenta começaram a ser reconhecidos máximos para a técnica de mariposa. Em consequência, as estafetas de estilos incluíam apenas costas, bruços e livres. Em relação aos recordes de mariposa, recorde-se aqui que esta resultou de uma evolução da técnica de bruços.

Aproveitando uma redação dos regulamentos que permitia essa interpretação, alguns nadadores começaram a efetuar a recuperação dos braços por fora da água.

Numa fase inicial, ambas as técnicas eram usadas indiscriminadamente nas provas de bruços.

No ano de 1949, era já previsível a separação, por parte da FINA, das provas de bruços e mariposa,

pelo que a FPN registou, para futura homologação, tempos efetuados em estilo clássico nos 100 metros.

A questão não se colocava nas provas femininas, pois nenhuma nadadora obtivera melhor tempo nadando em mariposa.

A alteração seguinte no panorama dos recordes nacionais deu-se no final de 1954, com a extinção da categoria de principiantes. categoria etária não dependia apenas da data de nascimento.

Embora com critérios variáveis, o desempenho desportivo podia permitir uma subida de categoria antecipada. Por exemplo, a mudança resultaria de um nadador vencer um número definido de provas da sua categoria, ou resultados equivalentes, como dois segundos lugares em vez de uma vitória.

Nos anos sessenta, havia uma tabela de tempos que os nadadores das categorias mais novas tinham que fazer para subir ao escalão imediatamente superior.

Em alguns casos, era necessária uma autorização especial da Direção Geral dos Desportos ou um exame médico.

Em 1973, começaram a ser homologados máximos para a categoria de infantis.

Foram sendo incluídos nas listagens à medida que as provas iam sendo nadadas, sem ter em consideração tempos feitos anteriormente.

A partir de 1 de janeiro de 1976, aos tempos registados em décimas de segundo passou a ser acrescentado um zero na casa das centésimas.

Em 1979, a Direção da FPN tentou proceder a uma alteração de fundo nas listagens de recordes. Através do seu Comunicado nº 30/79, de 13 de setembro, divulgou a decisão de introduzir um novo critério (“o usado universalmente”), segundo o qual um tempo de uma categoria etária mais baixa bateria igualmente o de todas as categorias acima, desde que fosse melhor que o seu recorde. O argumento prendia-se com a “má imagem” internacional da natação portuguesa quando se apresentava a lista dos recordes nacionais. Como se estava numa fase de renovação profunda da modalidade, o que acontecia era que muitos máximos infantis ou juvenis eram melhores que os juniores ou seniores e, principalmente no sector feminino, diversos recordes seniores nem sequer eram melhores que os de juvenis ou juniores. Deste modo, nenhum recorde de uma categoria mais velha seria pior que o de outra mais jovem. Ao mesmo tempo, criavam-se os recordes de clubes, para as provas de estafetas.

No entanto, esta proposta foi fortemente criticada pelas Associações Regionais que, num Congresso federativo realizado pouco depois, fizeram voltar tudo à situação anterior. Por outro lado, no referido Comunicado, definia-se que os tempos registados em centésimos por sistemas de cronometragem eletrónica com placas seriam homologados em centésimos. Nos casos de tempos manuais ou de sistemas eletrónicos sem placas, os tempos seriam arredondados ao décimo mais próximo.

Por último, era estabelecida uma listagem de provas de estafetas em que passaria a ser reconhecido um recorde nacional de clubes. Eram provas como os 4x100 ou 4x200 metros para as técnicas de livres, bruços, costas e mariposa, 4x100 metros estilos. Para as estafetas de livres e estilos, havia ainda o recorde para os 4x50 metros. Acrescentavam-se ainda à lista de recordes as estafetas de 100x100 livres, 50x50 livres e hora, por equipas mistas. Para todas estas provas, eram definidos tempos ou distâncias mínimos.

Em alguns casos, a Direção da FPN, no início dos anos oitenta, alterou-os, pois verificou-se que

havia melhores resultados feitos anteriormente.

A questão do registo de tempos manuais ou de sistema semiautomáticos foi alvo de nova decisão, divulgada pelo Comunicado nº 1/1983, de 13 de janeiro.

Aqui, determinava-se que esses tempos passavam a ser registados desprezando a casa dos centésimos, sem efectuar qualquer arredondamento.

No caso dos tempos manuais, um recorde precisava de três registos. Se dois fossem iguais, seria esse o novo recorde. Caso contrário, calculava-se o tempo médio entre os três cronómetros.

A alteração seguinte nas listas de recordes deu-se com a inclusão dos 50 livres, para todas as categorias, a partir do dia 28 de outubro de 1986.

Para a primeira homologação de recorde, estabeleceram-se tempos-limite iguais aos melhores registos existentes até ao momento.

No início da época de 1990-91, houve uma alteração, apenas para as categorias femininas, com a redução de um ano de idade em todas elas.

Em 1 de outubro de 1996, entrou em vigor uma mais profunda mudança nas categorias etárias.

No setor masculino, as idades anteriormente correspondentes à categoria infantil passaram a corresponder a dois novos escalões (Grupo 4 e Grupo 3); os juvenis passaram a ser Grupo 2 e Grupo 1, separados por ano de nascimento.

No setor feminino, o último ano de infantil passou a corresponder ao Grupo 3, sendo o escalão juvenil dividido em Grupo 2 e Grupo 1.

Para todas estas novas categorias etárias foi feito o levantamento dos melhores tempos feitos até então por nadadores com as idades que lhes correspondiam, passando aqueles a constituir o tempo limite para estabelecimento do novo máximo.

Nalguns casos, como consequência das sucessivas alterações das idades dos escalões, o tempo limite para o Grupo 1 era um tempo que fazia parte do histórico da categoria júnior.

A regulamentação em vigor definia que os recordes nacionais eram estabelecidos em piscina de 50 metros mas, enquanto não se generalizasse a existência daquelas piscinas, seria criada uma listagem de recordes “em todas as piscinas”. Independentemente do número de recintos com dimensões olímpicas, este critério manteve-se até ao dia 31 de maio de 1998.

A partir do dia seguinte, passou a haver uma lista de recordes em piscina de 50 metros e outra para piscina de 25 metros.

Desta, quando o anterior recorde de “todas as piscinas” tinha sido obtido em piscina de 50 metros, passou a constar o melhor tempo feito em piscina curta, como tempo limite para o novo máximo a estabelecer.

Ao mesmo tempo, foram acrescentadas as distâncias de 50 metros bruços, costas e mariposa, além dos 100 estilos, todos elas apenas para recordes absolutos.

Nesta data seria ainda feita a separação entre os tempos estabelecidos por equipas de clubes e por seleções (nacionais ou regionais), em todas as categorias das provas de estafetas.

Em 1 de outubro de 2004, foram adicionadas as categorias de juniores e seniores nas provas de 50 metros e nos 100 estilos.

Além disso, foi alterada a denominação das categorias mais novas.

No sector masculino, os Grupos 4, 3, 2 e 1 passaram, respetivamente, a Infantil B, Infantil A, Juvenil B e Juvenil A.

No setor feminino, os Grupos 3, 2 e 1 passaram a Infantil B, Infantil A e Juvenil.

Como houve apenas novas denominações, sem alteração das idades, todos os máximos se transpuseram diretamente da antiga lista para a nova.

Para os máximos absolutos passou a ser exigida, a partir de 2010, a realização de análise antidoping. Por último, no início da época de 2013-14, nova alteração aos escalões etários entrou em vigor.

No setor masculino, as categorias de juvenis e juniores foram divididas por ano de nascimento.

O primeiro ano de juvenil passou a ser juvenil B, sendo os mais velhos considerados como juvenil A. Do mesmo modo, os nadadores juniores passaram a ter a mesma subdivisão: B para os do primeiro ano e A para os mais velhos.

No setor feminino, houve alterações nas idades das categorias mais velhas: a categoria de juvenis passou a contar dois anos.

As nadadoras de 14 anos, antiga categoria juvenil, passam a ser juvenil B, sendo juvenil A as atletas de 15 anos, anterior primeiro ano de juniores.

A categoria júnior mantém dois anos de idade, no entanto, passam a ser os 16 e 17 anos, começando a categoria sénior apenas aos 18 anos.

EPISÓDIOS DE UMA LONGA HISTÓRIA

Uma tão longa história de recordes nacionais teria que ter, inevitavelmente, episódios caricatos a ela associados. Assim, referem-se a seguir alguns dos mais peculiares registados.

Em 1940, surgiu uma questão que, vista a esta distância, é bastante curiosa.

A Associação de Natação de Coimbra apresentou um pedido de homologação de recordes que levou ao aparecimento de dúvidas entre os elementos da Direcção da Federação.

Esta colocou nas mãos das Associações Regionais reunidas em Congresso a resposta à seguinte questão: devem ser homologados como 'recordes' nacionais, nas respectivas categorias, os 'tempos' alcançados por nadadores principiantes e juniores em provas de inscrição livre? [isto é: provas absolutas].

O problema que se colocava era saber se os nadadores das categorias mais jovens estariam a

ser alvo de treinamento artificial ao nadar com os seniores. Em caso afirmativo, tal implicaria a recusa de homologação, pois os regulamentos o proibiam. Outro episódio caricato (à luz da realidade de hoje) está associado à vinda para Portugal do treinador húngaro Emeric Szasz.

Fugido do seu país no pós-guerra, estivera em Itália, chegando ao nosso país em 1951.

Aqui permaneceu dois anos, indo depois para o Brasil.

Entre os hábitos que trouxe estava o de apitar (furiosamente, nas palavras do antigo nadador olímpico Fernando Madeira¹ durante o último percurso dos seus nadadores.

Tal como era seu hábito, assim o fez numas tentativas de recorde pedidas pelo Sport Algés e Dafundo, no dia 15 de agosto de 1951.

Nesta sessão, foram batidos os seguintes recordes nacionais:

a) 3x50 estilos juniores e absoluto – equipa do SAD (Eurico Surgey, Eduardo Barbeiro, Eurico Perdigão) com 1.38,6;

b) 3x50 estilos principiantes – equipa do SAD (Vitor Passos de Almeida, Fernando Trovão, Manuel Barbeiro) com 1.44,4;

c) 3x100 estilos seniores e absoluto – equipa do SAD (Regina Mendes, Maria Luísa Araújo, Lucília Angeja) com 4.56,4;

d) 50 livres juniores – Eduardo Barbeiro (SAD) com 29,0, no 1º percurso da estafeta de 5x50 livres;

Além destes novos máximos, foi igualado mais um:

e) 50 livres principiantes – Manuel Barbeiro (SAD) 32,0

Cerca de um mês mais tarde, foi tomada a decisão da FPN,

assim noticiada e comentada pelo antigo nadador Pereira Bastos, nas páginas do jornal desportivo *A Bola*, de 17 de setembro do mesmo ano:

A Federação Portuguesa de Natação resolveu não homologar cinco recordes obtidos por nadadores do Sport Algés e Dafundo, na sessão especial de tentativas, realizada no dia 15 de Agosto, na piscina do Clube Sportivo de Pedrouços.

Alega para tal deliberação o facto de o treinador húngaro Emeric Syasy, ao serviço do Algés, e então presente, ter apitado durante as tentativas, o que foi considerado como indicação aos nadadores nos termos da alínea g) do artº 37.º dos regulamentos da Federação Internacional de Natação Amadora.

A atitude da Comissão Nacional de Árbitros e Cronometristas da F.P.N. é um tanto ou quanto estranha, pois o juiz árbitro tinha obrigação de, bem abertamente, e com toda a clareza, ter avisado o delegado do Algés e Dafundo de que os recordes não poderiam ser homologados por motivo dos apitos, o que daria a possibilidade de os evitar.

É certo que todos os recordes podem ser, agora, confirmados, e até melhorados, mas não menos certo é que alguns nadadores, então juniores, já passaram a seniores, pelo que se encontram impossibilitados de melhorar os recordes desta categoria, então batidos. Aliás, as irregularidades devem ser comunicadas no próprio momento, tal como se tem feito em relação às falsas partidas das estafetas e às viragens mal executadas, sendo tais irregularidades registadas no próprio boletim de cronometragem, como causas patentes da não homologação, no espaço reservado às observações.

Não lemos o relatório do juiz-árbitro desta sessão de tentativas de recordes, mas, partindo do princípio de que ele não desconhecia a disposição g) do art.º 37.º, depois citado, não entendemos porque deixou correr tudo até ao fim, patenteando-se boletins aos representantes da Imprensa, com a notícia de cinco recordes, para, muito mais tarde, se resolver a não homologação. Certamente, outras razões, por enquanto fora do nosso conhecimento, justificam esta decisão. (P.B.)

A polémica instalou-se e a solução apontada ao treinador, que considerava que aquele era um meio importante de incentivar os atletas, foi ir para a bancada, onde poderia apitar à vontade, vista estar na zona reservada ao público e não na dos elementos das equipas.

Em 1975, houve uma selecção nacional que participou nos Campeonatos Europeus de Juniores, em Genebra. Como os recordes nacionais apenas eram registados até às décimas de segundo, os tempos obtidos foram apenas considerados até à primeira casa decimal. Assim, houve tempos que, vistos com rigor, eram piores que aquele que igualavam. Foi o caso do que António Mourão obteve nos 100 Braços (1.16,53). Desprezando a casa das centésimas, acabou por igualar o recorde anterior de Henrique Vicêncio (1.16,5). O mesmo se passou nos 200 Estilos, em que Paulo Frischknecht fez 2.23,94, mas o tempo homologado acabou por igualar o seu máximo anterior.

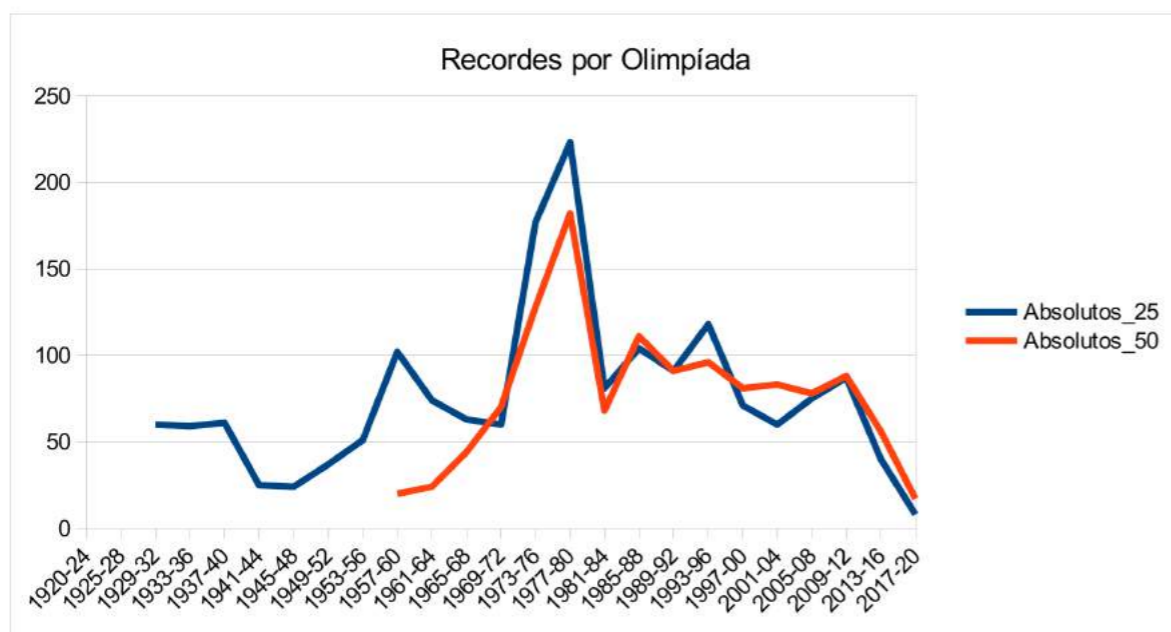
1. Aqui lhe agradecemos o testemunho e um conjunto de dados que ajudaram a tornar a listagem dos recordes mais completa.

ALGUNS NÚMEROS DOS RECORDES NACIONAIS

São, até ao momento da elaboração da presente listagem, 8046 os tempos que constam da história dos máximos nacionais. Com eles foram estabelecidos 11009 recordes. Muitas vezes o mesmo tempo é o melhor da categoria e absoluto ou, quando existia a lista de 'todas as piscinas', podiam ser batidos de uma

só vez os recordes de categoria e absolutos em 50 metros e todas as piscinas.

Apesar de toda esta profusão, houve provas que constaram da listagem de recordes nacionais sem terem chegado a ser ultrapassados os respetivos tempos-limite, até à sua eliminação.



A distribuição do número de recordes absolutos por cada ciclo olímpico é um dos indicadores que podemos usar para, de uma forma simples, ter uma perceção da evolução da natação portuguesa. Assim, observando o quadro acima, podemos constatar que alternam períodos de crescimento do número de recordes batidos com outros em que se verificam fortes reduções. O primeiro ponto alto corresponde aos anos trinta e explica-se com muita facilidade: tendo os recordes

começado a ser reconhecidos em 1930, o facto de uma determinada prova se disputar pela primeira vez implicava, por si, um novo recorde.

O ciclo olímpico 1957-1960 assinala claramente a chegada a Portugal de um treinador (Shintaro Yokochi) que reformulou totalmente os métodos de treino no Sport Algés e Dafundo, com claros reflexos nos máximos batidos.

A segunda metade dos anos setenta corresponde a uma época de novas piscinas cobertas, de um alargamento da base da prática competitiva da modalidade e da generalização de provas em piscina de 50 metros. Uma das consequências foi um ritmo muito rápido de melhoria de quase todos os máximos nacionais, quer em piscina de 50 metros, quer em «todas as piscinas», como então se denominavam.

Daí para cá, temos uma tendência para a diminuição dos totais de recordes batidos, até porque muitos deles têm já uma valia técnica que faz com que não seja muito fácil serem melhorados.

Para cada um dos dois tipos de recorde, encontramos dois pontos altos: para a piscina de 25 metros, os ciclos terminados em 1996 e 2012 e para a piscina mais longa, 1988 e 2012. O último ciclo olímpico apresenta uma redução do total de recordes batidos.

Muitas centenas de nadadores viram o seu nome inscrito até hoje nas listas de recordistas nacionais. Neste campo, podemos definir uma lista dos que obtiveram maior número de máximos.

Para cada sexo, indicam-se a seguir os 25 primeiros:

MAIOR NÚMERO DE RECORDES MASCULINOS

	ind	est	total
Paulo José Frischknecht	256	84	340
Rui Paulo Borges	161	59	220
Nuno Filipe Laurentino	127	82	209
Rui Pinto Abreu	130	33	163
Alexandre Felske Yokochi	118	25	143
Henrique Carvalho Vicêncio	115	27	142
António Botelho de Melo	128	12	140
José Gomes Pereira	75	64	139
Fernando Esteves Madeira	82	42	124
José Baltar Leite	104	18	122
Diogo Filipe Carvalho	104	17	121
Adriano Miguel Niz	71	41	112
António Bessone Basto	75	24	99
Tiago André Venâncio	73	24	97
Simão Gomes Morgado	57	36	93
José Guilherme Couto	67	22	89
Mário Alua Simas	24	65	89
Ricardo Conceição Pedroso	53	35	88
João Mendes Santos	71	17	88
Luís Vaz Jorge	50	35	85
Sérgio Alexandre Esteves	8	76	84
Vasco Castro Sousa	51	33	84
Paulo Manuel Trindade	24	58	82
Ricardo Jorge Coxo	50	32	82
Luís Miguel Monteiro	42	37	79

MAIOR NÚMERO DE RECORDES FEMININOS

	ind	est	total
Teresa Paula Figueiras	222	41	263
Dulce Miranda Gouveia	215	26	241
Liliana Mendes Santos	222	13	235
Alexandra Maria Silva	178	41	219
Ana Gama Alegria	116	65	181
Ana Antas de Barros	103	51	154
Sara Freitas Oliveira	75	63	138
Diana Duarte Gomes	92	33	125
Maria Paula Santana	90	35	125
Sandra Cabral Neves	77	42	119
Natacha Alexandra Sousa	46	55	101
Joana Magalhães Soutinho	64	34	98
Clotilde Botelho de Melo	83	12	95
Paula Marisa Lamego	66	25	91
Susana Patrícia Miguel	51	36	87
Alexandra Maria Nogueira	48	33	81
Filipa Ferreira Silva	16	62	78
Marta Vieira Marinho	10	68	78
Susana Pinto Abreu	67	11	78
Petra Quintela Chaves	68	9	77
Virgília Soraya Gomes	26	51	77
Sara Beatriz Loureiro	11	65	76
Maria Cláudia Osório	60	14	74
Joana Isabel Arantes	53	18	71
Maria Paula Barbeiro	57	13	70

Alguns recordes têm tido uma grande longevidade, chegando mesmo a permanecer mais de dez anos nas listagens. No caso dos máximos de categorias, alterações dos escalões etários podem ajudar a justificá-lo, por um abaixamento da idade

que lhe corresponde, tornando assim mais difícil bater um recorde. No caso das provas absolutas, já se colocam todas em pé de igualdade. Os que duraram mais de dez anos foram os seguintes:

TODAS AS PISCINAS / PISCINAS DE 25 METROS RECORDES MAIS DURADOUROS:

21a11m04d	200 Bruços	João Silva Marques	cfb	22.08.37 a 26.07.59
18a00m15d	100 Costas	Mário Alua Simas	onmp	29.05.42 a 13.06.60
14a10m02d	100 Bruços	João Silva Marques	cfb	19.07.36 a 21.05.61
13a11m17d	400 Livres	Eduardo José de Sousa	sad	29.06.61 a 15.06.74
13a08m29d	200 Costas	Mário Alua Simas	gdep	14.09.46 a 12.06.60
12a08m14d	50 Bruços	José Guilherme Couto	fpn	07.04.02 a 21.12.14
12a06m24d	100 Costas	Raul Ângelo Cerqueira	fpn	30.08.60 a 24.03.73
12a00m25d	1500 Livres	Eduardo José de Sousa	sad	24.07.61 a 18.08.73
11a08m23d	200 Livres	Herlander Felga Ribeiro	sad	30.09.61 a 23.06.73
11a08m21d	200 Mariposa	Vítor Manuel Fonseca	sad	27.07.64 a 17.04.76
10a10m25d	400 Estilos	António Bessone Basto	sad	27.07.64 a 21.06.75
10a07m18d	50 Costas	Nuno Filipe Laurentino	fpn	05.04.02 a 23.11.12
10a01m05d	1500 Livres	Artur Manuel Costa	scp	01.03.92 a 06.04.02
10a00m03d	1500 Livres	Fernando Eurico Costa	fpn	10.12.05 a 13.12.05

PROVAS FEMININAS

29a03m28d	1500 Livres	Alexandra Maria Silva	fcp	15.01.83 a 12.05.12
23a01m20d	1500 Livres	Maria Gourinho	sad	12.07.36 a 01.09.59
21a07m07d	200 Costas	Ana Antas de Barros	sad	14.05.93 a 21.12.14
19a04m10d	100 Bruços	Silvina Vieira Alves	sad	29.09.35 a 08.02.55
18a07m11d	200 Bruços	Silvina Vieira Alves	sad	21.08.37 a 01.04.56
16a08m07d	400 Livres	Maria Gourinho	sad	14.06.36 a 21.02.53
13a11m27d	200 Costas	Ana Dinis Linheiro	cfb	10.09.44 a 06.09.58
13a06m09d	200 Livres	Maria Gourinho	sad	23.07.39 a 01.02.53
13a00m13d	200 Livres	Ana Gama Alegria	fpn	01.12.95 a 14.12.08
12a11m20d	400 Livres	Ana Gama Alegria	scb	15.02.97 a 05.12.09
11a01m24d	100 Bruços	Regina Freitas Veloso	gdIm	20.12.59 a 14.02.71
11a01m00d	400 Livres	Alexandra Maria Silva	fcp	05.02.83 a 05.03.94
10a11m29d	50 Costas	Maria Carlos Santos	fpn	11.12.99 a 10.12.10
10a07m25d	200 Estilos	Maria Carlos Santos	fpn	20.04.97 a 15.12.07
10a03m24d	100 Costas	Ana Dinis Linheiro	cfb	15.10.44 a 08.02.55
10a01m09d	200 Bruços	Regina Freitas Veloso	gdIm	19.12.59 a 28.01.70
10a00m10d	100 Costas	Maria Carlos Santos	fpn	09.12.99 a 19.12.09

Embora a grande maioria sejam tempos relativamente antigos, de que se pode explicar a longevidade por uma menor competitividade da natação, a verdade é que da lista acima constam um tempo masculino e cinco femininos estabelecidos nos anos noventa e dois masculinos já deste século.

Alguns atletas mostraram o seu domínio em provas de que eram especialistas batendo os respetivos recordes por diversas vezes. Em certos casos, fizeram-no de modo a conseguir

impedir que outros colocassem os seus nomes nas listagens de recordistas. As maiores sequências de recordes consecutivos batidos pelo mesmo nadador são apresentadas a seguir

**PISCINAS DE 50 METROS
RECORDES MAIS DURADOUROS:**

PROVAS MASCULINAS

16a08m22d	100 C	1:06.7	Raul �ngelo Cerqueira	fpn	30.08.60 a 21.05.77
16a03m09d	100 C	0:56.56	Nuno Filipe Laurentino	fpn	26.08.95 a 04.12.11
15a06m06d	400 E	4:30.79	Rui Paulo Borges	fpn	20.09.88 a 26.03.04
14a00m16d	200 C	2:27.9	Ant�nio Bessone Basto	fpn	08.07.62 a 24.07.76
13a03m06d	200 B	2:22.19	Alexandre Felske Yokochi	fpn	16.04.82 a 22.07.95
13a00m13d	200 L	1:55.06	Paulo Jos� Frischknecht	fpn	21.07.80 a 03.08.93
11a06m03d	1500 L	15:35.98	Artur Manuel Costa	fpn	21.07.91 a 24.01.03
11a04m21d	800 L	8:15.24	Artur Manuel Costa	fpn	30.07.92 a 20.02.04
10a11m00d	400 L	4:42.3	Ant�nio Bessone Basto	fpn	01.08.63 a 01.07.74
10a09m28d	50 B	0:28.51	Jos� Guilherme Couto	fpn	28.07.01 a 25.05.12
10a00m01d	100 B	1:02.17	Jos� Guilherme Couto	fpn	23.07.01 a 24.07.11

PROVAS FEMININAS

25a00m05d	200 L	3:28.0	Maria Lourdes Bessone Basto	sad	28.08.42 a 02.09.67
18a03m14d	800 L	9:00.58	Alexandra Maria Silva	fpn	17.04.83 a 31.07.02
17a00m30d	400 L	4:19.89	Ana Gama Alegria	fpn	30.05.96 a 29.06.13
13a09m07d	200 L	2:04.06	Ana Gama Alegria	fpn	23.08.95 a 30.05.09
11a10m03d	100 C	1:04.01	Maria Carlos Santos	fpn	07.06.98 a 10.04.10
11a08m18d	200 B	2:29.51	Diana Duarte Gomes	fpn	15.07.05 a 02.04.17
11a03m14d	1500 L	20:47.9	Clotilde Botelho de Melo	gdlm	08.07.72 a 22.10.83
11a03m07d	400 L	4:23.86	Alexandra Maria Silva	fpn	16.04.83 a 29.07.94
10a10m24d	100 B	1:26.9	Regina Freitas Veloso	gdlm	31.08.58 a 24.07.69
10a06m01d	200 C	2:16.28	Ana Antas de Barros	fpn	08.08.93 a 09.02.14
10a03m23d	200 B	2:41.71	Ana Cristina Peralta	fpn	16.04.82 a 08.08.92

Um recorde atual tem mais de dez anos de idade (calculada em rela o ao dia 30/09/2017):

10a02m01d 800 L 8:05.35 Fernando Eurico Costa fpn desde 29.07.07

RECORDES DE TODAS AS PISCINAS / PISCINA DE 25 METROS

TOTAL	PROVA	NADADOR	DATA DO PRIMEIRO E ÚLTIMO	
16	200 braços absolutos	Alexandre Felske Yokochi	13-04-1980	29-02-1992 (**)
15	200 costas absolutos	Teresa Paula Figueiras	03-04-1977	07-02-1982 (*)
15	200 costas absolutos	Ana Antas de Barros	21-03-1986	14-05-1993 (*)
14	100 costas absolutos	Teresa Paula Figueiras	22-01-1978	06-02-1982
14	200 costas seniores	Ana Antas de Barros	21-02-1987	14-05-1993
14	100 costas absolutos	Nuno Filipe Laurentino	29-02-1992	03-04-2002
14	100 costas seniores	Nuno Filipe Laurentino	12-02-1993	03-04-2002
12	100 costas juvenis	Teresa Paula Figueiras	18-12-1977	20-07-1980
11	200 costas juvenis	Teresa Paula Figueiras	18-03-1978	23-03-1980
11	400 estilos absolutos	Rui Paulo Borges	10-07-1982	25-02-1993
11	200 braços seniores	Alexandre Felske Yokochi	29-01-1983	29-02-1992
10	100 costas absolutos	Mário Alua Simas	22-05-1938	29-05-1942
10	100 livres absolutos	Dulce Miranda Gouveia	25-07-1967	20-08-1972
10	100 costas absolutos	Dulce Miranda Gouveia	24-08-1968	28-06-1975
10	100 mariposa infantis	Luísa Cavaleiro Madeira	09-06-1973	14-09-1974
10	100 livres seniores	José Gomes Pereira	24-02-1974	12-07-1977
10	1500 livres seniores	José Baltar Leite	19-08-1977	08-02-1980
10	1500 livres absolutos	José Baltar Leite	19-08-1977	08-02-1980
10	100 costas juvenis	José Carlos Moreira	09-12-1978	21-03-1981
10	200 braços absolutos	José Guilherme Couto	18-03-1995	05-04-2002 (**)

(*) - estas duas sequências sucedem-se, pelo que as nadadoras foram as únicas recordistas desta prova entre 1977 e 2014

(**) - estas duas sequências sucedem-se, pelo que os nadadores foram os únicos recordistas desta prova entre 1980 e 2009

PISCINAS DE 50 METROS

14	100 costas absolutos	Teresa Paula Figueiras	02-07-1978	15-04-1983
13	200 bruços absolutos	Alexandre Felske Yokochi	14-03-1980	23-09-1988
12	100 mariposa absolutos	Sara Freitas Oliveira	08-07-2001	12-08-2010
11	100 costas juvenis	Teresa Paula Figueiras	15-01-1978	04-05-1980
11	100 mariposa seniores	Sara Freitas Oliveira	16-03-2002	12-08-2010
11	50 livres absolutos	Patrícia Vilas Conceição	03-08-2001	28-07-2012
11	50 livres seniores	Patrícia Vilas Conceição	10-05-2002	28-07-2012
10	1500 livres seniores	José Baltar Leite	22-08-1975	16-06-1980
10	200 mariposa absolutos	Sandra Cabral Neves	18-01-1986	07-08-1988
10	100 bruços juniores	Joana Magalhães Soutinho	07-06-1992	06-08-1993

Nadadores com mais recordes batidos por prova (recordes de categoria ou absolutos, indiscriminadamente)

PISCINA DE 25 METROS / TODAS AS PISCINAS

50 Livres	Alexandre Escudier Agostinho	10
100 Livres	Herlander Felga Ribeiro	19
200 Livres	José Gomes Pereira	16
400 Livres	Paulo José Frischknecht	34
800 Livres	José Baltar Leite	20
1500 Livres	José Baltar Leite	25
50 Bruços	José Guilherme Couto	5
100 Bruços	José Guilherme Couto	18
200 Bruços	Alexandre Felske Yokochi	42
50 Costas	Alexis Manaças Santos	10
100 Costas	Nuno Filipe Laurentino	30
200 Costas	Nuno Filipe Laurentino	15
50 Mariposa	Diogo Filipe Carvalho	6
	Tiago André Venâncio	6
100 Mariposa	Paulo José Frischknecht	28
200 Mariposa	Paulo José Frischknecht	19
100 Estilos	Diogo Filipe Carvalho	6
200 Estilos	Diogo Filipe Carvalho	27
400 Estilos	Rui Paulo Borges	28
50 Livres	Natacha Alexandra Sousa	11
100 Livres	Dulce Miranda Gouveia	33
200 Livres	Dulce Miranda Gouveia	18
400 Livres	Alexandra Maria Silva	22

800 Livres	Alexandra Maria Silva	21
1500 Livres	Alexandra Maria Silva	8
50 Bruços	Diana Duarte Gomes	8
100 Bruços	Paula Marisa Lamego	23
200 Bruços	Paula Marisa Lamego	19
50 Costas	Ana Sofia Leite	6
100 Costas	Teresa Paula Figueiras	37
200 Costas	Teresa Paula Figueiras	38
50 Mariposa	Sara Freitas Oliveira	10
100 Mariposa	Susana Pinto Abreu	17
200 Mariposa	Joana Isabel Arantes	19
100 Estilos	Victoria Kaminskaya	4
200 Estilos	Teresa Paula Figueiras	19
400 Estilos	Teresa Paula Figueiras	17

PISCINA DE 50 METROS

50 Livres	Paulo Manuel Trindade	10
100 Livres	Rui Pinto Abreu	17
200 Livres	José Gomes Pereira	15
400 Livres	Paulo José Frischknecht	16
	Artur Manuel Costa	16
800 Livres	José Baltar Leite	17
1500 Livres	José Baltar Leite	18
50 Bruços	Carlos Esteves Almeida	4
100 Bruços	Alexandre Felske Yokochi	28
200 Bruços	Alexandre Felske Yokochi	32
50 Costas	Alexis Manaças Santos	13
100 Costas	Nuno Filipe Laurentino	14
	Rui Pinto Abreu	14
200 Costas	Pedro Diogo Oliveira	25
50 Mariposa	Simão Gomes Morgado	14
100 Mariposa	Simão Gomes Morgado	35
200 Mariposa	João Mendes Santos	17
200 Estilos	Rui Pinto Abreu	16
400 Estilos	Rui Paulo Borges	18
50 Livres	Patrícia Vilas Conceição	24
100 Livres	Ana Gama Alegria	23
200 Livres	Liliana Mendes Santos	20
400 Livres	Alexandra Maria Silva	14
800 Livres	Alexandra Maria Silva	16
1500 Livres	Angélica Maria André	6

50 Bruços	Diana Duarte Gomes	15
100 Bruços	Joana Magalhães Soutinho	24
200 Bruços	Ana Cristina Peralta	18
50 Costas	Inês Camacho Fernandes	4
100 Costas	Teresa Paula Figueiras	33
200 Costas	Ana Antas de Barros	20
50 Mariposa	Sara Freitas Oliveira	12
100 Mariposa	Sara Freitas Oliveira	26
200 Mariposa	Sandra Cabral Neves	21
200 Estilos	Liliana Mendes Santos	23
400 Estilos	Liliana Mendes Santos	19

DISTRIBUIÇÃO DOS TÍTULOS POR CLUBE / ASSOCIAÇÃO / FPN

FEDERAÇÃO / ASSOCIAÇÕES REGIONAIS

	masc ind	masc estaf	fem ind	fem estaf	mistos	TOTAL
fpn	1404	224	993	188	11	2820
anl	32	32	28	23		115
anp / annp	24	15	41	20		100
adc / anc	3	9	4	6		22
apdm	10		3			13
apda	7			2		9
andl		4		2		6
ancnp					3	3
ands	1	2				3
arnn			3			3
anlm				2		2
analg			1			1

CLUBES

sad	1020	362	645	167	4	2198
fcp	343	205	588	267	1	1404
slb	199	40	314	51	2	606
gdln	113	4	437	38		592
scp	97	16	107	46	1	267
sfuap	85	42	119	14		260
cfp	79	34	70	17		200
cna	41	30	61	54		186
scb	23	9	105	47		184
cac	97	2	68	16		183
aac	37	8	91	7		143
ind	53		77			130
cfb	55	2	57	3	2	119
cfv	51	26	2	8	1	88
gdnfama	23	36	1	13	3	76

gdep	54	17			1	72
cga	54		15		1	70
cdna	32		35			67
cnlu	22		42			64
lsc	33		21	6	1	61
abve	25		25			50
anprm / avcm	24	7	10		9	50
asc	49					49
cnn	20	2	24		1	47
dnmg	24		16			40
cns	37	1	1			39
gesl	13		23			36
sclm	4		30		2	36
cncvg	11	10	8		3	34
edv	17	4	12			33
anam	7	25				32
gcvr	1		31			32
ldc	6	5	19		2	32
cnac	9	1	12		9	31
cnal	25	2	2			29
aej			28			28
cdn	24				3	27
pimp			26			26
csm	2		23			25
cnrm	22		2			24
cnf	15	3	4			22
esjb	7	4	11			22
cnmaia			15		4	19
portin	15					15
adba	1	1	11			13
assscc	1		12			13
cfmo	10	1	2			13
ahbvg			12			12
vsc	10		2			12
cnla	11					11
adf	9				1	10
foca			6		4	10
lgc	8		2			10
onmp	10					10
lsxxi			9			9
pdem	9					9
vnc	3	6				9
indu	8					8
ufcc	1		7			8
acp			7			7
spcc	2		5			7
abvac			6			6
gcf			6			6
sekso		6				6
adrcimm	5					5
aln	3		2			5
cdcp			5			5
jsc	5					5

aminata		4		4
cdl	4			4
csp	4			4
bscn	3			3
cap	1	2		3
cimm	3			3
clip	2			2
cnol	2			2
cnpd		2		2
cpac	2			2
ctap		1	1	2
eimp	2			2
fbsc	2			2
icl	2			2
lfb	2			2
losc	2			2
nscg	2			2
scbm	2			2
tnc		2		2
acm	1			1
ahbvpd		1		1
asal		1		1
cacrccd		1		1
capge			1	1
ccds	1			1
cdsr	1			1
cdup			1	1
clac		1		1
clamas	1			1
cnmc			1	1
fac		1		1
gds		1		1
indnc		1		1
sca	1			1
scfc	1			1
vfc	1			1

COMO CONSULTAR A OBRA

Os recordes estão agrupados de forma a tornar mais simples a consulta da obra. Assim, quando a alteração de uma categoria não corresponde a alteração da respetiva idade, os recordes estão seguidos, sem qualquer linha de intervalo. Em geral, o último tempo da categoria mais antiga foi considerado o primeiro recorde da que lhe sucedeu, ou o tempo limite para homologação do primeiro máximo.

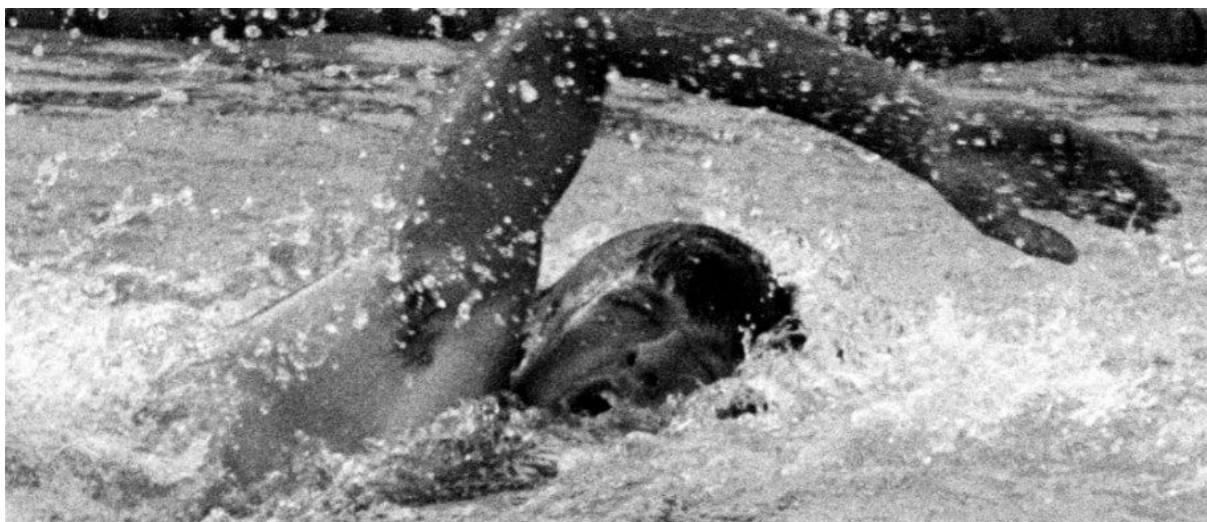
O quadro abaixo indica, em cada coluna, a sequência das alterações em cada categoria etária, com a respetiva data. Mesmo que haja alterações de critérios (o que pode fazer com que haja casos em que um recorde é pior que o que o antecede), os tempos de uma tiveram sequência na seguinte.

MASCULINOS							
01.01.1935							Principiante
01.01.1955						Ant Aspirante	Ant Júnior
01.01.1962						Júnior	
01.01.1967	Infantil					Júnior	
01.10.1996	Grupo 4	Grupo 3	Grupo 2			Júnior	
01.10.2004	Infantil B	Infantil A	Grupo 1	Juvenil A		Júnior	
01.10.2013			Juvenil B		Júnior 17	Júnior 18	
FEMININOS							
01.01.1935							Principiante
01.01.1955						Ant Aspirante	Ant Júnior
01.01.1962						Júnior	
01.01.1967	Infantil					Júnior	
01.10.1996	Grupo 3	Grupo 2	Grupo 1			Júnior	
01.10.2004	Infantil B	Infantil A	Juvenil			Júnior	
01.10.2013	Infantil B	Infantil A	Juvenil B	Juvenil A	Júnior 16	Júnior 17	

Sempre que foi possível detetar, indica-se a data em que cada recorde começou a ser homologado (assinalada com - § - antes da respetiva data. De igual modo, indica-se a data em que o recorde deixou de ser homologado - # - antes da data.

Quando uma distância / estilo já não faz parte da lista de recordes nacionais, o seu título encontra-se assinalado com o símbolo - # - à esquerda.

O TOP DOS RECORDISTAS



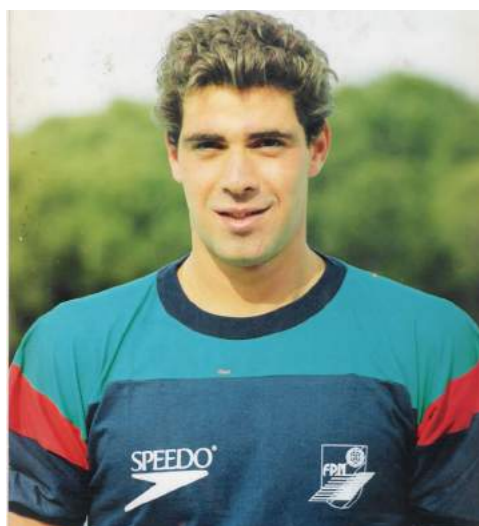
Paulo Frischknecht (340 recordes)



Rui Abreu (163 recordes)



Alexandre Yokochi (143 recordes)



Rui Borges (220 recordes)



Nuno Laurentino (209 recordes)



Henrique Vicêncio (142 recordes)



António Botelho de Melo (140 recordes)



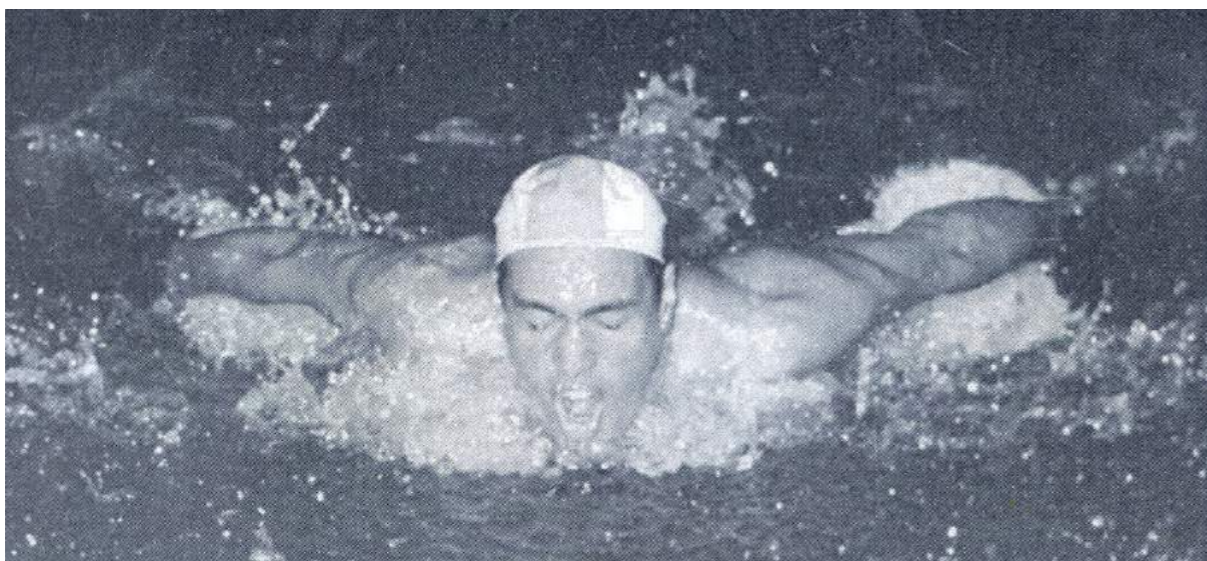
José Gomes Pereira (139 recordes)



Diogo Carvalho (122 recordes)



José Baltar Leite - ao centro (121 recordes)



Fernando Madeira (124 recordes)



Adriano Niz (112 recordes)



Teresa Figueiras (263 recordes)



Dulce Gouveia (241 recordes)



Liliana Santos (235 recordes)



Sara Oliveira (138 recordes)



Diana Gomes (125 recordes)



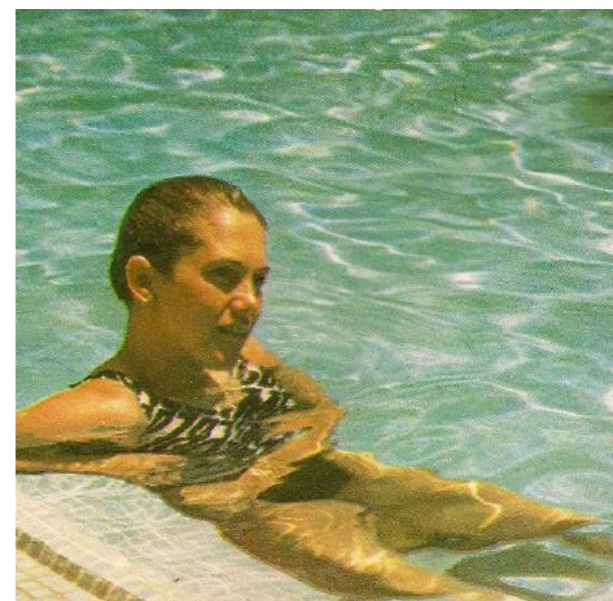
Alexandra Silva (219 recordes)



Ana Alegria (181 recordes)



Ana Barros (154 recordes)



Sandra Neves (119 recordes)



Joana Soutinho (98 recordes)

TODAS AS PISCINAS / PISCINA DE 25m
PROVAS MASCULINAS
50 LIVRES

Infantil - § (28.10.86) # (30.09.96)

0:27.0 tempo limite
 0:26.73 Miguel Azevedo Portela fcp 25.05.91 25 Guimaráes

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Infantil B - § (01.10.04)
 0:26.65 Gabriel José Lopes cdl 19.06.10 Lousã

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:25.71 tempo limite
 0:25.53 David Miguel Ferro sfuap 21.06.98 SFUAP

Infantil A - § (01.10.04)

0:25.33 Tiago Filipe Pereira adba 14.05.05 Leiria
 0:25.31 Nuno Miguel Graça edv 07.07.12 Ponte da Barca
 0:25.30 João Cruz Castro csm 12.04.14 Funchal

Iniciado - # (1953)

0:35.0 Francisco Pereira Casinhas cnn 17.09.50 25 Lisboa – Pedrouços
 0:34.1 Manuel Fernandes Matos gdep 21.10.50 25 Lisboa – Pedrouços
 0:32.7 José Manuel Quina gdep 28.09.51 25 Lisboa – Pedrouços
 0:32.5 Sérgio Sarabando Martins sad 14.06.52 25 Lisboa – Pedrouços
 0:31.8 Sérgio Sarabando Martins sad 28.06.52 25 Lisboa – Pedrouços

Juvenil - § (28.10.86) # (30.09.96)

0:26.1 tempo limite
 0:25.71 José Silva Miranda cfp 28.03.87 25 Algés
 0:25.49 José Silva Miranda cfp 20.12.87 25 Gijón
 0:25.27 José Silva Miranda fpn 10.04.88 50 Antuérpia
 0:24.99 José Silva Miranda cfp 30.04.88 25 Vigo
 0:24.86 José Silva Miranda cfp 30.04.88 25 Vigo

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:24.8 tempo limite
 0:24.49 Diogo Filipe Carvalho cga 10.06.03 Estarreja

Juvenil B - § (01.10.04)

0:23.96 Diogo Gomes Sousa cvg 12.12.09 Ponte de Sôr

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:24.6 tempo limite
 0:24.54 Ricardo Jorge Coxo sfuap 11.06.98 SFUAP
 0:24.16 David Miguel Ferro sfuap 12.02.00 Algés

Juvenil A - § (01.10.04)

0:24.12 Frederico Sucena Riachos nscg 10.05.14 Ponte de Sôr
 0:24.00 João Cruz Castro cdsr 27.07.16 Funchal

Principiante - # (1953)

0:33.0 Victor Passos Almeida sad 17.09.50 25 Lisboa – Pedrouços
 0:32.0 Vasco Silva Ribeiro gdep 21.10.50 25 Lisboa – Pedrouços
 0:30.8 Vasco Silva Ribeiro gdep 26.08.51 50 Espinho
 0:30.4 Carlos Fonseca Viegas aac 09.09.51 50 Luso

Júnior B - § (01.10.13)

0:23.14 Tiago André Venâncio cns 26.06.04 Reboleira

Júnior - § (28.10.86) # (30.09.13)

0:24.0 tempo limite
 0:24.0 Mabilio António Albuquerque fcp 14.12.85 25 Porto - Antas
 0:23.84 Ricardo Jorge Coxo sfuap 16.01.00 Estoril
 0:23.48 Ricardo Jorge Coxo sfuap 23.03.00 Mealhada

0:23.40 Tiago André Venâncio cns 21.11.03 Paços de Ferreira
 0:23.14 Tiago André Venâncio cns 26.06.04 Reboleira
 0:22.43 Tiago André Venâncio cns 20.11.04 Setúbal
 0:22.33 Tiago André Venâncio fpn 09.12.04 Viena
 0:22.24 Miguel Duarte Nascimento portin 08.12.12 Porto – Fluvial
Júnior A - § (01.10.13)
 0:22.24 Miguel Duarte Nascimento portin 08.12.12 Porto – Fluvial

Antiga categoria Júnior - # (1953)

0:29.4 Fernando Esteves Madeira sad 10.08.50 25 Lisboa – Pedrouços

Sénior - § (1946) # (1953)

0:26.7 Mário Alua Simas gdep 10.09.46 50 Espinho

§ (28.10.86)

0:23.93 tempo limite
 0:23.52 Sérgio Alexandre Esteves fcp 28.03.87 25 Algés
 0:23.44 Sérgio Alexandre Esteves fcp 18.03.89 25 Algés
 0:23.36 Paulo Manuel Trindade fcp 24.02.90 25 Algés
 0:23.31 Paulo Manuel Trindade fcp 08.12.90 25 Funchal
 0:22.76 Paulo Manuel Trindade fcp 08.12.90 25 Funchal
 0:22.43 Pedro Nuno Silva sad 24.11.00 Guarda
 0:22.35 Pedro Nuno Silva sad 25.11.00 Guarda
 0:22.27 Pedro Nuno Silva fpn 04.04.02 Moscovo
 0:22.26 Pedro Nuno Silva sad 16.05.03 Algés
 0:21.91 Alexandre Escudier Agostinho portin 07.12.08 Guimaráes
 0:21.82 Alexandre Escudier Agostinho fpn 11.12.08 Rijeka
 0:21.72 Alexandre Escudier Agostinho fpn 11.12.08 Rijeka
 0:21.71 Tiago André Venâncio sekso 29.11.09 Castellón de la Plana
 0:21.64 Alexandre Escudier Agostinho fpn 10.12.09 Istanbul
 0:21.64 Alexandre Escudier Agostinho portin 20.12.09 Sto. Ant. Cavaleiros

Absoluto - § (1946) # (1953)

0:33.0 Alberto Azinhais dos Santos sad 07.11.32 25 CN Barcelona
 0:26.7 Mário Alua Simas gdep 10.09.46 50 Espinho

§ (28.10.86)

0:23.93 tempo limite
 0:23.52 Sérgio Alexandre Esteves fcp 28.03.87 25 Algés
 0:23.44 Sérgio Alexandre Esteves fcp 18.03.89 25 Algés
 0:23.36 Paulo Manuel Trindade fcp 24.02.90 25 Algés
 0:23.31 Paulo Manuel Trindade fcp 08.12.90 25 Funchal
 0:22.76 Paulo Manuel Trindade fcp 08.12.90 25 Funchal
 0:22.43 Pedro Nuno Silva sad 24.11.00 Guarda
 0:22.35 Pedro Nuno Silva sad 25.11.00 Guarda
 0:22.27 Pedro Nuno Silva fpn 04.04.02 Moscovo
 0:22.26 Pedro Nuno Silva sad 16.05.03 Algés
 0:21.91 Alexandre Escudier Agostinho portin 07.12.08 Guimaráes
 0:21.82 Alexandre Escudier Agostinho fpn 11.12.08 Rijeka
 0:21.72 Alexandre Escudier Agostinho fpn 11.12.08 Rijeka
 0:21.71 Tiago André Venâncio sekso 29.11.09 Castellón de la Plana
 0:21.64 Alexandre Escudier Agostinho fpn 10.12.09 Istanbul
 0:21.64 Alexandre Escudier Agostinho portin 20.12.09 Sto. Ant. Cavaleiros

100 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

1:06.7 Paulo José Frischknecht fpn 10.06.73 50 Neheim-Hüsten
 1:03.6 Rui Pinto Abreu fpn 29.07.73 50 Génova
 1:03.3 Rui Pinto Abreu cfmo 05.08.73 25 Porto – Fluvial
 1:03.1 Rui Paulo Borges fpn 22.03.80 25 Trento
 1:02.5 Rui Paulo Borges fcp 12.07.80 25 Porto – Fluvial
 1:02.0 Rui Paulo Borges fcp 12.07.80 25 Porto - Antas
 1:01.8 Gonçalo Sajara Madeira abve 06.07.84 25 Algés
 1:01.5 Ricardo Jorge Neves cdn 20.07.85 25 Funchal
 1:01.5 Rui Ramos Martins sfuap 23.02.86 25 Algés
 1:00.4 José Silva Miranda cfp 21.03.86 25 Lisboa – Areiro
 0:59.9 José Silva Miranda cfp 22.03.86 25 Lisboa – Areiro
 0:59.59 José Silva Miranda cfp 22.06.86 25 Porto – Fluvial
 0:59.0 José Silva Miranda cfp 09.08.86 50 Coimbra
 0:58.8 José Silva Miranda cfp 12.08.86 50 Coimbra

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:58.1	tempo limite			
0:58.06	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	06.04.03	Santarém
0:57.58	Pedro Fontoura Oliveira	anl	14.04.03	Tomar
0:57.40	Tiago Filipe Pereira	dnmg	11.07.04	Caldas da Rainha

Infantil B - § (01.10.04)

0:57.40	Tiago Filipe Pereira	dnmg	11.07.04	Caldas da Rainha
---------	----------------------	------	----------	------------------

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:55.50	tempo limite			
0:55.19	David Miguel Ferro	sfuap	14.03.98	25 Algés
0:55.02	David Miguel Ferro	sfuap	15.03.98	25 SFUAP

Infantil A - § (01.10.04)

0:54.96	Francisco Carvalho Machado	sad	01.07.12	Algés
0:54.93	João Cruz Castro	csm	12.04.14	Funchal
0:54.78	Tiago Moura Rodrigues	clip	09.04.17	Mealhada
0:54.63	Tiago Moura Rodrigues	clip	22.04.17	Felgueiras

Iniciado - § (17.07.44) # (31.12.61)

1:10.2	Guilherme José Patrone	sad	20.08.44	33 Algés
1:10.2	Eduardo Murta Barbeiro	sad	24.07.47	33 Algés
1:09.4	Eduardo Murta Barbeiro	sad	27.07.47	33 Algés
1:08.6	Fernando Esteves Madeira	sad	09.05.48	33 Algés
1:08.0	Avelino Santos Pereira	sad	22.07.56	33 Algés
1:07.9	Avelino Santos Pereira	sad	05.05.57	33 Algés
1:06.1	Avelino Santos Pereira	sad	19.06.57	Algés
1:05.1	Luís Vaz Jorge	sad	05.08.58	25 Lisboa – São Bento
1:04.4	Vítor Manuel Fonseca	fpn	19.09.61	33 Sevilha

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

1:03.3	Júlio Pais Ribeiro	gdml	06.03.66	25 AVCM
1:03.3	Júlio Pais Ribeiro	gdml	19.03.66	25 AVCM

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

1:03.1	Francisco Bessone Alves	sad	05.04.68	25 Lisboa – Areeiro
1:02.5	Francisco Bessone Alves	sad	03.08.68	50 Lisboa – Olivais
1:02.4	Francisco Bessone Alves	sad	25.08.68	50 Beja
1:01.8	Francisco Bessone Alves	sad	27.03.69	25 Lisboa – Areeiro
1:01.7	Francisco Bessone Alves	sad	22.11.69	25 Lisboa – Areeiro
1:01.3	Francisco Bessone Alves	sad	01.03.70	25 Coimbra – Municipal
1:01.1	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	07.01.73	25 Algés
1:00.7	Henrique Carvalho Vicêncio	fpn	21.01.73	50 Genebra
1:00.3	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	02.03.73	25 Lisboa – Areeiro
0:58.7	Paulo José Frischknecht	sad	30.07.74	25 Algés
0:58.7	António Botelho de Melo	gdml	24.08.74	25 Algés
0:58.1	Paulo José Frischknecht	sad	24.08.74	25 Algés
0:57.9	Paulo José Frischknecht	sad	08.12.74	25 Algés
0:56.6	Paulo José Frischknecht	sad	16.02.75	25 Algés
0:56.5	Paulo José Frischknecht	sad	28.03.75	25 Porto – Fluvial
0:56.3	Mabílio António Albuquerque	fcp	10.03.84	25 Porto - Antas
0:56.05	Mabílio António Albuquerque	fpn	26.07.84	50 Luxemburgo
0:55.50	José Silva Miranda	fcp	27.03.87	25 Algés
0:54.90	José Silva Miranda	fcp	06.02.88	25 Lisboa – Areeiro
0:54.75	José Silva Miranda	fcp	25.03.88	25 Porto - Antas
0:54.2	José Silva Miranda	anp	17.04.88	25 Espinho
0:53.6	José Silva Miranda	fcp	01.05.88	25 Vigo

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:52.79	David Miguel Ferro	sfuap	20.03.99	Penafiel
0:52.66	David Miguel Ferro	sfuap	21.03.99	Penafiel

Juvenil B - § (01.10.04)

0:52.59	Diogo Gomes Sousa	cvg	13.12.09	Ponte de Sôr
---------	-------------------	-----	----------	--------------

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:52.74	tempo limite			
0:52.32	David Miguel Ferro	sfuap	27.02.00	Almada
0:50.82	Tiago André Venâncio	cns	23.03.03	Braga

Juvenil A - § (01.10.04)

0:50.82	Tiago André Venâncio	cns	23.03.03	Braga
---------	----------------------	-----	----------	-------

Júnior B - § (01.10.13)

0:49.87	Tiago André Venâncio	cns	14.02.04	Estoril
---------	----------------------	-----	----------	---------

Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)

1:15.7	Manuel Fernandes Matos	gdep	21.08.52	33 Algés
1:11.2	Carlos Rodrigues Freitas	anpm	02.02.53	33 GDLM
1:09.7	Carlos Rodrigues Freitas	anpm	22.02.53	33 GDLM
1:09.5	Adolfo Feldlaufer Júnior	cnn	26.06.55	33 Algés
1:09.1	João Manuel Escaravana	sad	03.07.55	33 Algés
1:09.0	João Manuel Escaravana	sad	11.08.55	33 Algés
1:08.2	João Manuel Escaravana	sad	30.08.55	33 Algés
1:05.9	Rui Moreira Cravo	gdml	01.04.57	33 GDLM
1:05.7	Avelino Santos Pereira	sad	04.05.58	33 Algés
1:05.4	Avelino Santos Pereira	sad	04.06.58	33 Algés
1:03.6	Avelino Santos Pereira	sad	04.06.58	33 Algés
1:03.5	António Bessone Basto	sad	26.07.61	25 Lisboa – São Bento

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

1:02.9	Eduardo José Horta	avcm	08.04.62	25 AVCM
1:02.7	Eduardo José Horta	avcm	17.02.63	33 GDLM
1:02.2	Eduardo José Horta	avcm	02.03.63	25 AVCM
1:00.3	João Repas Gonçalves	sad	25.08.66	25 Lisboa – São Bento
1:00.2	João Repas Gonçalves	sad	10.09.67	33 Portalegre
0:59.1	João Repas Gonçalves	sad	28.09.67	33 Algés
0:58.8	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	07.02.74	25 Lisboa – Areeiro
0:58.8	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	01.03.75	25 Algés
0:57.4	António Botelho de Melo	cac	21.06.75	25 Coimbra – Municipal
0:55.7	Paulo José Frischknecht	fcp	11.01.76	25 Porto - Antas
0:54.54	Paulo José Frischknecht	fpn	21.03.76	25 Trento
0:53.89	Rui Pinto Abreu	fpn	20.08.77	50 Jönköping
0:53.75	Mabílio António Albuquerque	fcp	21.03.86	25 Porto - Antas
0:53.17	Mabílio António Albuquerque	fcp	22.03.86	25 Porto - Antas
0:52.74	José Silva Miranda	fcp	17.03.89	25 Algés
0:52.66	José Silva Miranda	fcp	23.02.90	25 Algés
0:52.31	José Silva Miranda	fcp	23.02.90	25 Algés
0:51.50	Tiago Azevedo Lousada	fcp	06.03.98	25 Felgueiras
0:51.09	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	24.03.00	Mealhada
0:49.87	Tiago André Venâncio	cns	14.02.04	Estoril
0:49.11	Tiago André Venâncio	cns	21.11.04	Setúbal
0:48.65	Tiago André Venâncio	fpn	10.12.04	Viena
0:48.38	Tiago André Venâncio	cns	20.12.04	Cantanhede

Júnior A - § (01.10.13)

0:48.38	Tiago André Venâncio	cns	20.12.04	Cantanhede
---------	----------------------	-----	----------	------------

Principiante - § (1937) # (31.12.54)

1:26.2/5	António José dos Santos	cpac	27.06.37	33 Algés
1:12.3/5	Óscar Pires Cabral	sad	04.07.37	33 Algés
1:11.1/5	Óscar Pires Cabral	sad	15.08.37	33 Algés
1:11.0	Óscar Pires Cabral	sad	08.09.37	33 Algés
1:10.1/5	Herculano Martins Trovão	sad	07.08.38	33 Alhandra
1:10.6	António Jardine Neto	sad	20.08.42	25 Algés
1:09.5	Jeremias Ponte Simão	gdep	17.08.44	33 Algés
1:09.5	Jeremias Ponte Simão	gdep	15.10.44	33 Algés
1:06.9	Jeremias Ponte Simão	gdep	06.05.45	33 Algés
1:04.1	Guilherme José Patrone	sad	21.10.45	33 Algés
1:03.1	Guilherme José Patrone	sad	08.09.46	50 Luso

Antiga categoria Júnior - § (1937) # (31.12.61)

1:11.0	Manuel Vasco Carrelhas	sad	27.06.37	33 Algés
1:10.0	Manuel Vasco Carrelhas	sad	23.06.38	33 Algés
1:08.4/5	Manuel Vasco Carrelhas	sad	17-07-38	33 Algés
1:07.0	Manuel Vasco Carrelhas	sad	07.08.38	33 Alhandra
1:06.4	Jeremias Ponte Simão	gdep	11.09.46	50 Espinho
1:03.8	Guilherme José Patrone	sad	21.06.47	33 Algés
1:03.7	Guilherme José Patrone	sad	24.07.47	33 Algés
1:03.5	Fernando Esteves Madeira	sad	24.06.50	33 Algés
1:03.2	Herlander Felga Ribeiro	fpn	18.08.59	25 Bilbau

Sénior - § (1937)

1:08.1/5	Francisco João Vasconcelos	sad	08.08.37	33 Algés
1:07.0	Manuel Vasco Carrelhas	sad	21.05.39	33 Algés
1:06.3/5	Manuel Vasco Carrelhas	sad	26.06.39	33 Algés
1:06.0	Manuel Vasco Carrelhas	sad	16.07.39	33 Algés
1:04.4/5	Mário Alua Simas	sad	17.09.39	33 Coimbra – Fluvial
1:04.3/5	Mário Alua Simas	sad	17.09.39	33 Curia

1:04.2/5	Mário Alua Simas	sad	01.10.39	33 Algés
1:03.9	Mário Alua Simas	sad	20.06.40	Barcelona
1:01.2	Mário Alua Simas	sad	21.06.41	25 Algés
1:00.7	Mário Alua Simas	fpn	06.10.46	33 Tenerife
1:00.6	Mário Alua Simas	fpn	08.10.46	33 Tenerife
1:00.2	Fernando Esteves Madeira	sad	05.08.56	25 Lisboa – São Bento
0:59.6	Herlander Felga Ribeiro	fpn	06.08.60	33 Figueira da Foz
0:59.2	Herlander Felga Ribeiro	sad	18.09.60	25 Lisboa – São Bento
0:59.2	Herlander Felga Ribeiro	sad	20.06.61	25 Lisboa – São Bento
0:59.0	Herlander Felga Ribeiro	sad	05.09.61	25 Lisboa – São Bento
0:59.0	Herlander Felga Ribeiro	fpn	04.08.63	25 São Paulo
0:58.8	Herlander Felga Ribeiro	sad	13.10.63	33 Algés
0:58.4	Herlander Felga Ribeiro	sad	25.06.64	25 Algés
0:57.6	Herlander Felga Ribeiro	sad	27.07.64	25 Lisboa – São Bento
0:57.4	Herlander Felga Ribeiro	sad	29.07.64	25 Lisboa – São Bento
0:57.1	José Gomes Pereira	sad	24.02.74	25 Algés
0:56.0	José Gomes Pereira	sad	24.03.74	25 Algés
0:55.8	José Gomes Pereira	sad	18.05.74	25 Algés
0:55.8	José Gomes Pereira	anl	08.06.74	25 Algés
0:55.7	José Gomes Pereira	sad	16.02.75	25 Algés
0:55.4	José Gomes Pereira	sad	01.03.75	25 Algés
0:54.9	José Gomes Pereira	sad	27.03.76	25 Lisboa – Areeiro
0:54.6	José Gomes Pereira	fpn	12.06.76	25 Porto – Fluvial
0:54.3	José Gomes Pereira	sad	19.06.77	25 Algés
0:53.9	José Gomes Pereira	sad	12.07.77	25 Algés
0:53.70	Rui Pinto Abreu	fpn	22.01.78	50 Genebra
0:53.47	Rui Pinto Abreu	cac	11.02.78	25 Lisboa – Areeiro
0:52.89	Rui Pinto Abreu	cac	11.02.78	25 Lisboa – Areeiro
0:51.93	Rui Pinto Abreu	fpn	18.03.78	25 Atenas
0:51.56	Sérgio Alexandre Esteves	fcp	27.03.87	25 Algés
0:51.46	Paulo Manuel Trindade	fcp	01.03.92	25 Algés
0:51.06	Paulo Manuel Trindade	fpn	04.12.93	25 Palma de Maiorca
0:51.02	Miguel Cabral Machado	fcp	19.03.95	25 Algés
0:50.31	Paulo Manuel Trindade	fcp	03.03.96	25 Felgueiras
0:50.09	Nuno Filipe Laurentino	sad	16.01.99	Funchal – Nazaré
0:49.89	Nuno Filipe Laurentino	sad	24.03.00	Mealhada
0:49.64	Nuno Filipe Laurentino	sad	18.05.01	Algés
0:48.42	Nuno Filipe Laurentino	fpn	03.04.02	Moscovo
0:48.14	Alexandre Escudier Agostinho	portin	21.12.08	Sines
0:48.00	Tiago André Venâncio	sekso	27.11.09	Castellón de la Plana
0:47.88	Alexandre Escudier Agostinho	portin	04.12.09	Leiria
0:47.82	Alexandre Escudier Agostinho	fpn	11.12.09	Istambul
0:47.64	Alexandre Escudier Agostinho	fpn	11.12.09	Istambul
Absoluto - § (1930)				
1:18.1/5	Manuel Cardoso	sad	17.08.30	33 Algés
1:18.0	Manuel Cardoso	sad	05.10.30	33 Algés
1:17.1/5	Manuel Cardoso	sad	05.08.31	33 Algés
1:16.3/5	Manuel Cardoso	sad	11.10.31	33 Algés
1:15.4/5	Armando Moitinho de Almeida	sad	01.10.32	33 Algés
1:13.4/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	05.10.32	33 Algés
1:08.8	Armando Moitinho de Almeida	sad	08.11.32	25 CN Barcelona
1:08.2/5	Francisco João Vasconcelos	sad	11.09.36	33 Algés
1:08.1/5	Francisco João Vasconcelos	sad	08.08.37	33 Algés
1:07.0	Manuel Vasco Carrelhas	sad	07.08.38	33 Alhandra
1:07.0	Manuel Vasco Carrelhas	sad	21.05.39	33 Algés
1:06.3/5	Manuel Vasco Carrelhas	sad	26.06.39	33 Algés
1:06.0	Manuel Vasco Carrelhas	sad	16.07.39	33 Algés
1:04.4/5	Mário Alua Simas	sad	17.09.39	33 Coimbra – Fluvial
1:04.3/5	Mário Alua Simas	sad	17.09.39	33 Curia
1:04.2/5	Mário Alua Simas	sad	01.10.39	33 Algés
1:03.9	Mário Alua Simas	sad	20.06.40	Barcelona
1:01.2	Mário Alua Simas	sad	21.06.41	25 Algés
1:00.7	Mário Alua Simas	fpn	06.10.46	33 Tenerife
1:00.6	Mário Alua Simas	fpn	08.10.46	33 Tenerife
1:00.2	Fernando Esteves Madeira	sad	05.08.56	25 Lisboa – São Bento
0:59.6	Herlander Felga Ribeiro	fpn	06.08.60	33 Figueira da Foz
0:59.2	Herlander Felga Ribeiro	sad	18.09.60	25 Lisboa – São Bento
0:59.2	Herlander Felga Ribeiro	sad	20.06.61	25 Lisboa – São Bento
0:59.0	Herlander Felga Ribeiro	sad	05.09.61	25 Lisboa – São Bento
0:59.0	Herlander Felga Ribeiro	fpn	04.08.63	25 São Paulo
0:58.8	Herlander Felga Ribeiro	sad	13.10.63	33 Algés

0:58.4	Herlander Felga Ribeiro	sad	25.06.64	25 Algés
0:57.6	Herlander Felga Ribeiro	sad	27.07.64	25 Lisboa – São Bento
0:57.4	Herlander Felga Ribeiro	sad	29.07.64	25 Lisboa – São Bento
0:57.1	José Gomes Pereira	sad	24.02.74	25 Algés
0:56.0	José Gomes Pereira	sad	24.03.74	25 Algés
0:55.8	José Gomes Pereira	sad	18.05.74	25 Algés
0:55.8	José Gomes Pereira	anl	08.06.74	25 Algés
0:55.7	José Gomes Pereira	sad	16.02.75	25 Algés
0:55.4	José Gomes Pereira	sad	01.03.75	25 Algés
0:54.54	Paulo José Frischknecht	fpn	21.03.76	25 Trento
0:54.3	José Gomes Pereira	sad	19.06.77	25 Algés
0:53.9	José Gomes Pereira	sad	12.07.77	25 Algés
0:53.89	Rui Pinto Abreu	fpn	20.08.77	50 Jönköping
0:53.70	Rui Pinto Abreu	fpn	22.01.78	50 Genebra
0:53.47	Rui Pinto Abreu	cac	11.02.78	25 Lisboa – Areeiro
0:52.89	Rui Pinto Abreu	cac	11.02.78	25 Lisboa – Areeiro
0:51.93	Rui Pinto Abreu	fpn	18.03.78	25 Atenas
0:51.56	Sérgio Alexandre Esteves	fcp	27.03.87	25 Algés
0:51.46	Paulo Manuel Trindade	fcp	01.03.92	25 Algés
0:51.06	Paulo Manuel Trindade	fpn	04.12.93	25 Palma de Maiorca
0:51.02	Miguel Cabral Machado	fcp	19.03.95	25 Algés
0:50.31	Paulo Manuel Trindade	fcp	03.03.96	25 Felgueiras
0:50.09	Nuno Filipe Laurentino	sad	16.01.99	Funchal – Nazaré
0:49.89	Nuno Filipe Laurentino	sad	24.03.00	Mealhada
0:49.64	Nuno Filipe Laurentino	sad	18.05.01	Algés
0:48.42	Nuno Filipe Laurentino	fpn	03.04.02	Moscovo
0:48.38	Tiago André Venâncio	cns	20.12.04	Cantanhede
0:48.14	Alexandre Escudier Agostinho	portin	21.12.08	Sines
0:48.00	Tiago André Venâncio	sekso	27.11.09	Castellón de la Plana
0:47.88	Alexandre Escudier Agostinho	portin	04.12.09	Leiria
0:47.82	Alexandre Escudier Agostinho	fpn	11.12.09	Istambul
0:47.64	Alexandre Escudier Agostinho	fpn	11.12.09	Istambul

200 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

2:24.6	Paulo José Frischknecht	sad	19.06.73	50 Lisboa – Olivais
2:24.2	Carlos Alberto Serra	cfmo	25.08.74	25 Algés
2:23.8	José Carlos Moreira	fcp	22.01.78	25 Porto – Fluvial
2:22.3	José Carlos Moreira	fcp	15.07.78	25 Porto – Fluvial
2:20.46	Sérgio Luz Pinto	fpn	21.07.78	50 Génova
2:19.93	José Carlos Moreira	fpn	21.07.78	50 Génova
2:19.40	Sérgio Luz Pinto	fpn	23.07.78	50 Génova
2:13.2	Rui Paulo Borges	fpn	21.03.80	25 Trento
2:11.4	Rui Paulo Borges	fpn	21.03.80	25 Trento
2:09.8	Rui Paulo Borges	fcp	06.08.80	25 Porto – Fluvial
2:08.5	Rui Paulo Borges	fcp	06.08.80	25 Porto – Fluvial

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:07.50	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	14.12.02	Lisboa – Areeiro
2:06.69	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	08.03.03	Tomar
2:05.79	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	04.04.03	Santarém

Infantil B - § (01.10.04)

2:04.75	João Magalhães Nunes	cna	30.06.12	Algés
---------	----------------------	-----	----------	-------

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:02.3	tempo limite			
2:01.14	Fábio Parrilha da Silva	cnal	21.04.01	Coimbra – Municipal
1:59.19	Diogo Filipe Carvalho	cga	07.07.02	Rio Maior
1:58.99	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	10.06.04	SFUAP

Infantil A - § (01.10.04)

1:58.99	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	10.06.04	SFUAP
---------	-------------------------	-----	----------	-------

Iniciado - § (1959) # (31.12.61)

2:36.0	António Bessone Basto	sad	26.07.59	25 Lisboa – São Bento
2:34.0	António Bessone Basto	sad	02.08.59	33 Algés
2:33.4	António Bessone Basto	sad	08.08.59	25 Lisboa – São Bento
2:26.7	António Bessone Basto	sad	12.06.60	33 Algés
2:22.1	António Bessone Basto	sad	26.07.60	33 Algés
2:21.4	António Bessone Basto	sad	30.07.60	25 Lisboa – São Bento
2:21.1	António Bessone Basto	sad	20.08.60	25 Lisboa – São Bento

Aspirante - § (01.01.62) † (31.12.66)**Juvenil - § (01.01.67) † (30.09.96)**

2:18.0	Francisco Bessone Alves	onmp	07.08.68	50 Lisboa – Olivais
2:16.7	Henrique Carvalho Vicêncio	ind	19.08.72	50 Évora
2:15.5	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	14.01.73	25 Algés
2:12.5	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	23.06.73	25 Algés
2:10.8	Paulo José Frischknecht	sad	15.06.74	25 Algés
2:10.0	Paulo José Frischknecht	sad	19.07.74	25 Algés
2:09.3	Paulo José Frischknecht	sad	25.08.74	25 Algés
2:08.0	Paulo José Frischknecht	sad	07.12.74	25 Algés
2:07.4	Paulo José Frischknecht	sad	16.02.75	25 Algés
2:07.0	Paulo José Frischknecht	sad	03.08.75	50 Lisboa – Olivais
2:04.7	Rui Paulo Borges	fpm	20.03.81	25 Trento
2:02.3	Rui Paulo Borges	fcp	26.07.81	25 Porto - Antas
2:01.95	Rui Paulo Borges	fpm	28.08.82	50 Innsbrück
2:00.7	José Carlos Meinedo	fcp	23.03.86	25 Porto - Antas
1:59.66	José Silva Miranda	cfp	26.03.88	25 Porto - Antas
1:58.22	Miguel Azevedo Portela	fcp	01.05.93	25 Vigo

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:57.78	Luís Miguel Monteiro	fcp	27.02.98	25 Lousada
1:56.59	Luís Miguel Monteiro	fcp	28.02.98	25 Lousada
1:55.53	Diogo Filipe Carvalho	cga	01.03.03	lhavo

Juvenil B - § (01.10.04)

1:55.53	Diogo Filipe Carvalho	cga	01.03.03	lhavo
---------	-----------------------	-----	----------	-------

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:54.26	tempo limite			
1:53.30	Adriano Miguel Niz	cfv	09.03.02	Guimarães
1:51.06	Tiago André Venâncio	cns	22.03.03	Braga

Juvenil A - § (01.10.04)

1:51.06	Tiago André Venâncio	cns	22.03.03	Braga
---------	----------------------	-----	----------	-------

Júnior B - § (01.10.13)

1:51.15	Jorge Manuel Maia	gdnfama	11.12.05	Tomar
---------	-------------------	---------	----------	-------

Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)

3:01.2	José Alfredo Costeira	gdep	28.08.52	33 Algés
2:47.5	Carlos Rodrigues Freitas	anpm	01.02.53	33 GDLM
2:41.2	João Manuel Escaravana	sad	29.05.55	33 Algés
2:35.9	Rui Moreira Cravo	gdml	10.02.57	33 GDLM
2:25.8	Avelino Santos Pereira	sad	13.06.58	25 Lisboa – São Bento
2:24.3	Avelino Santos Pereira	sad	15.06.58	33 Algés
2:23.8	Avelino Santos Pereira	sad	29.06.58	25 Lisboa – São Bento
2:23.7	Herlander Felga Ribeiro	sad	02.08.59	33 Algés
2:23.0	Herlander Felga Ribeiro	sad	08.08.59	25 Lisboa – São Bento
2:18.6	António Bessone Basto	sad	13.06.61	25 Lisboa – São Bento
2:17.5	António Bessone Basto	sad	29.07.61	33 Algés

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

2:15.2	João Repas Gonçalves	sad	23.08.66	25 Lisboa – São Bento
2:12.5	João Repas Gonçalves	sad	29.09.67	33 Algés
2:11.5	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	03.02.74	25 Lisboa – Areeiro
2:11.1	Orlando Almeida Dias	sad	18.01.75	25 Algés
2:08.6	António Botelho de Melo	cac	29.03.75	25 Porto – Fluvial
2:08.3	Orlando Almeida Dias	sad	24.05.75	25 Algés
2:02.89	António Botelho de Melo	fpm	10.04.76	25 Luxemburgo
1:59.0	Paulo José Frischknecht	fpm	12.06.76	25 Porto – Fluvial
1:57.2	Paulo José Frischknecht	sad	20.07.77	25 Algés
1:55.28	Nuno Miguel Castro	slb	24.02.90	25 Algés
1:54.99	Tiago Silva Pestana	fcp	18.03.95	25 Algés
1:54.26	Tiago Silva Pestana	fcp	02.03.96	25 Felgueiras
1:52.12	Tiago Azevedo Lousada	fcp	08.03.97	25 Estoril
1:51.36	Tiago Azevedo Lousada	fcp	08.03.98	Felgueiras
1:50.63	Ivo Emanuel Carneiro	scb	20.04.02	Mealhada
1:50.12	Adriano Miguel Niz	cfv	08.11.03	Paços de Ferreira
1:48.47	Adriano Miguel Niz	fpm	14.12.03	Dublin
1:47.73	Tiago André Venâncio	fpm	12.12.04	Viena

Júnior A - § (01.10.13)

1:47.73	Tiago André Venâncio	fpm	12.12.04	Viena
---------	----------------------	-----	----------	-------

Principiante - § (1937) # (31.12.54)

2:42.2/5	José Ricardo Domingues jr	sad	30.05.37	33 Algés
2:42.0	José Ricardo Domingues jr	sad	27.06.37	33 Algés
2:41.6	Jeremias Ponte Simão	gdep	20.08.44	33 Algés
2:33.0	Jeremias Ponte Simão	gdep	29.07.45	33 Algés
2:30.5	Guilherme José Patrone	sad	04.08.46	33 Algés
2:30.4	Fernando Esteves Madeira	sad	28.07.49	33 Algés
2:29.8	Fernando Esteves Madeira	sad	13.09.49	33 Algés

Antiga categoria Júnior - § (1937) # (31.12.61)

2:49.1/5	Manuel Moniz Pereira	sad	08.08.37	33 Algés
2:40.3/5	João Mira Gomes	sad	07.05.39	33 Algés
2:38.0	João Mira Gomes	eimp	11.06.39	33 Algés
2:37.1/5	João Mira Gomes	sad	16.07.39	33 Algés
2:36.2	Jeremias Ponte Simão	gdep	10.09.46	50 Espinho
2:33.4	Guilherme José Patrone	sad	15.06.47	33 Algés
2:27.2	Fernando Esteves Madeira	sad	23.06.50	33 Algés
2:26.0	Fernando Esteves Madeira	sad	11.08.50	33 Algés
2:24.9	Avelino Santos Pereira	sad	25.08.58	33 Algés
2:24.6	Avelino Santos Pereira	fpm	28.08.58	33 Figueira da Foz
2:21.3	Alberto Sousa Costa	gdml	08.12.60	33 GDLM
2:19.3	António Bessone Basto	sad	26.08.61	25 Lisboa – São Bento
2:17.6	António Bessone Basto	sad	09.09.61	33 Tomar

Sénior - § (1937)

2:37.0	Joaquim Batista Pereira	asc	26.06.39	33 Algés
2:31.2/5	Mário Alua Simas	sad	03.09.39	33 Coimbra – Fluvial
2:29.3/5	Mário Alua Simas	icl	02.06.40	33 Algés
2:26.6	Mário Alua Simas	sad	11.05.41	33 Algés
2:25.8	Mário Alua Simas	sad	27.07.41	33 Algés
2:24.4	Mário Alua Simas	sad	21.06.42	25 Algés
2:23.8	Mário Alua Simas	gdep	14.09.46	33 Granja
2:21.8	Mário Alua Simas	gdep	07.10.46	33 Tenerife
2:21.0	Fernando Esteves Madeira	sad	11.09.51	33 Algés
2:21.0	Fernando Esteves Madeira	sad	31.07.53	33 Algés
2:20.1	Fernando Esteves Madeira	sad	12.09.53	33 Figueira da Foz
2:16.5	Fernando Esteves Madeira	sad	24.07.54	33 Figueira da Foz
2:14.7	Eduardo José de Sousa	sad	26.07.60	33 Algés
2:12.6	Eduardo José de Sousa	fpm	19.08.60	33 Algés
2:10.6	Herlander Felga Ribeiro	sad	30.09.61	33 Algés
2:08.9	José Gomes Pereira	sad	23.06.73	25 Algés
2:07.8	José Gomes Pereira	sad	02.02.74	25 Lisboa – Areeiro
2:03.7	José Gomes Pereira	sad	23.06.74	25 Algés
2:03.3	José Gomes Pereira	sad	18.01.75	25 Algés
2:03.0	José Gomes Pereira	sad	24.05.75	25 Algés
2:02.0	José Gomes Pereira	sad	04.04.76	25 Algés
2:01.7	José Gomes Pereira	sad	16.05.76	25 Algés
1:59.0	José Gomes Pereira	sad	09.06.76	25 Algés
1:57.74	Rui Pinto Abreu	cac	12.02.78	25 Lisboa – Areeiro
1:55.53	Rui Pinto Abreu	cac	12.02.78	25 Lisboa – Areeiro
1:55.4	Paulo José Frischknecht	sad	14.01.79	25 Porto - Antas
1:54.05	Paulo José Frischknecht	fpm	10.02.79	25 Paris
1:53.68	Rui Pinto Abreu	fpm	09.02.80	25 Paris
1:53.17	Mabilio António Albuquerque	fcp	26.03.88	25 Porto - Antas
1:52.23	Miguel Mendonça Cabrita	fpm	02.12.93	25 Palma de Maiorca
1:51.10	Miguel Mendonça Cabrita	sad	18.03.95	25 Algés
1:50.00	Ricardo Conceição Pedroso	sad	07.03.98	25 Felgueiras
1:49.07	Ricardo Conceição Pedroso	fpm	12.12.98	Sheffield
1:48.96	Ricardo Conceição Pedroso	fpm	09.12.99	Jamor
1:48.74	Ricardo Conceição Pedroso	fpm	17.12.00	Valencia
1:48.46	Ricardo Conceição Pedroso	fpm	17.12.00	Valencia
1:48.24	Luís Miguel Monteiro	fpm	16.12.01	Antuérpia
1:47.81	Luís Miguel Monteiro	fpm	03.04.02	Moscovo
1:46.25	Adriano Miguel Niz	fpm	11.12.05	Trieste
1:45.70	Tiago André Venâncio	sekfo	28.11.09	Castellón de la Plana
1:45.69	Diogo Filipe Carvalho	cga	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
1:45.25	Luís Emanuel Vaz	gdnfama	21.12.13	Felgueiras

Absoluto - § (1930)

3:05.3/5	Henrique José Maria	csp	12.10.30	33 Algés
2:58.0	Alberto Azinhais dos Santos	sad	02.08.31	33 Algés
2:55.3/5	Mário Simões Branco	csp	04.10.31	33 Algés

2:54.3/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	03.07.32	33 Algés
2:50.0	Alberto Azinhais dos Santos	sad	30.07.32	33 Algés
2:50.0	Alberto Azinhais dos Santos	sad	17.09.33	33 Algés
2:46.0	Alberto Azinhais dos Santos	sad	24.09.33	33 Algés
2:42.0	Armando Moitinho de Almeida	sad	24.06.34	33 Algés
2:42.0	Alberto Azinhais dos Santos	sad	04.08.34	33 Algés
2:40.2/5	Armando Moitinho de Almeida	sad	26.08.34	33 Algés
2:40.0	Francisco João Vasconcelos	sad	19.07.36	33 Algés
2:38.0	João Mira Gomes	eimp	11.06.39	33 Algés
2:37.0	Joaquim Batista Pereira	asc	26.06.39	33 Algés
2:31.2/5	Mário Alua Simas	sad	03.09.39	33 Coimbra – Fluvial
2:29.3/5	Mário Alua Simas	icl	02.06.40	33 Algés
2:26.6	Mário Alua Simas	sad	11.05.41	33 Algés
2:25.8	Mário Alua Simas	sad	27.07.41	33 Algés
2:24.4	Mário Alua Simas	sad	21.06.42	25 Algés
2:23.8	Mário Alua Simas	gdep	14.09.46	33 Granja
2:21.8	Mário Alua Simas	gdep	07.10.46	33 Tenerife
2:21.0	Fernando Esteves Madeira	sad	11.09.51	33 Algés
2:21.0	Fernando Esteves Madeira	sad	31.07.53	33 Algés
2:20.1	Fernando Esteves Madeira	sad	12.09.53	33 Figueira da Foz
2:16.5	Fernando Esteves Madeira	sad	24.07.54	33 Figueira da Foz
2:14.7	Eduardo José de Sousa	sad	26.07.60	33 Algés
2:12.6	Eduardo José de Sousa	fjn	19.08.60	33 Algés
2:10.6	Herlander Felga Ribeiro	sad	30.09.61	33 Algés
2:08.9	José Gomes Pereira	sad	23.06.73	25 Algés
2:07.8	José Gomes Pereira	sad	02.02.74	25 Lisboa – Areeiro
2:03.7	José Gomes Pereira	sad	23.06.74	25 Algés
2:03.3	José Gomes Pereira	sad	18.01.75	25 Algés
2:03.0	José Gomes Pereira	sad	24.05.75	25 Algés
2:02.0	José Gomes Pereira	sad	04.04.76	25 Algés
2:01.7	José Gomes Pereira	sad	16.05.76	25 Algés
1:59.0	José Gomes Pereira	sad	09.06.76	25 Algés
1:59.0	Paulo José Frischknecht	fjn	12.06.76	25 Porto – Fluvial
1:57.2	Paulo José Frischknecht	sad	20.07.77	25 Algés
1:55.53	Rui Pinto Abreu	cac	12.02.78	25 Lisboa – Areeiro
1:55.4	Paulo José Frischknecht	sad	14.01.79	25 Porto - Antas
1:54.05	Paulo José Frischknecht	fjn	10.02.79	25 Paris
1:53.68	Rui Pinto Abreu	fjn	09.02.80	25 Paris
1:53.17	Mabilio António Albuquerque	fcp	26.03.88	25 Porto - Antas
1:52.23	Miguel Mendonça Cabrita	fjn	02.12.93	25 Palma de Maiorca
1:51.10	Miguel Mendonça Cabrita	sad	18.03.95	25 Algés
1:50.00	Ricardo Conceição Pedroso	sad	07.03.98	25 Felgueiras
1:49.07	Ricardo Conceição Pedroso	fjn	12.12.98	Sheffield
1:48.96	Ricardo Conceição Pedroso	fjn	09.12.99	Jamor
1:48.74	Ricardo Conceição Pedroso	fjn	17.12.00	Valencia
1:48.46	Ricardo Conceição Pedroso	fjn	17.12.00	Valencia
1:48.24	Luís Miguel Monteiro	fjn	16.12.01	Antuérpia
1:47.81	Luís Miguel Monteiro	fjn	03.04.02	Moscovo
1:47.73	Tiago André Venâncio	fjn	12.12.04	Viena
1:46.25	Adriano Miguel Niz	fjn	11.12.05	Trieste
1:45.70	Tiago André Venâncio	sekso	28.11.09	Castellón de la Plana
1:45.69	Diogo Filipe Carvalho	cga	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
1:45.25	Luís Emanuel Vaz	gdnfama	21.12.13	Felgueiras

#300 LIVRES

Principiante - § (1937) # (1953)

4:20.3/5	José Ricardo Domingues jr	sad	04.07.37	33 Algés
----------	---------------------------	-----	----------	----------

Antiga categoria Júnior - § (1937) # (1953)

4:50.0	Ernesto Cabrilho	cnn	22.09.39	33 Algés
4:44.0	Adelino Lebre	aac	06.10.40	33 Coimbra – Fluvial
4:43.0	António Pereira de Carvalho	asc	05.10.41	33 Alhandra
4:18.2/5	António Jardine Neto	sad	11.07.43	50 Espinho
4:15.4	João Pereira Bastos	sad	04.08.46	33 Algés
4:12.5	Jeremias Ponte Simão	gdep	01.09.46	33 Algés
4:09.0	Jeremias Ponte Simão	gdep	10.09.46	50 Espinho
4:05.2	Guilherme José Patrone	sad	13.07.49	33 Algés
3:50.2	Fernando Esteves Madeira	sad	15.07.50	33 Algés

Sénior - § (1937) # (1953)

4:20.4	Jofre de Carvalho	asc	02.10.38	33 Alhandra
4:06.5	João Mira Gomes	sad	29.09.40	33 Algés
4:04.1	Joaquim Batista Pereira	asc	06.10.40	33 Alhandra
4:03.2	João Mira Gomes	sad	20.10.40	33 Algés
3:58.1	Joaquim Batista Pereira	asc	05.10.41	33 Alhandra
3:55.0	Mário Alua Simas	sad	30.08.42	33 Algés
3:45.0	Fernando Esteves Madeira	sad	30.08.51	33 Algés

Absoluto - § (1937) # (1953)

4:20.3/5	José Ricardo Domingues jr	sad	04.07.37	33 Algés
4:20.4	Jofre de Carvalho	asc	02.10.38	33 Alhandra
4:06.5	João Mira Gomes	sad	29.09.40	33 Algés
4:04.1	Joaquim Batista Pereira	asc	06.10.40	33 Alhandra
4:03.2	João Mira Gomes	sad	20.10.40	33 Algés
3:58.1	Joaquim Batista Pereira	asc	05.10.41	33 Alhandra
3:55.0	Mário Alua Simas	sad	30.08.42	33 Algés
3:50.2	Fernando Esteves Madeira	sad	15.07.50	33 Algés
3:45.0	Fernando Esteves Madeira	sad	30.08.51	33 Algés

400 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

5:02.7	Paulo José Frischknecht	fjn	09.06.73	50 Neheim-Hüsten
4:57.4	Paulo José Frischknecht	sad	16.06.73	25 Algés
4:56.4	Paulo José Frischknecht	sad	24.06.73	25 Algés
4:52.0	Paulo José Frischknecht	sad	14.07.73	25 Algés
4:49.2	Paulo José Frischknecht	sad	04.08.73	25 Porto – Fluvial
4:48.3	Rui Paulo Borges	fcp	14.07.79	25 Porto - Antas
4:33.5	Rui Paulo Borges	fcp	01.03.80	25 Porto - Antas
4:29.8	Rui Paulo Borges	fcp	15.03.80	25 Porto - Antas
4:29.39	Luís Miguel Monteiro	fcp	24.02.96	25 Algés

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

4:28.9	tempo limite			
4:21.95	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	05.04.03	25 Santarém

Infantil B - § (01.10.04)

4:21.95	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	05.04.03	25 Santarém
---------	-------------------------	-----	----------	-------------

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

4:13.7	tempo limite			
4:13.35	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	07.02.04	Alcobaça
4:13.24	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	05.06.04	Reboleira

Infantil A - § (01.10.04)

4:12.35	André Vilas Ruivo	dnmg	29.03.14	Campo Maior
---------	-------------------	------	----------	-------------

Iniciado - § (1959) # (31.12.61)

5:27.8	António Bessone Basto	sad	29.07.59	Algés
5:20.8	António Bessone Basto	sad	26.09.59	25 Lisboa – São Bento
5:18.2	António Bessone Basto	sad	15.05.60	33 Algés
4:59.3	António Bessone Basto	sad	10.07.60	33 Algés
4:56.7	António Bessone Basto	fjn	13.08.60	33 Algés
4:53.0	António Bessone Basto	fjn	19.08.60	33 Algés

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

4:51.4	Francisco Bessone Alves	sad	13.04.70	25 Lisboa – Areeiro
4:48.1	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	24.02.73	25 Algés
4:44.2	Orlando Almeida Dias	sad	17.03.73	25 Algés
4:43.3	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	24.06.73	25 Algés
4:43.0	António Botelho de Melo	gdlim	25.08.73	50 Lisboa – Olivais
4:39.6	Orlando Almeida Dias	sad	23.02.74	25 Algés
4:38.3	Paulo José Frischknecht	anl	09.06.74	25 Algés
4:30.0	Paulo José Frischknecht	sad	19.07.74	25 Algés
4:28.9	Paulo José Frischknecht	sad	25.08.74	25 Algés
4:26.5	Paulo José Frischknecht	sad	07.12.74	25 Algés
4:19.5	Paulo José Frischknecht	sad	29.03.75	25 Porto – Fluvial
4:18.83	Rui Paulo Borges	fcp	08.02.81	25 Lisboa – Areeiro

4:15.5	Rui Paulo Borges	fcp	11.04.81	25 Porto - Antas
4:13.7	Rui Paulo Borges	fcp	25.07.81	25 Porto - Antas
4:11.30	Rui Paulo Borges	fcp	28.03.82	25 Lisboa - Areeiro
4:08.81	Miguel Soares Carvalho	fcp	01.03.96	25 Felgueiras
Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
4:06.60	Luís Miguel Monteiro	fcp	28.02.98	25 Lousada
4:05.91	Diogo Filipe Carvalho	cga	22.03.03	Braga
Juvenil B - § (01.10.04)				
4:03.22	João Pedro Gil	anam	08.07.12	Algés
Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
4:01.88	tempo limite			
4:01.35	Diogo Filipe Carvalho	cga	28.02.04	Anadia
Juvenil A - § (01.10.04)				
3:59.35	Rui Filipe Costa	vsc	01.12.06	Caldas da Rainha
3:59.33	Gustavo Manuel Santa	cnla	16.05.09	Entroncamento
3:59.31	João Carlos Santos	anam	08.07.12	Algés
Júnior B - § (01.10.13)				
3:56.54	Rui Filipe Costa	vsc	24.11.07	Felgueiras
Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)				
6:34.2	José Alfredo Costeira	gdep	28.08.52	33 Algés
6:13.1	Carlos Rodrigues Freitas	anpm	22.02.53	33 GDLM
6:01.7	José Manuel Quina	gdep	06.09.53	33 Alhandra
5:57.2	José Manuel Quina	gdep	13.09.53	33 Figueira da Foz
5:49.0	João Manuel Escaravana	sad	16.06.55	33 Algés
5:43.7	João Manuel Escaravana	sad	04.09.55	33 Figueira da Foz
5:11.0	Avelino Santos Pereira	sad	19.06.58	33 Algés
5:05.5	Avelino Santos Pereira	sad	05.07.58	33 Algés
5:02.1	Avelino Santos Pereira	sad	10.07.58	33 Algés
4:55.0	António Bessone Basto	sad	29.06.61	33 Algés
4:48.8	António Bessone Basto	sad	29.07.61	33 Algés
Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)				
4:46.6	António Paulo Vasconcelos	cnlu	17.08.73	50 Coimbra
4:42.6	António Paulo Vasconcelos	cnlu	25.08.73	50 Lisboa - Olivais
4:39.9	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	23.03.74	25 Lisboa - Areeiro
4:39.1	José Baltar Leite	cfp	25.07.74	25 Porto - Fluvial
4:36.3	Oriando Almeida Dias	sad	25.01.75	25 Lisboa - Areeiro
4:31.2	António Botelho de Melo	cac	08.03.75	25 Coimbra - Municipal
4:22.3	António Botelho de Melo	cac	29.03.75	25 Porto - Fluvial
4:15.44	Paulo José Frischknecht	fpn	19.03.76	25 Trento
4:13.7	Paulo José Frischknecht	fpn	30.05.76	25 Algés
4:13.20	Paulo José Frischknecht	sad	28.05.77	25 Lisboa - Areeiro
4:12.34	Rui Pinto Abreu	fpn	18.08.77	50 Jönköping
4:11.10	Paulo José Frischknecht	fpn	18.08.77	50 Jönköping
4:10.2	João Pires da Silva	sad	12.08.81	25 Algés
4:08.2	Rui Paulo Borges	fcp	27.03.83	25 Fafe
4:06.8	Rui Paulo Borges	fcp	25.03.84	25 Porto - Antas
4:05.56	Artur Manuel Costa	scp	28.03.87	25 Algés
4:04.14	Nuno Miguel Dias	sad	04.03.94	25 Braga
4:03.63	Tiago Silva Pestana	fcp	17.03.95	25 Algés
4:01.88	Tiago Silva Pestana	fcp	01.03.96	25 Felgueiras
3:59.70	Tiago Azevedo Lousada	fcp	10.06.97	25 Algés
3:58.54	Tiago Azevedo Lousada	fcp	14.02.98	25 Braga
3:54.23	Tiago Azevedo Lousada	fcp	06.03.98	25 Felgueiras
3:53.80	Adriano Miguel Niz	cfv	08.11.03	Paços de Ferreira
3:50.52	Adriano Miguel Niz	cfv	26.06.04	Fafe
Júnior A - § (01.10.13)				
3:50.52	Adriano Miguel Niz	cfv	26.06.04	Fafe
Principiante - § (1937) # (31.12.54)				
5:50.3/5	Joaquim Batista Pereira	asc	24.10.37	33 Algés
5:50.3	José Augusto Pestana	gdep	20.08.53	33 Algés
Antiga categoria Júnior - § (1937) # (31.12.61)				
6:19.3/5	Jofre de Carvalho	asc	12.08.37	33 Algés
5:45.1/5	João Mira Gomes	sad	20.07.39	33 Algés
5:44.9	Jeremias Ponte Simão	gdep	12.09.46	50 Espinho
5:44.8	Guilherme José Patrone	sad	22.06.47	33 Algés

5:40.8	Guilherme José Patrone	sad	27.07.47	33 Algés
5:15.8	Fernando Esteves Madeira	sad	17.08.50	33 Algés
5:02.5	Eduardo José de Sousa	fpn	19.08.59	25 Bilbau
4:51.0	António Bessone Basto	sad	26.08.61	25 Lisboa - São Bento
4:48.7	António Bessone Basto	sad	09.09.61	33 Tomar
Sénior - § (1937)				
5:47.3/5	Joaquim Batista Pereira	asc	14.07.38	33 Algés
5:45.2/5	Joaquim Batista Pereira	asc	20.08.38	33 Coimbra - Fluvial
5:42.7	Joaquim Batista Pereira	asc	03.09.38	33 Algés
5:34.2/5	Joaquim Batista Pereira	asc	09.07.39	33 Alhandra
5:33.3/5	Joaquim Batista Pereira	asc	23.07.39	33 Algés
5:31.0	Joaquim Batista Pereira	asc	03.09.39	33 Coimbra - Fluvial
5:25.0	João Mira Gomes	sad	21.06.41	25 Algés
5:24.4	Joaquim Batista Pereira	asc	26.08.45	50 Barcelona
5:22.3/5	Joaquim Batista Pereira	asc	09.09.45	33 Coimbra - Fluvial
5:21.0	Joaquim Batista Pereira	asc	17.09.45	33 Algés
5:14.3	Fernando Esteves Madeira	sad	09.08.51	33 Algés
5:14.0	Fernando Esteves Madeira	sad	22.09.51	33 Algés
5:13.8	Fernando Esteves Madeira	sad	27.09.51	33 Algés
5:10.8	Fernando Esteves Madeira	sad	18.06.52	33 Algés
5:08.6	Fernando Esteves Madeira	fpn	28.07.52	50 Helsínquia
5:08.1	Fernando Esteves Madeira	sad	04.10.52	33 Algés
5:05.8	Fernando Esteves Madeira	sad	04.07.54	33 Algés
4:58.5	Fernando Esteves Madeira	sad	25.07.54	33 Figueira da Foz
4:55.6	Eduardo José de Sousa	sad	15.05.60	33 Algés
4:47.3	Eduardo José de Sousa	sad	13.06.60	25 Lisboa - São Bento
4:42.7	Eduardo José de Sousa	fpn	19.08.60	33 Algés
4:40.8	Eduardo José de Sousa	sad	13.06.61	25 Lisboa - São Bento
4:40.7	Eduardo José de Sousa	sad	29.06.61	33 Algés
4:35.2	José Gomes Pereira	sad	15.06.74	25 Algés
4:29.5	José Gomes Pereira	sad	25.01.75	25 Lisboa - Areeiro
4:25.6	José Gomes Pereira	sad	29.03.75	25 Porto - Fluvial
4:22.5	José Baltar Leite	cfp	19.07.75	25 Porto - Fluvial
4:18.9	José Baltar Leite	cfp	31.07.76	25 Porto - Fluvial
4:14.3	José Baltar Leite	cfp	06.01.78	25 Vigo
4:12.5	Paulo José Frischknecht	sad	07.01.78	25 Lisboa - Areeiro
4:10.9	Paulo José Frischknecht	sad	26.02.78	25 Lisboa - Areeiro
4:09.21	José Baltar Leite	fpn	18.03.78	25 Atenas
4:07.2	Paulo José Frischknecht	sad	11.11.78	25 Lisboa - Luz
4:06.06	Paulo José Frischknecht	fpn	25.03.79	25 Atenas
4:05.5	Paulo José Frischknecht	fpn	29.04.79	25 Porto - Fluvial
4:04.4	José Baltar Leite	cfp	29.07.79	33 Funchal - C. Club
4:03.2	Paulo José Frischknecht	sad	12.04.80	25 Lisboa - Luz
4:01.2	Rui Paulo Borges	fcp	30.03.85	25 Algés
4:00.60	Artur Manuel Costa	scp	25.03.88	25 Porto - Antas
3:59.95	Artur Manuel Costa	scp	09.02.90	25 Algés
3:59.04	Artur Manuel Costa	scp	23.02.90	25 Algés
3:57.32	Artur Manuel Costa	scp	29.02.92	25 Algés
3:56.99	Miguel Mendonça Cabrita	sad	17.03.95	25 Algés
3:56.59	Ricardo Conceição Pedroso	sad	07.03.97	25 Estoril
3:54.82	Ricardo Conceição Pedroso	sad	06.03.98	25 Felgueiras
3:52.27	Tiago Azevedo Lousada	fpn	11.12.98	Sheffield
3:48.79	Luís Miguel Monteiro	fpn	05.04.02	Moscovo
3:46.90	Adriano Miguel Niz	fpn	08.12.05	Trieste
3:45.58	Fábio Manuel Pereira	fpn	10.12.09	Istambul
Absoluto - § (1930)				
6:29.2/5	Faustino José Santana	vfc	17.08.30	33 Algés
6:17.3/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	02.08.31	33 Algés
6:04.2/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	03.07.32	33 Algés
6:02.4/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	31.07.32	33 Algés
5:57.2	Alberto Azinhais dos Santos	sad	10.11.32	25 CN Barcelona
5:55.1/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	07.09.33	33 Algés
5:54.1/5	Eduardo José Manaças	sad	24.05.36	33 Algés
5:51.1/5	Rodrigo Bessone Basto jr	sad	15.06.36	33 Algés
5:51.0	Alberto Azinhais dos Santos	sad	26.07.36	33 Algés
5:50.3/5	Joaquim Batista Pereira	asc	24.10.37	33 Algés
5:47.3/5	Joaquim Batista Pereira	asc	14.07.38	33 Algés
5:45.2/5	Joaquim Batista Pereira	asc	20.08.38	33 Coimbra - Fluvial
5:42.7	Joaquim Batista Pereira	asc	03.09.38	33 Algés
5:34.2/5	Joaquim Batista Pereira	asc	09.07.39	33 Alhandra

5:33.3/5	Joaquim Batista Pereira	asc	23.07.39	33 Algés
5:31.0	Joaquim Batista Pereira	asc	03.09.39	33 Coimbra – Fluvial
5:25.0	João Mira Gomes	sad	21.06.41	25 Algés
5:24.4	Joaquim Batista Pereira	asc	26.08.45	50 Barcelona
5:22.3/5	Joaquim Batista Pereira	asc	09.09.45	33 Coimbra – Fluvial
5:21.0	Joaquim Batista Pereira	asc	17.09.45	33 Algés
5:15.8	Fernando Esteves Madeira	sad	17.08.50	33 Algés
5:14.3	Fernando Esteves Madeira	sad	09.08.51	33 Algés
5:14.0	Fernando Esteves Madeira	sad	22.09.51	33 Algés
5:13.8	Fernando Esteves Madeira	sad	27.09.51	33 Algés
5:10.8	Fernando Esteves Madeira	sad	18.06.52	33 Algés
5:08.6	Fernando Esteves Madeira	fpn	28.07.52	50 Helsínquia
5:08.1	Fernando Esteves Madeira	sad	04.10.52	33 Algés
5:05.8	Fernando Esteves Madeira	sad	04.07.54	33 Algés
4:58.5	Fernando Esteves Madeira	sad	25.07.54	33 Figueira da Foz
4:55.6	Eduardo José de Sousa	sad	15.05.60	33 Algés
4:47.3	Eduardo José de Sousa	sad	13.06.60	25 Lisboa – São Bento
4:42.7	Eduardo José de Sousa	fpn	19.08.60	33 Algés
4:40.8	Eduardo José de Sousa	sad	13.06.61	25 Lisboa – São Bento
4:40.7	Eduardo José de Sousa	sad	29.06.61	33 Algés
4:39.6	Orlando Almeida Dias	sad	23.02.74	25 Algés
4:38.3	Paulo José Frischknecht	anl	09.06.74	25 Algés
4:35.2	José Gomes Pereira	sad	15.06.74	25 Algés
4:30.0	Paulo José Frischknecht	sad	19.07.74	25 Algés
4:28.9	Paulo José Frischknecht	sad	25.08.74	25 Algés
4:26.5	Paulo José Frischknecht	sad	07.12.74	25 Algés
4:19.5	Paulo José Frischknecht	sad	29.03.75	25 Porto – Fluvial
4:15.44	Paulo José Frischknecht	fpn	19.03.76	25 Trento
4:13.7	Paulo José Frischknecht	fpn	30.05.76	25 Algés
4:13.20	Paulo José Frischknecht	sad	28.05.77	25 Lisboa – Areeiro
4:12.34	Rui Pinto Abreu	fpn	18.08.77	50 Jönköping
4:11.10	Paulo José Frischknecht	fpn	18.08.77	50 Jönköping
4:10.9	Paulo José Frischknecht	sad	26.02.78	25 Lisboa – Areeiro
4:09.21	José Baltar Leite	fpn	18.03.78	25 Atenas
4:07.2	Paulo José Frischknecht	sad	11.11.78	25 Lisboa – Luz
4:06.06	Paulo José Frischknecht	fpn	25.03.79	25 Atenas
4:05.5	Paulo José Frischknecht	fpn	29.04.79	25 Porto – Fluvial
4:04.4	José Baltar Leite	fcf	29.07.79	33 Funchal – C. Club
4:03.2	Paulo José Frischknecht	sad	12.04.80	25 Lisboa – Luz
4:01.2	Rui Paulo Borges	fcf	30.03.85	25 Algés
4:00.60	Artur Manuel Costa	scp	25.03.88	25 Porto - Antas
3:59.95	Artur Manuel Costa	scp	09.02.90	25 Algés
3:59.04	Artur Manuel Costa	scp	23.02.90	25 Algés
3:57.32	Artur Manuel Costa	scp	29.02.92	25 Algés
3:56.99	Miguel Mendonça Cabrita	sad	17.03.95	25 Algés
3:56.59	Ricardo Conceição Pedroso	sad	07.03.97	25 Estoril
3:54.23	Tiago Azevedo Lousada	fcf	06.03.98	25 Felgueiras
3:52.27	Tiago Azevedo Lousada	fpn	11.12.98	Sheffield
3:48.79	Luís Miguel Monteiro	fpn	05.04.02	Moscovo
3:46.90	Adriano Miguel Niz	fpn	08.12.05	Trieste
3:45.58	Fábio Manuel Pereira	fpn	10.12.09	Istambul

#500 LIVRES

Principiante - # (1953)

8:04.6	Francisco Ribeiro Salgado	gdep	17.10.43	33 Algés
7:42.0	Manuel Murta Barbeiro	sad	25.08.52	33 Algés

Antiga categoria Júnior - # (1953)

9:01.5	Fernando Ferreira Chaves	gdep	10.10.43	33 Alhandra
7:25.4	João Pereira Bastos	sad	28.07.46	33 Algés
7:18.3	Jeremias Ponte Simão	gdep	10.09.46	50 Espinho
6:43.5	Fernando Esteves Madeira	sad	20.07.50	33 Algés

Sénior - # (1953)

7:02.4	Joaquim Batista Pereira	asc	05.08.43	33 Alhandra
6:47.2	Fernando Esteves Madeira	sad	14.10.51	33 Algés
6:38.5	Fernando Esteves Madeira	sad	27.09.52	33 Algés

Absoluto # (1953)

7:02.4	Joaquim Batista Pereira	asc	05.08.43	33 Alhandra
6:43.5	Fernando Esteves Madeira	sad	20.07.50	33 Algés
6:38.5	Fernando Esteves Madeira	sad	27.09.52	33 Algés

800 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

10:04.3	Paulo José Frischknecht	sad	23.06.73	25 Algés
09:59.9	José Carlos Moreira	fcf	09.07.77	25 Porto – Fluvial
09:53.56	Sérgio Luz Pinto	slb	06.08.78	50 Lisboa – Olivais
09:16.0	Rui Paulo Borges	fcf	08.03.80	25 Porto - Antas

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

09:07.76	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	06.04.03	Santarém
----------	-------------------------	-----	----------	----------

Infantil B - § (01.10.04)

09:07.20	André Vilas Ruivo	dnmg	03.03.13	Leiria
----------	-------------------	------	----------	--------

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

08:44.8	tempo limite			
08:42.19	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	26.06.04	Reboleira

Infantil A - § (01.10.04)

08:39.15	André Vilas Ruivo	dnmg	16.03.14	Leiria
08:38.30	André Vilas Ruivo	dnmg	30.03.14	Campo Maior
08:36.36	André Vilas Ruivo	dnmg	25.05.14	Nazaré

Juvenil - # (30.09.96)

12:48.7	José Abel Costa	ind	23.12.66	33 GDLM
12:26.3	Parcídio Matos Folque	gdldm	05.03.67	33 GDLM
12:13.2	Parcídio Matos Folque	gdldm	20.04.67	25 AVCM
11:26.0	Carlos Pereira Rebelo	cfb	31.05.67	25 Lisboa – São Bento
11:09.9	Francisco Bessone Alves	sad	09.08.67	25 Lisboa – São Bento
10:55.9	Francisco Bessone Alves	sad	03.10.67	25 Lisboa – São Bento
10:50.7	Francisco Bessone Alves	sad	26.06.68	33 Algés
10:41.3	Francisco Bessone Alves	sad	09.07.69	33 Algés
10:35.2	Francisco Bessone Alves	sad	14.02.70	25 Lisboa – Areeiro
10:26.4	José Guedes Neves	fcf	27.05.72	25 Porto - Antas
10:18.7	Orlando Almeida Dias	anl	24.03.73	25 Coimbra – Municipal
10:17.1	António Botelho de Melo	gdldm	24.03.73	25 CFM
09:47.0	Orlando Almeida Dias	sad	08.07.73	25 Algés
09:45.0	Paulo José Frischknecht	sad	19.05.74	25 Algés
09:38.9	António Botelho de Melo	gdldm	10.08.74	50 Lisboa – Olivais
09:09.3	Paulo José Frischknecht	sad	01.02.75	25 Algés
09:04.6	Paulo José Frischknecht	sad	08.03.75	25 Algés
09:04.1	Paulo José Frischknecht	sad	30.03.75	25 Porto – Fluvial
08:44.8	Rui Paulo Borges	fcf	14.03.81	25 Porto - Antas
08:42.12	Tiago Azevedo Lousada	fcf	18.03.95	25 Algés

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

08:38.96	Luís Miguel Monteiro	fcf	08.02.98	25 Lousada
08:38.83	Luís Miguel Monteiro	annp	15.02.98	25 Gijón
08:36.47	Luís Miguel Monteiro	fcf	01.03.98	25 Lousada

Juvenil B - § (01.10.04)

08:35.60	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	05.12.04	Loures
08:27.18	Rui Filipe Costa	vsc	13.05.06	Senhora da Hora

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

08:32.97	tempo limite			
08:30.57	João Antunes Coelho	scb	10.06.98	Vila do Conde
08:28.85	Ivo Emanuel Carneiro	scb	10.06.00	Barcelos

Juvenil A - § (01.10.04)

08:18.04	Jorge Manuel Maia	gdnfama	22.05.05	Recarei
08:09.43	Rui Filipe Costa	vsc	12.05.07	Senhora da Hora

Júnior B - § (01.10.13)

08:00.80	Gustavo Manuel Santa	cnla	06.12.09	Leiria
----------	----------------------	------	----------	--------

Antiga categoria Aspirante - § (1959) # (31.12.61)

10:46.5	Luís Vaz Jorge	sad	26.07.59	25 Lisboa – São Bento
---------	----------------	-----	----------	-----------------------

10:39.8	Eduardo José de Sousa	sad	09.08.59	33 Algés
10:00.0	António Bessone Basto	sad	24.07.61	33 Algés
Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)				
09:53.2	António Paulo Vasconcelos	cnlu	18.08.73	50 Coimbra
09:49.2	José Guilherme Loureiro	cdna	11.03.74	50 Luanda
09:37.6	Eduardo Torres Pinto	fcp	28.12.74	25 Porto - Antas
09:27.8	Orlando Almeida Dias	sad	19.01.75	25 Algés
09:24.3	António Botelho de Melo	cac	02.03.75	25 Coimbra – Municipal
09:13.0	António Botelho de Melo	cac	30.03.75	25 Porto – Fluvial
09:05.9	Paulo José Frischknecht	fcp	03.01.76	25 Porto - Antas
09:02.6	Paulo José Frischknecht	fcp	07.02.76	25 Porto - Antas
08:57.3	António Botelho de Melo	cac	04.04.76	25 Coimbra – Municipal
08:57.2	Paulo José Frischknecht	fcp	17.04.76	25 Porto - Antas
08:48.01	José Dias Tomé	fpn	29.04.78	25 Lisboa – Areiro
08:44.4	José Dias Tomé	sad	14.04.79	25 Porto – Fluvial
08:38.1	José Dias Tomé	fpn	19.04.80	25 Nápoles
08:37.1	Rui Paulo Borges	fcp	29.01.83	25 Algés
08:33.7	Rui Paulo Borges	fcp	14.01.84	25 Porto - Antas
08:28.1	Artur Manuel Costa	scp	07.03.87	25 Algés
08:23.92	Artur Manuel Costa	fpn	22.08.87	50 Estrasburgo
08:28.01	tempo limite			
08:23.18	João Antunes Coelho	scb	21.02.99	Braga
08:15.76	João Antunes Coelho	scb	10.06.99	Braga
08:12.23	Egas Sousa Bastos	adf	01.05.01	Fafe
08:09.99	Rui Filipe Costa	vsc	16.12.07	Óbidos
08:07.77	Rui Filipe Costa	vsc	10.05.08	Vila Meã
08:00.80	Gustavo Manuel Santa	cnla	06.12.09	Leiria
Júnior A - § (01.10.13)				
08:08.52	João Carlos Santos	anam	21.12.13	Felgueiras
08:00.39	Rafael Lourenço Gil	anam	21.12.13	Felgueiras
07:56.76	Guilherme Filipe Pina	bscn	11.12.15	Porto – Fluvial
Principiante - # (31.12.54)				
15:05.3/5	Manuel Teixeira	spcc	06.10.40	33 Coimbra – Fluvial
13:33.8	António Macedo Nunes	sad	28.09.41	33 Algés
13:04.0	Francisco Ribeiro Salgado	gdep	10.10.43	33 Alhandra
12:36.8	Manuel Murta Barbeiro	sad	25.08.52	33 Algés
Antiga categoria Júnior - # (31.12.61)				
14:23.1/5	Adelino Lebre	aac	06.10.40	33 Coimbra – Fluvial
12:51.6	Fernando Edgar Carmo	gdep	28.09.41	33 Algés
12:00.2	João Pereira Bastos	sad	28.07.46	33 Algés
11:53.8	Jeremias Ponte Simão	gdep	12.09.46	33 Granja
11:21.2	Fernando Esteves Madeira	sad	27.07.50	33 Algés
11:19.0	Fernando Esteves Madeira	sad	04.08.50	33 Algés
11:03.4	Avelino Santos Pereira	fpn	27.08.58	33 Figueira da Foz
10:39.0	António Bessone Basto	sad	27.08.61	33 Algés
10:07.2	António Bessone Basto	sad	03.09.61	33 Algés
Sénior - § (1937)				
12:44.4/5	Eduardo José Manaças	sad	04.07.37	33 Algés
12:13.4/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	01.08.37	33 Curia
11:40.0	Joaquim Batista Pereira	asc	06.08.39	33 Alhandra
11:21.2	Joaquim Batista Pereira	asc	06.09.42	33 Alhandra
10:55.1	Fernando Esteves Madeira	sad	05.08.51	33 Algés
10:41.4	Fernando Esteves Madeira	sad	13.06.54	33 Algés
10:12.2	Eduardo José de Sousa	sad	15.06.60	33 Algés
10:07.2	Eduardo José de Sousa	sad	10.07.60	33 Algés
10:00.5	Eduardo José de Sousa	fpn	06.08.60	33 Figueira da Foz
09:58.7	Eduardo José de Sousa	fpn	18.08.60	33 Algés
09:54.5	Eduardo José de Sousa	sad	18.06.61	33 Algés
09:51.4	Eduardo José de Sousa	sad	24.07.61	33 Algés
09:50.7	Eduardo José de Sousa	fpn	19.09.61	33 Sevilha
09:50.0	Eduardo José de Sousa	fpn	04.08.63	25 São Paulo
09:49.3	António Bessone Basto	sad	13.10.63	33 Algés
09:36.9	José Gomes Pereira	sad	19.01.75	25 Algés
09:19.8	José Baltar Leite	cfp	08.03.75	25 Porto – Fluvial
09:18.4	José Baltar Leite	cfp	30.03.75	25 Porto – Fluvial
09:08.1	José Baltar Leite	cfp	13.07.75	25 Porto – Fluvial
09:02.2	José Baltar Leite	cfp	19.03.77	25 Porto - Antas
09:00.4	António Botelho de Melo	cac	19.03.77	25 Coimbra – Municipal

08:54.54	José Baltar Leite	fpn	19.08.77	50 Jönköping
08:47.9	José Baltar Leite	cfp	29.01.78	25 Porto – Fluvial
08:43.51	José Baltar Leite	fpn	18.03.78	25 Atenas
08:42.1	Rui Pinto Abreu	cac	08.04.78	25 Coimbra – Municipal
08:39.66	José Baltar Leite	cfp	25.04.78	25 Porto - Antas
08:36.9	José Baltar Leite	cfp	18.03.79	25 Porto – Fluvial
08:36.73	José Baltar Leite	fpn	28.04.79	25 Porto – Fluvial
08:28.5	José Baltar Leite	cfp	19.12.79	25 Aveiro
08:24.15	José Baltar Leite	fpn	08.02.80	25 Paris
08:20.1	Rui Paulo Borges	fcp	31.03.85	25 Algés
08:13.52	Artur Manuel Costa	fpn	10.12.89	25 Sabadell
08:10.61	Artur Manuel Costa	scp	01.03.92	25 Algés
08:10.12	Ricardo Dias Pereira	fpn	12.12.99	Jamor
08:09.61	Egas Sousa Bastos	adf	25.11.01	Paços de Ferreira
08:05.40	Egas Sousa Bastos	adf	06.04.02	Xove
08:00.54	Fernando Eurico Costa	fpn	10.12.05	Trieste
08:00.12	Fernando Eurico Costa	fpn	09.12.06	Helsínquia
07:59.51	Paulo Fragueiro Franco	cdn	06.12.09	Leiria
07:56.89	Pedro Miguel Pinotes	scp	21.12.13	Felgueiras
07:55.24	Pedro Miguel Pinotes	scp	19.12.14	Porto - Fluvial
07:49.89	Rafael Lourenço Gil	sfuap	11.12.15	Porto – Fluvial
Absoluto				
12:44.4/5	Eduardo José Manaças	sad	04.07.37	33 Algés
12:13.4/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	01.08.37	33 Curia
11:40.0	Joaquim Batista Pereira	asc	06.08.39	33 Alhandra
11:21.2	Joaquim Batista Pereira	asc	06.09.42	33 Alhandra
11:21.2	Fernando Esteves Madeira	sad	27.07.50	33 Algés
11:19.0	Fernando Esteves Madeira	sad	04.08.50	33 Algés
10:55.1	Fernando Esteves Madeira	sad	05.08.51	33 Algés
10:41.4	Fernando Esteves Madeira	sad	13.06.54	33 Algés
10:39.8	Eduardo José de Sousa	sad	09.08.59	33 Algés
10:12.2	Eduardo José de Sousa	sad	15.06.60	33 Algés
10:07.2	Eduardo José de Sousa	sad	10.07.60	33 Algés
10:00.5	Eduardo José de Sousa	fpn	06.08.60	33 Figueira da Foz
09:58.7	Eduardo José de Sousa	fpn	18.08.60	33 Algés
09:54.5	Eduardo José de Sousa	sad	18.06.61	33 Algés
09:51.4	Eduardo José de Sousa	sad	24.07.61	33 Algés
09:50.7	Eduardo José de Sousa	fpn	19.09.61	33 Sevilha
09:50.0	Eduardo José de Sousa	fpn	04.08.63	25 São Paulo
09:49.3	António Bessone Basto	sad	13.10.63	33 Algés
09:47.0	Orlando Almeida Dias	sad	08.07.73	25 Algés
09:45.0	Paulo José Frischknecht	sad	19.05.74	25 Algés
09:38.9	António Botelho de Melo	gdml	10.08.74	50 Lisboa – Olivais
09:37.6	Eduardo Torres Pinto	fcp	28.12.74	25 Porto - Antas
09:27.8	Orlando Almeida Dias	sad	19.01.75	25 Algés
09:09.3	Paulo José Frischknecht	sad	01.02.75	25 Algés
09:04.6	Paulo José Frischknecht	sad	08.03.75	25 Algés
09:04.1	Paulo José Frischknecht	sad	30.03.75	25 Porto – Fluvial
09:02.6	Paulo José Frischknecht	fcp	07.02.76	25 Porto - Antas
08:57.3	António Botelho de Melo	cac	04.04.76	25 Coimbra – Municipal
08:57.2	Paulo José Frischknecht	fcp	17.04.76	25 Porto - Antas
08:54.54	José Baltar Leite	fpn	19.08.77	50 Jönköping
08:47.9	José Baltar Leite	cfp	29.01.78	25 Porto – Fluvial
08:43.51	José Baltar Leite	fpn	18.03.78	25 Atenas
08:42.1	Rui Pinto Abreu	cac	08.04.78	25 Coimbra – Municipal
08:39.66	José Baltar Leite	cfp	25.04.78	25 Porto - Antas
08:36.9	José Baltar Leite	cfp	18.03.79	25 Porto – Fluvial
08:36.73	José Baltar Leite	fpn	28.04.79	25 Porto – Fluvial
08:28.5	José Baltar Leite	cfp	19.12.79	25 Aveiro
08:24.15	José Baltar Leite	fpn	08.02.80	25 Paris
08:20.1	Rui Paulo Borges	fcp	31.03.85	25 Algés
08:13.52	Artur Manuel Costa	fpn	10.12.89	25 Sabadell
08:10.61	Artur Manuel Costa	scp	01.03.92	25 Algés
08:10.12	Ricardo Dias Pereira	fpn	12.12.99	Jamor
08:09.61	Egas Sousa Bastos	adf	25.11.01	Paços de Ferreira
08:05.40	Egas Sousa Bastos	adf	06.04.02	Xove
08:00.54	Fernando Eurico Costa	fpn	10.12.05	Trieste
08:00.12	Fernando Eurico Costa	fpn	09.12.06	Helsínquia
07:59.51	Paulo Fragueiro Franco	cdn	06.12.09	Leiria
07:56.89	Pedro Miguel Pinotes	scp	21.12.13	Felgueiras
07:55.24	Pedro Miguel Pinotes	scp	19.12.14	Porto - Fluvial

07:49.89 Rafael Lourenço Gil sfuap 11.12.15 Porto – Fluvial

#1000 LIVRES

Antiga categoria Júnior - § (1946) # (1953)

15:21.2 Jeremias Ponte Simão gdep 13.09.46 33 Granja
14:08.4 Fernando Esteves Madeira sad 04.08.50 33 Algés

Sénior - § (1946) # (1953)

15:18.2 João Pereira Bastos sad 13.07.47 33 Algés
15:11.3 José da Silva gdep 09.08.47 50 Espinho
14:57.3 José da Silva gdep 30.08.47 33 Algés
14:34.5 Joaquim Batista Pereira asc 28.08.48 33 Palma de Maiorca
14:22.4 Fernando Esteves Madeira sad 26.08.50 33 Coimbra – Municipal
14:03.0 Fernando Esteves Madeira sad 14.10.51 33 Algés

Absoluto - § (1946) # (1953)

15:21.2 Jeremias Ponte Simão gdep 13.09.46 33 Granja
15:18.2 João Pereira Bastos sad 13.07.47 33 Algés
15:11.3 José da Silva gdep 09.08.47 50 Espinho
14:57.3 José da Silva gdep 30.08.47 33 Algés
14:34.5 Joaquim Batista Pereira asc 28.08.48 33 Palma de Maiorca
14:08.4 Fernando Esteves Madeira sad 04.08.50 33 Algés
14:03.0 Fernando Esteves Madeira sad 14.10.51 33 Algés

1500 LIVRES

Infantil - # (30.09.96)

17:40.4 Rui Paulo Borges fcp 16.03.80 25 Porto – Fluvial
17:24.1 Rui Paulo Borges fcp 13.04.80 25 Porto - Antas
17:20.1 Rui Paulo Borges fcp 13.07.80 25 Porto - Antas

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

17:13.96 Pedro Fontoura Oliveira cfb 06.04.03 Santarém

Infantil B - § (01.10.04)

17:11.29 André Vilas Ruivo dnmg 03.03.13 Leiria

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

16:37.6 tempo limite
16:33.06 Pedro Fontoura Oliveira cfb 04.04.04 Setúbal
16:31.35 Pedro Fontoura Oliveira cfb 26.06.04 Reboleira

Infantil A - § (01.10.04)

16:19.89 André Vilas Ruivo dnmg 16.03.14 Leiria
16:13.14 André Vilas Ruivo dnmg 30.03.14 Campo Maior

Juvenil - § (23.01.1971) # (30.09.96)

22:03.9 João Pinto Angelo aac 30.07.71 25 Coimbra – Municipal
21:11.3 Horácio Correia Oliveira cfp 20.08.71 50 Lisboa – Olivais
21:07.2 José Guilherme Loureiro cdna 18.07.72 50 Luanda
20:13.1 Henrique Carvalho Vicensio ind 24.07.72 50 Lisboa – Olivais
19:49.5 Henrique Carvalho Vicensio ind 14.08.72 50 Coimbra
19:48.4 Henrique Carvalho Vicensio ind 20.08.72 50 Évora
19:36.1 António Botelho de Melo gdlim 24.03.73 25 CFM
19:28.1 Orlando Almeida Dias anl 24.03.73 25 Coimbra – Municipal
19:25.4 António Botelho de Melo gdlim 12.04.73 50 Luanda
18:37.3 Orlando Almeida Dias sad 08.07.73 25 Algés
18:31.6 António Botelho de Melo gdlim 18.08.73 50 Coimbra
18:21.2 Paulo José Frischknecht sad 19.05.74 25 Algés
18:19.9 António Botelho de Melo gdlim 10.08.74 50 Lisboa – Olivais
18:11.7 Paulo José Frischknecht anl 16.08.74 50 Lisboa – Olivais
17:25.4 Paulo José Frischknecht sad 01.02.75 25 Algés
17:10.1 Rui Paulo Borges fcp 29.11.80 25 Porto - Antas
16:48.7 Rui Paulo Borges fcp 18.01.81 25 Porto - Antas
16:40.2 Rui Paulo Borges fcp 14.03.81 25 Porto - Antas
16:37.6 Rui Paulo Borges fcp 12.04.81 25 Porto - Antas
16:20.50 Tiago Azevedo Lousada fcp 18.03.95 25 Algés

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

16:18.54 Luís Miguel Monteiro annp 15.02.98 25 Gijón

16:09.71 Luís Miguel Monteiro fcp 01.03.98 25 Lousada

Juvenil B - § (01.10.04)

16:09.71 Luís Miguel Monteiro fcp 01.03.98 25 Lousada

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

16:16.7 tempo limite
16:08.70 João Antunes Coelho scb 01.03.98 25 Lousada
16:07.28 Pedro Diogo Oliveira cnrm 05.03.04 Tomar

Juvenil A - § (01.10.04)

15:52.10 Rui Filipe Costa vsc 09.12.06 Recarei
15:36.31 Rui Filipe Costa vsc 04.03.07 Braga

Júnior B - § (01.10.13)

15:05.57 Gustavo Manuel Santa cnla 06.12.09 Leiria

Júnior - # (30.09.13)

21:17.2 Júlio Pais Ribeiro gdlim 23.04.67 25 AVCM
21:07.0 Júlio Pais Ribeiro gdlim 03.09.67 50 Beja
20:25.6 João Repas Gonçalves sad 10.10.67 33 Algés
20:25.1 Carlos Porto Ambrósio sad 14.07.71 25 Coimbra – Municipal
20:21.3 Carlos Porto Ambrósio sad 20.08.71 50 Lisboa – Olivais
20:09.2 Carlos Porto Ambrósio sad 24.07.72 50 Lisboa – Olivais
19:40.9 Carlos Porto Ambrósio sad 14.08.72 50 Coimbra
19:39.6 Carlos Porto Ambrósio sad 20.08.72 50 Évora
18:45.2 António Paulo Vasconcelos cnlu 18.08.73 50 Coimbra
18:29.9 José Guilherme Loureiro cdna 11.03.74 50 Luanda
18:07.5 Eduardo Torres Pinto fcp 28.12.74 25 Porto - Antas
18:05.3 Orlando Almeida Dias sad 01.02.75 25 Algés
17:45.8 Orlando Almeida Dias sad 25.05.75 25 Algés
17:39.9* António Botelho de Melo fpn 10.08.75 50 Genebra

(homologado tempo em décimas; tempo oficial - 17:39.95)

17:34.8 António Botelho de Melo cac 22.08.75 50 Coimbra
17:15.0 Paulo José Frischknecht fcp 03.01.76 25 Porto - Antas
16:57.4 António Botelho de Melo cac 20.06.76 25 Coimbra – Municipal
16:38.7 José Dias Tomé fpn 29.04.78 25 Lisboa – Areiro
16:35.8 José Dias Tomé sad 26.06.79 25 Algés
16:22.6 José Dias Tomé fpn 19.04.80 25 Nápoles
16:16.7 Rui Paulo Borges fcp 29.01.83 25 Algés
16:07.4 Rui Paulo Borges fcp 14.01.84 25 Porto - Antas
15:54.7 Artur Manuel Costa scp 07.03.87 25 Algés
15:53.21 Artur Manuel Costa fpn 22.08.87 50 Strasburgo
15:44.49 João Antunes Coelho scb 21.02.99 Braga
15:36.35 João Antunes Coelho scb 10.06.99 Braga
15:28.27 Egas Sousa Bastos adf 01.05.01 Fafe
15:05.57 Gustavo Manuel Santa cnla 06.12.09 Leiria

Júnior A - § (01.10.13)

15:28.27 Egas Sousa Bastos adf 01.05.01 Fafe
15:25.53 Rafael Lourenço Gil anam 20.12.13 Felgueiras
15:09.03 João Alexandre Vital fpn 07.11.15 Vila Real Stº António

Principiante - § (1937) # (31.12.54)

28:50.3/5 Manuel Teixeira spcc 01.10.40 33 Coimbra – Fluvial
27:50.4 Celestino Soares aac 02.10.41 33 Coimbra – Fluvial
24:28.6 Francisco Ribeiro Salgado gdep 05.08.43 33 Alhandra

Antiga categoria Júnior - § (1937) # (31.12.61)

26:10.0 Jofre de Carvalho asc 08.08.37 33 Algés
24:47.1/5 Jofre de Carvalho asc 21.08.37 25 Covilhã
23:21.1/5 Joaquim Batista Pereira asc 29.05.38 33 Algés
23:11.3/5 Joaquim Batista Pereira asc 10.07.38 33 Algés
21:27.0 Fernando Esteves Madeira sad 20.08.50 33 Alhandra
21:22.5 Avelino Santos Pereira fpn 27.08.58 33 Figueira da Foz
20:28.3 Luís Vaz Jorge fpn 18.08.59 25 Bilbao
19:55.9 Eduardo José de Sousa fpn 18.08.59 25 Bilbao
19:55.0 António Bessone Basto sad 27.08.61 33 Algés
19:19.5 António Bessone Basto sad 03.09.61 33 Algés

Sénior - § (1937)

21:58.6 Joaquim Batista Pereira asc 23.08.41 33 Coimbra – Fluvial
21:25.0 Joaquim Batista Pereira asc 09.09.45 33 Coimbra – Fluvial
21:13.6 Fernando Esteves Madeira sad 12.08.51 33 Alhandra

20:49.3	Fernando Esteves Madeira	sad	13.09.53	33 Figueira da Foz
20:35.6	Fernando Esteves Madeira	sad	01.08.54	33 Alhandra
20:25.5	Fernando Esteves Madeira	sad	22.08.54	33 Figueira da Foz
20:25.3	Avelino Santos Pereira	sad	02.08.59	33 Algés
19:16.4	Eduardo José de Sousa	sad	15.06.60	33 Algés
19:10.8	Eduardo José de Sousa	sad	21.07.60	33 Algés
18:54.3	Eduardo José de Sousa	fpn	06.08.60	33 Figueira da Foz
18:36.5	Eduardo José de Sousa	sad	24.07.61	33 Algés
17:41.9	José Baltar Leite	cfp	24.05.75	25 Porto - Antas
17:06.4	José Baltar Leite	cfp	13.07.75	25 Porto - Fluvial
17:04.4	José Baltar Leite	fpn	12.06.76	25 Porto - Fluvial
16:53.9	António Botelho de Melo	cac	10.06.77	25 Coimbra - Municipal
16:49.5	António Botelho de Melo	cac	15.07.77	25 Coimbra - Municipal
16:41.54	José Baltar Leite	fpn	19.08.77	50 Jönköping
16:38.0	José Baltar Leite	cfp	29.01.78	25 Porto - Fluvial
16:27.92	José Baltar Leite	fpn	18.03.78	25 Atenas
16:27.8	José Baltar Leite	cfp	12.07.78	25 Porto - Fluvial
16:26.96	José Baltar Leite	fpn	24.08.78	50 Berlim Ocidental
16:21.53	José Baltar Leite	fpn	24.03.79	25 Atenas
16:20.95	José Baltar Leite	fpn	08.04.79	50 Rio de Janeiro
16:12.27	José Baltar Leite	fpn	28.04.79	25 Porto - Fluvial
15:52.9	José Baltar Leite	cfp	19.12.79	25 Aveiro
15:51.44	José Baltar Leite	fpn	08.02.80	25 Paris
15:40.5	Rui Paulo Borges	fcg	31.03.85	25 Algés
15:30.75	Artur Manuel Costa	fpn	10.12.89	25 Sabadell
15:21.33	Artur Manuel Costa	scg	01.03.92	25 Algés
15:17.17	Egas Sousa Bastos	adf	06.04.02	Xove
15:13.44	Fernando Eurico Costa	lsc	20.12.04	Cantanhede
15:04.78	Fernando Eurico Costa	fpn	10.12.05	Trieste
15:00.65	Rafael Lourenço Gil	sfuap	13.12.15	Porto - Fluvial

Absoluto - § (1930)

25:36.2/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	05.10.30	33 Algés
25:35.0	Alberto Azinhais dos Santos	sad	19.10.30	33 Algés
24:46.0	Alberto Azinhais dos Santos	sad	16.08.31	33 Algés
24:43.0	Alberto Azinhais dos Santos	sad	05.10.31	33 Algés
24:31.4/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	03.07.32	33 Algés
23:54.0	Alberto Azinhais dos Santos	sad	08.11.32	25 CN Barcelona
23:39.3/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	09.09.33	33 Algés
22:11.1/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	12.07.36	33 Algés
21:58.6	Joaquim Batista Pereira	asc	23.08.41	33 Coimbra - Fluvial
21:25.0	Joaquim Batista Pereira	asc	09.09.45	33 Coimbra - Fluvial
21:13.6	Fernando Esteves Madeira	sad	12.08.51	33 Alhandra
20:49.3	Fernando Esteves Madeira	sad	13.09.53	33 Figueira da Foz
20:35.6	Fernando Esteves Madeira	sad	01.08.54	33 Alhandra
20:25.5	Fernando Esteves Madeira	sad	22.08.54	33 Figueira da Foz
20:24.9	Avelino Santos Pereira	sad	02.08.58	33 Algés
19:55.9	Eduardo José de Sousa	fpn	18.08.59	25 Bilbau
19:16.4	Eduardo José de Sousa	sad	15.06.60	33 Algés
19:10.8	Eduardo José de Sousa	sad	21.07.60	33 Algés
18:54.3	Eduardo José de Sousa	fpn	06.08.60	33 Figueira da Foz
18:36.5	Eduardo José de Sousa	sad	24.07.61	33 Algés
18:31.6	António Botelho de Melo	gdlim	18.08.73	50 Coimbra
18:29.9	José Guilherme Loureiro	cdna	11.03.74	50 Luanda
18:21.2	Paulo José Frischknecht	sad	19.05.74	25 Algés
18:19.9	António Botelho de Melo	gdlim	10.08.74	50 Lisboa - Olivais
18:11.7	Paulo José Frischknecht	anl	16.08.74	50 Lisboa - Olivais
18:07.5	Eduardo Torres Pinto	fcg	28.12.74	25 Porto - Antas
17:25.4	Paulo José Frischknecht	sad	01.02.75	25 Algés
17:06.4	José Baltar Leite	cfp	13.07.75	25 Porto - Fluvial
17:04.4	José Baltar Leite	fpn	12.06.76	25 Porto - Fluvial
16:57.4	António Botelho de Melo	cac	20.06.76	25 Coimbra - Municipal
16:53.9	António Botelho de Melo	cac	10.06.77	25 Coimbra - Municipal
16:49.5	António Botelho de Melo	cac	15.07.77	25 Coimbra - Municipal
16:41.54	José Baltar Leite	fpn	19.08.77	50 Jönköping
16:38.0	José Baltar Leite	cfp	29.01.78	25 Porto - Fluvial
16:27.92	José Baltar Leite	fpn	18.03.78	25 Atenas
16:27.8	José Baltar Leite	cfp	12.07.78	25 Porto - Fluvial
16:26.96	José Baltar Leite	fpn	24.08.78	50 Berlim Ocidental
16:21.53	José Baltar Leite	fpn	24.03.79	25 Atenas
16:20.95	José Baltar Leite	fpn	08.04.79	50 Rio de Janeiro
16:12.27	José Baltar Leite	fpn	28.04.79	25 Porto - Fluvial

15:52.9	José Baltar Leite	cfp	19.12.79	25 Aveiro
15:51.44	José Baltar Leite	fpn	08.02.80	25 Paris
15:40.5	Rui Paulo Borges	fcg	31.03.85	25 Algés
15:30.75	Artur Manuel Costa	fpn	10.12.89	25 Sabadell
15:21.33	Artur Manuel Costa	scg	01.03.92	25 Algés
15:17.17	Egas Sousa Bastos	adf	06.04.02	Xove
15:13.44	Fernando Eurico Costa	lsc	20.12.04	Cantanhede
15:04.78	Fernando Eurico Costa	fpn	10.12.05	Trieste
15:00.65	Rafael Lourenço Gil	sfuap	13.12.15	Porto - Fluvial

4X50 LIVRES

Júnior - clubes - § (01.10.04)

1:38.10	tempo limite			
1:35.76	Paulo Jorge Santos, Francisco Nunes Quintal, Tiago Marques Costa, Daniel Filipe Pinto	fcg	24.11.06	Felgueiras

Júnior - seleções - § (01.10.04)

sem tempo limite

Sénior - clubes - § (01.10.04)

1:31.40	tempo limite			
1:31.35	Luís Miguel Monteiro, Bruno Emanuel Graça, João Filipe Carvalho, Paulo Jorge Santos	fcg	23.11.07	Felgueiras
1:30.73	Luís Miguel Monteiro, Bruno Emanuel Graça, João Filipe Carvalho, Paulo Jorge Santos	fcg	14.12.07	Óbidos
1:29.97	Rui Filipe Vilar, Carlos Filipe Santos, João Filipe Carvalho, Paulo Jorge Santos	fcg	04.12.09	Leiria

Sénior - seleções - § (01.10.04)

1:28.66	Tiago André Venâncio, Alexandre Escudier Agostinho, Diogo Filipe Carvalho, Duarte Rafael Mourão	fpn	11.12.11	Szczecin
---------	---	-----	----------	----------

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

1:48.0	tempo limite			
1:44.0	Fernando Neves Teixeira, João Pires da Silva, Paulo Gomes Azevedo, Paulo José Frischknecht	sad	17.01.81	25 Porto - Antas
1:43.7	Paulo José Frischknecht, João Mendes Santos, Alexandre Felske Yokochi, Henrique Oliveira Villaret	slb	13.11.83	25 Lisboa - Luz
1:41.3	Sérgio Alexandre Esteves, Rui Paulo Borges, Paulo Manuel Trindade, José Pedro Viana	fcg	31.01.87	25 Porto - Antas
1:40.53	Paulo Manuel Trindade, Rui Paulo Borges, José Carlos Meinedo, Sérgio Alexandre Esteves	fcg	14.03.87	50 Lisboa - Olivais
1:37.59	Paulo Manuel Trindade, Mabilio António Albuquerque, José Carlos Campelo, Sérgio Alexandre Esteves	fcg	05.03.88	50 Lisboa - Olivais
1:37.51	Paulo Manuel Trindade, Mabilio António Albuquerque, José Carlos Campelo, Sérgio Alexandre Esteves	fcg	16.04.88	50 Luxemburgo
1:36.07	Sérgio Alexandre Esteves, Rui Paulo Borges, António Luís Portela, Miguel Cabral Machado	fcg	12.12.93	25 Porto - Antas
1:33.46	Nuno Filipe Laurentino, Tiago Azevedo Laranjo, Ricardo Conceição Pedrosa, Duarte Bruno Mendonça	sad	25.03.00	25 Mealhada
1:31.40	Pedro Nuno Silva, Nuno Filipe Laurentino, Tiago Azevedo Laranjo, Duarte Bruno Mendonça	sad	24.11.00	25 Guarda
1:31.35	Paulo Jorge Santos, João Filipe Carvalho, Bruno Emanuel Graça, Luís Miguel Monteiro	fcg	23.11.07	25 Felgueiras
1:30.73	Paulo Jorge Santos, João Filipe Carvalho, Bruno Emanuel Graça, Luís Miguel Monteiro	fcg	14.12.07	25 Óbidos
1:29.97	Paulo Jorge Santos, João Filipe Carvalho, Carlos Filipe Santos, Rui Filipe Vilar	fcg	04.12.09	25 Leiria

Absoluto - seleções - § (01.10.04)

1:29.71	tempo limite			
1:28.66	Tiago André Venâncio, Alexandre Escudier Agostinho, Diogo Filipe Carvalho, Duarte Rafael Mourão	fpn	11.12.11	Szczecin

#5x50 LIVRES

Iniciado - # (1953)

3:00.0	Raul Henriques Martins, Luiz Elmano Barroco, Fernando Furtado de Castro, Celestino Domingues Garcia, António Manuel Murta	sad	28.09.51	25 Pedrouços
2:58.5	Raul Henriques Martins, Luiz Elmano Barroco, Fernando Furtado de Castro, Celestino Domingues Garcia, António Manuel Murta	sad	02.10.51	25 Pedrouços
2:56.4	Raul Henriques Martins, Luiz Elmano Barroco, Fernando Furtado de Castro, Celestino Domingues Garcia, António Manuel Murta	sad	06.10.51	25 Pedrouços
2:54.2	Sérgio Sarabando Martins, António Mariz Sarmento, Luís Vasco Lorena, António Gonçalves Pereira, Fernando Furtado de Castro	sad	14.06.52	25 Pedrouços

Principiante - # (1953)

2:55.8	Carlos Matias, Abílio Brito Canhão, António Macedo Nunes, Mário Prego, Henrique Santos	sad	11.09.41	25 Algés
2:54.8	Manuel Murta Barbeiro, Victor Passos Almeida, Vasco Dias Pereira, João Manuel Oliveira, Agostinho Janeiro	sad	21.09.50	25 Pedrouços
2:48.2	Ezequiel Gameiro das Neves, João Rocha Calixto, Manuel Murta Barbeiro, Victor Passos Almeida, João Manuel Oliveira	sad	21.10.50	25 Pedrouços
2:46.2	Agostinho Janeiro, Fernando Rodrigues Trovão, João Manuel Oliveira, Victor Passos Almeida, Manuel Murta Barbeiro	sad	06.10.51	25 Pedrouços

Antiga categoria Júnior - # (1953)

2:40.3	Fernão Ornelas Cisneiros, Victor Manuel Lopes, Alvaro Parracho, Jeremias da Ponte Simão, Eduardo Câmara e Sousa	gdep	14.09.46	50 Espinho
2:36.4	Eduardo Murta Barbeiro, Dino Augsuto Mendonça, Manuel Silva Rodrigues, Eurico Rocha Surgey, Eurico Mendonça Perdigão	sad	21.09.50	25 Pedrouços

Absoluto - # (1953)

2:45.2	Alberto Azinhais dos Santos, Armando Moitinho de Almeida, Fernando Cabral Sacadura, Joaquim Mayer, Hermano Patrone	sad	10.11.32	25 CN Barcelona
2:27.1	Alberto Azinhais dos Santos, Francisco Ferreira Alves, Afonso Gonçalves, Manuel Vasco Carrelhas, Mário Alua Simas	sad	09.09.41	25 Algés
2:27.0	Fernando Esteves Madeira, José Inácio Borja, Eduardo Murta Barbeiro, João Franco do Vale, Guilherme José Patrone	sad	01.08.49	25 Sevilha

4X100 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

5:14.0	Luís Borges Freitas, Carlos Correia da Silva, Jaime Sequeira Lourenço, Vítor Costa Marques, André Filipe Fonseca, Paulo Sousa Torres, Paulo Cruz Pinheiro, Fernando Cobian Silva	sfuap	07.07.73	25 SFUAP
4:50.6	Paulo Cruz Pinheiro, José Carlos Mota, Paulo Sousa Torres, José Carneiro Pinto	fcp	31.07.73	25 Porto – Fluvial
4:47.9	Paulo Cruz Pinheiro, José Carlos Mota, Paulo Sousa Torres, José Carneiro Pinto	fcp	29.03.75	25 Porto – Fluvial
4:45.6	José Carneiro Pinto, Paulo Sousa Torres, Paulo Cruz Pinheiro, José Carlos Mota	fcp	20.07.75	25 Porto – Fluvial
4:40.4	José Carlos Mota, Paulo Sousa Torres, Paulo Cruz Pinheiro, Vasco Castro Sousa	fcp	24.08.75	50 Coimbra
4:37.5	João Paulo Torres Pinto, José Carlos Mota, Nuno António Lobo, Rogério Nascimento Silva	fcp	16.04.76	25 Porto - Antas
4:36.9	João Paulo Torres Pinto, José Carlos Mota, Nuno António Lobo, Rogério Nascimento Silva	fcp	15.08.76	50Lisboa – Olivais
4:29.7	Paulo Manuel Trindade, José Pedro Soares, Paulo Araújo Almeida, Rui Paulo Borges	fcp	16.03.80	25 Porto – Fluvial
4:27.3	Rui Paulo Borges, Paulo Manuel Trindade, Paulo Araújo Almeida, José Pedro Soares	anp	22.06.80	25 Porto - Antas
4:22.5	Rui Paulo Borges, Paulo Araújo Almeida, Paulo Manuel Trindade, José Pedro Soares	fcp	03.08.80	50 Lisboa – Olivais
4:21.74	António Manuel Cortesão, Hélder Graça Santos,			

4:18.9	Pedro Jorge Gonçalves, Ricardo Jorge Neves, José Silva Miranda, Rodolfo Pereira Nunes, Jorge Carvalho Paiva, Alexandre Cardoso Fortunato	fpn	07.04.85	50 Lisboa – Olivais
4:16.9	José Silva Miranda, Jorge Carvalho Paiva, Rodolfo Pereira Nunes, Alexandre Cardoso Fortunato	cfp	25.01.86	25 CDUP
4:14.2	José Silva Miranda, Rodolfo Pereira Nunes, Jorge Carvalho Paiva, Alexandre Cardoso Fortunato	cfp	22.02.86	25 Matosinhos
4:12.89	Rui Ramos Martins, José Alexandre Guerra, Sérgio Filipe Souto, José Silva Miranda	cfp	22.03.86	25 Lisboa – Areeiro
4:12.4	José Silva Miranda, Alexandre Cardoso Fortunato, Jorge Carvalho Paiva, Rodolfo Pereira Nunes	fnp	06.04.86	50 Zúrique
4:11.22	André Filipe Sequeira, Ricardo Jorge Coxo, Eduardo Barata Correia, Paulo Fernando Pedro	cfp	12.08.86	50 Coimbra
		sfuap	01.04.95	25 Felgueiras
Grupo 4 - § (01.10.96) # (31.05.98)				
4:11.22	André Filipe Sequeira, Ricardo Jorge Coxo, Eduardo Barata Correia, Paulo Fernando Pedro	sfuap	01.04.95	25 Felgueiras

Grupo 4 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:07.42	tempo limite			
Infantil B - clubes - § (01.10.04)				
4:06.07	Miguel Ângelo Alves, Sérgio Fernando Silva, Gonçalo Filipe Lopes, Rafael Filipe Nunes	anam	20.06.09	Reboleira
4:05.64	Ricardo Miguel Alves, António Miguel Vitorino, Tiago João Meira, Miguel Prata Santos	vnc	11.07.09	Barcelos
4:05.06	Miguel Ângelo Santos, Hugo Gabriel Morais, Daniel Pereira Silva, João Pereira Tinoco	gdnfama	28.06.13	Vila Praia Ancora

Grupo 4 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:48.93	tempo limite			
3:59.30	Diogo Matos Ribeiro, José Diogo Dias, Gonçalo Brites Moita, Dinis Miranda Diogo	anc	25.06.17	Coimbra (Rui Abreu)

Grupo 3 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:04.18	Ivo Ricardo Seco, Pedro Pinto de Almeida, João Carlos Monteiro, Luís Miguel Monteiro	fcp	22.02.97	25 Guimarães
3:59.88	Ivo Ricardo Seco, Pedro Pinto de Almeida, João Carlos Monteiro, Luís Miguel Monteiro	fcp	15.03.97	25 Alcobça
3:56.35	David Miguel Ferro, Bruno Miguel Ramos, Filipe Severino Gomes, Pedro Miguel Martins	sfuap	14.03.98	25 Algés

Grupo 3 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

3:55.68	Jorge Manuel Maia, Paulo Ricardo Araújo, João Miguel Ferreira, Nuno José Simões	gdnfama	05.04.03	Mealhada
3:55.07	Pedro Fontoura Oliveira, Diogo Miguel Aguiar, Diogo Gonçalo Calado, Francisco Filipe Silvério	cfb	03.04.04	Setúbal

Infantil A - clubes - § (01.10.04)

3:54.59	João Afonso Vargas, Alexandre Santos Gomes, João Costa Freitas, Pedro André Cotrim	cnf	23.06.07	Funchal – Penteada
3:54.25	Ricardo Miguel Alves, Tiago João Meira, António Miguel Vitorino, Miguel Prata Santos	vnc	03.07.10	Ponte da Barca
3:52.74	Pedro Manuel Real, Francisco Carvalho Machado, Miguel Reis Santos, Hugo Pon	sad	30.06.12	Algés
3:50.01	José Pedro Freitas, Hugo Gabriel Morais, Miguel Ângelo Santos, João Pereira Tinoco	gdnfama	08.03.14	Paços de Ferreira
3:48.35	José Pedro Freitas, Miguel Ângelo Santos, João Pereira Tinoco, Hugo Gabriel Morais	gdnfama	29.03.14	Cantanhede

Grupo 3 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

Infantil A - seleções - § (01.10.04)				
4:00.66	tempo limite			
4:00.03	Jorge Miguel Telo, Duarte Brites Policarpo, Diogo António Lopes, Fábio Miguel Samouco	ands	04.04.09	Abrantes
3:56.39	Tiago Manuel Teixeira, Bruno Ferreira da Silva, Bruno Campos Neto, João José Vilela	annp	10.04.10	Abrantes
3:56.04	Francisco Xavier Gonçalves, Alexandro Malva Portasio, André Miguel Silva, Gabriel José Lopes	anc	27.11.10	Coimbra – S. Martinho
3:51.92	Gabriel José Lopes, Alexandro Malva Portasio, Francisco Xavier Gonçalves, André Miguel Silva	anc	09.04.11	Abrantes
3:50.24	Francisco Carvalho Machado, João Alexandre Vital, Steve Alexandre Soares, Guilherme Assis Ramos	anl	14.04.12	Abrantes

Infantil - clubes - § (1.10.13)

3:50.01	José Pedro Freitas, Hugo Gabriel Morais, Miguel Ângelo Santos, João Pereira Tinoco	gdnfama	08.03.14	Paços de Ferreira
3:48.35	José Pedro Freitas, Miguel Ângelo Santos, João Pereira Tinoco, Hugo Gabriel Morais	gdnfama	29.03.14	Cantanhede

Iniciado - § (17.07.44) # (31.12.61)

5:30.4	Guilherme José Patrone, Amílcar Nabaes da Cruz, Armando Ferreira Rodrigues, José Duarte Laranjo	sad	13.08.44	33 Algés
5:18.4	Amílcar Nabaes da Cruz, Guilherme José Patrone, Alfredo Fernando Rodrigues, Jaime Ferreira Moniz,	sad	01.10.44	33 Algés
5:09.8	Dino Augusto Mendonça, Eduardo Silva Cordeiro	sad	29.09.46	33 Algés
5:04.4	Fernando Esteves Madeira, Eurico Mendonça Perdigão, José Inácio Borja, Eduardo Murta Barbeiro	sad	05.09.47	33 Algés
5:04.3	Avelino Santos Pereira, Manuel Gomes Araújo, José Manuel Fonseca, Artur Alves Gil	sad	19.06.57	Algés
4:58.4	Avelino Santos Pereira, José Emílio Loureiro, José Manuel Fonseca, Artur Alves Gil	sad	07.08.57	Algés
4:51.5	José Emílio Loureiro, Eduardo José de Sousa, Herlander Felga Ribeiro, Artur Alves Gil	sad	10.07.58	33 Algés
4:46.2	Luís Vaz Jorge, José Emílio Loureiro, Herlander Felga Ribeiro, Artur Alves Gil	sad	20.07.58	33 Alhandra
4:40.1	Luís Vaz Jorge, Eduardo José de Sousa, Herlander Felga Ribeiro, Artur Alves Gil	sad	24.08.58	33 Aveiro SCBM
4:39.9	Vítor Manuel Fonseca, Nelson Conceição Fernandes, Luís Vidigal Salgueiro, António Bessone Basto	sad	09.10.60	33 Algés

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

4:36.7	João Repas Gonçalves, Mário Brito Simões, João Paulo Castro, Jorge Adelino Soares	sad	20.09.64	33 Algés
--------	---	-----	----------	----------

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

4:33.1	José Gomes Pereira, José Luís Almeida, Carlos Porto Ambrósio, Luís Bleck Silva	sad	10.10.70	33 Algés
4:32.0	José Guedes Neves, António Martins Fangueiro, Pedro Ferreira da Silva, Eduardo Torres Pinto	fcp	22.07.72	25 Porto - Antas
4:30.6	Rolando Manuel Freitas, Pedro Ferreira da Silva, José Carlos Costa, Eduardo Torres Pinto	fcp	21.07.73	25 Porto - Fluvial
4:29.8	Rui Pinto Abreu, Jorge Manuel Serra, Sixto Raul Ferreira, Aires Manuel Rodrigues	cfmo	23.02.74	25 CFM
4:29.6	José Luís Antunes, Orlando Almeida Dias, Jaime Sarabando Fidalgo, Paulo José Frischknecht	sad	23.02.74	25 Algés
4:25.0	José Luís Antunes, Jaime Sarabando Fidalgo, Orlando Almeida Dias, Paulo José Frischknecht	sad	24.03.74	25 Algés
4:24.6	Orlando Almeida Dias, José Luís Antunes, Jaime Sarabando Fidalgo, Paulo José Frischknecht	sad	09.08.74	50 Lisboa - Olivais
4:16.8	Paulo José Frischknecht, João Manuel Rodrigues, Jaime Carlos Bento, Carlos Estevão Modesto	sad	16.02.75	25 Algés
4:16.7	Carlos Estevão Modesto, Carlos Alberto Serra, Mário Nuno Soares, Amílcar José Naldo	sad	10.06.76	25 Algés
4:15.60	Jacob Carlos Frischknecht, Paulo Gomes Azevedo, Mário Nuno Soares, José Dias Tomé	sad	08.04.77	25 Viseu - Municipal
4:06.93	Rogério Nascimento Silva, Jorge Torres Mano, João Paulo Torres Pinto, Vasco Castro Sousa	fcp	24.04.78	25 Porto - Antas
4:06.7	José Carlos Moreira, Rui Paulo Borges, Paulo Manuel Trindade, Cláudio Oliveira Ribeiro	fcp	09.08.81	50 Coimbra
4:03.3	Filipe Jorge Gomes, Pedro Alves Saraiva, Paulo Manuel Trindade, Mário Sajara Madeira	fpn	04.07.82	25 Coimbra - Municipal
4:03.1	José Alexandre Silva, Celso Oliveira Ribeiro, Mafílio António Albuquerque, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	27.03.83	25 Fafe
4:00.2	Mafílio António Albuquerque, José Alexandre Silva, Celso Oliveira Ribeiro, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	17.07.83	25 Porto - Antas
3:54.85	José Silva Miranda, Leandro Filipe Sousa, Jorge Carvalho Paiva, Rodolfo Pereira Nunes	cfp	28.03.87	25 Algés
3:51.84	José Silva Miranda, Alexandre Cardoso Fortunato, Nuno Miguel Recarei, Jorge Carvalho Paiva	cfp	25.03.88	25 Porto - Antas
3:51.3	Nuno Vicente Moreira, Ricardo Nuno Abrantes, André Maia Vicente, Gustavo André Reis	scp	14.02.92	25 Algés
3:50.95	Ricardo Nuno Abrantes, Nuno Vicente Moreira, André Maia Vicente, Gustavo André Reis	scp	01.03.92	25 Algés
3:48.34	João Pedro Coias, Ricardo Conceição Pedroso, Ricardo Nuno Abrantes, Abel Pedro Martins	anl	09.05.92	25 Algés

3:45.43	Tiago Azevedo Lousada, Ricardo Luís Silva, Bruno André Laranjeira, Francisco Coelho Antunes	fpn	11.07.95	25 Bath
---------	---	-----	----------	---------

Grupo 2 - § (01.10.96) # 31.05.98

3:45.43	Tiago Azevedo Lousada, Ricardo Luís Silva, Bruno André Laranjeira, Francisco Coelho Antunes	fpn	11.07.95	25 Bath
---------	---	-----	----------	---------

Grupo 2 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

3:47.20	tempo limite			
3:46.15	David Miguel Ferro, Bruno Miguel Ramos, Pedro Miguel Martins, Filipe Severino Gomes	sfuap	20.03.99	Penafiel

Juvenil B - clubes - § (01.10.04)

3:43.53	João Miguel Ascensão, Eduardo Salgado Ramos, Jorge Miguel Nunes, Rúben Oliveira Lopes	fcp	04.03.12	Braga
3:42.92	José Pedro Freitas, Hugo Gabriel Morais, Miguel Ângelo Santos, João Pereira Tinoco	gdnfama	13.12.14	Estarreja

Grupo 2 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)**Juvenil B seleções - § (01.10.04)**

3:45.43	tempo limite			
---------	--------------	--	--	--

Grupo 1 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:02.78	Gil Maia Santos, Mário Jorge Sousa, Henrique Manuel Silva, João Feliciano Silva	cna	01.11.96	25 Lisboa - Areiro
3:53.76	Luís Filipe Castro, Bruno Santos Maia, José Pedro Neves, Daniel Almeida Marinho	cfv	08.02.97	25 Fafe
3:51.03	Hugo José Amorim, José Miguel Figueiredo, Pedro Miguel Xavier, Ricardo Pinto Almeida	cfp	01.03.97	25 Penafiel
3:46.79	António Rui Barbosa, Miguel Ramos Coelho, Eduardo Jorge Freitas, Bruno Emanuel Graça	fcp	07.02.98	25 Lousada
3:45.99	Ricardo Jorge Coxo, Eduardo Barata Correia, Bruno Gama Freitas, André Filipe Sequeira	sfuap	07.02.98	25 Almada
3:42.10	Ricardo Jorge Coxo, Eduardo Barata Correia, Bruno Gama Freitas, André Filipe Sequeira	sfuap	28.02.98	25 Lousada

Grupo 1 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

3:40.69	Luís Miguel Monteiro, Ivo Ricardo Seco, João Carlos Monteiro, Pedro Mesquita Moraes	fcp	20.03.99	Penafiel
---------	---	-----	----------	----------

Juvenil A - clubes - § (01.10.04)

3:38.13	Edgar Oliveira Ribeiro, João Luís Rodrigues, Manuel Augusto Rodrigues, Ricardo Manuel Machado	scb	27.06.09	Arcos de Valdevez
3:36.95	Miguel Ângelo Alves, Rafael Lourenço Gil, Rafael Filipe Nunes, João Carlos Santos	anam	07.07.12	Algés
3:34.94	Francisco Manso Teixeira, Francisco Aguiar Morganho, Pedro Camacho Sousa, Henrique Luís Vargas	cnf	11.07.14	Funchal

Grupo 1 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

3:45.12	tempo limite			
3:40.15	Tiago Pinto Castro, Renato Santos Matias, António Manuel Ralha, Hugo Pereira Pinto	annp	24.03.01	Felgueiras
3:35.53	Tiago André Venâncio, José João Bica, José Meireles Parente, André Jorge Vieira	fpn	21.06.03	Rio Maior

Juvenil A - seleções - § (01.10.04)

3:35.53	Tiago André Venâncio, José João Bica, José Meireles Parente, André Jorge Vieira	fpn	21.06.03	Rio Maior
---------	---	-----	----------	-----------

Juvenil - clubes - § (01.10.13)

3:34.94	Francisco Manso Teixeira, Francisco Aguiar Morganho, Pedro Camacho Sousa, Henrique Luís Vargas	cnf	11.07.14	Funchal
---------	--	-----	----------	---------

Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)

5:08.6	Sérgio Sarabando Martins, Mário Araújo Aleixo, Maurício Freitas Lomelino, Orlando Manuel Bettencourt	sad	29.07.53	33 Algés
5:04.7	Sérgio Sarabando Martins, Fernando Furtado de Castro, Jacques Hoste Catrysse, Mário Araújo Aleixo	sad	03.09.53	33 Algés
5:01.7	Avelino Santos Pereira, João Manuel Leal, Francisco Soares Alves, Carlos Filipe Fonseca	sad	04.06.58	33 Algés
4:39.3	Herlander Felga Ribeiro, José Emílio Loureiro, Eduardo José de Sousa, Luís Vaz Jorge	sad	06.08.59	33 Algés

Júnior - § (01.01.62) # (31.05.98)

4:37.2	Eduardo Alberto Carvalhosa, Luís Vidigal Salgueiro,			
--------	---	--	--	--

4:31.2	Nelson Conceição Fernandes, Vítor Manuel Fonseca Francisco Neves Murinello, Ricardo Pereira Benoliel, Eduardo José Horta, Fernando Freire Costa	sad	05.08.62	25 Lisboa - São Bento
4:27.6	Francisco Neves Murinello, Eduardo José Horta, Ricardo Pereira Benoliel, Fernando Freire Costa	avcm	13.01.63	25 avcm
4:27.4	Eduardo José Horta, Francisco Neves Murinello, Ricardo Pereira Benoliel, Fernando Freire Costa	avcm	20.03.63	25 avcm
4:23.9	João Repas Gonçalves, Fernando José Gonçalves, João Dantas Cardoso, João Carlos Stocker	sad	02.10.67	33 Algés
4:23.8	Júlio Pais Ribeiro, Vítor Gama Cerqueira, Domingos Campos Ferreira, João Manuel Vieira Carlos Monteiro da Silva, João Carlos Stocker,	gdIm	11.02.68	25 AVCM
4:23.8	António Neiva Maciel, Fernando Rosa Jorge	sad	10.08.68	50 Lisboa - Olivais
4:21.9	João Eduardo Torres Pinto, Miguel Paiva Franqueira, António Bezerra Freitas, Paulo Alexandre Couto	fcp	22.07.72	25 Porto - Antas
4:19.8	Carlos Porto Ambrósio, Luís Bleck Silva, João António Rodrigues, Carlos Heitor e Silva	fpn	27.07.72	50 Coimbra
4:19.1	João Filipe Queiró, Joaquim Jesus Carvalho, João Pinto Angelo, Horácio Correia Oliveira	aac	17.08.73	50 Coimbra
4:14.1	Luís Cavaleiro Madeira, José Carlos Simões, Henrique Carvalho Vicêncio, Carlos José Cruchinho	slb	24.03.74	25 Algés
4:13.5	Luís Lopes Santos, José Baltar Leite, José Carlos Bacelar, António Alberto Freitas	cfp	25.07.74	25 Porto - Fluvial
4:09.1	Henrique Carvalho Vicêncio, Orlando Almeida Dias, Jaime Sarabando Fidalgo, Fernando Ribeiro Bugalho	sad	16.02.75	25 Algés
4:08.0	Orlando Almeida Dias, Henrique Carvalho Vicêncio, José Luís Antunes, Jaime Sarabando Fidalgo	sad	29.03.75	25 Porto - Fluvial
4:03.9	Fernando Santos Almeida, Francisco Miguel Martins, Pedro Almeida Sousa, Paulo José Frischknecht	fcp	15.08.76	50 Lisboa - Olivais
3:54.94	Paulo José Frischknecht, Carlos Estevão Modesto, Carlos Alberto Serra, João Manuel Rodrigues	sad	08.04.77	25 Viseu - Municipal
3:54.91	Carlos Estevão Modesto, José Dias Tomé, Paulo Gomes Azevedo, Carlos Alberto Serra	sad	24.04.78	25 Porto - Antas
3:50.91	Fernando Neves Teixeira, João Pires da Silva, José Dias Tomé, Paulo Gomes Azevedo	sad	13.04.79	25 Porto - Fluvial
3:50.5	João Mendes Santos, João Pires da Silva, Paulo Gomes Azevedo, Fernando Neves Teixeira	anl	22.06.80	25 Porto - Antas
3:49.16	José Alexandre Silva, Paulo Manuel Trindade, Sérgio Alexandre Esteves, Rui Paulo Borges	fcp	12.08.84	50 Coimbra
3:45.61	Rui David Castro, Pedro Manuel Campos, Fernando Areal Rothes, Carlos José Gonçalves	cfp	28.03.87	25 Algés
3:42.87	José Silva Miranda, Jorge Carvalho Paiva, Rodolfo Pereira Nunes, Leandro Filipe Sousa	cfp	17.03.89	25 Algés
3:42.7	Nuno Miguel Recarei, Sérgio Filipe Souto, Carlos Gama Alegria, José Silva Miranda	anp	17.03.90	25 Algés
3:39.33	Miguel Cabral Machado, Marco Filipe Gonçalves, Luís Vieira Lopes, Ricardo Zamith Passos	anp	09.05.92	25 Algés
3:37.72	Ricardo Conceição Pedroso, Bruno Gil Dias, João Pedro Coias, Nuno Miguel Dias	sad	04.03.94	25 Braga
3:32.25	Hugo Ribeiro Durão, Tiago Azevedo Lousada, Bruno Miguel Gaspar, Nuno Miguel Inácio	fcp	07.03.97	25 Estoril
3:30.51	Tiago Azevedo Lousada, Miguel Soares Carvalho, Nuno Miguel Inácio, Hugo Ribeiro Durão	fcp	06.03.98	25 Felgueiras

Júnior - clubes - § (01.06.98)

3:29.42	João Carlos Santos, Miguel Ângelo Alves, Rafael Lourenço Gil, Tiago Ferreira Azevedo	anam	09.12.12	Porto - Fluvial
---------	---	------	----------	-----------------

Júnior - seleções - § (01.06.98)

3:42.34	tempo limite			
3:36.87	Nuno Filipe Cancelinha, Nuno Miguel Macedo, Bruno Emanuel Graça, João Francisco Oliveira	fpn	16.04.00	Salamanca

Principiante - # (31.12.54)

4:59.2/5	Oscar Pires Cabral, José Silva Ribeiro, Manuel Barbosa Martins, José Ricardo Domingues jr	sad	08.08.37	33 Algés
4:49.4	Alvaro Silva Parracho, Fernão Ornelas Cisneiros, Jeremias Ponte Simão, Artur Mendes Silva	gdep	13.08.44	33 Algés
4:47.9	Armando Ferreira Rodrigues, Manuel Carvalho Morais, Artur Malheiro Silva, Guilherme José Patrone	sad	26.07.45	33 Algés
4:33.7	António Galo Alves, Leonel Galo Alves, João Franco do Vale, Guilherme José Patrone	sad	28.07.46	33 Algés
4:32.7	Fernando Esteves Madeira, José Inácio Borja,			

	Eurico Mendonça Perdigão, Eduardo Murta Barbeiro	sad	24.07.49	33 Algés
--	--	-----	----------	----------

Antiga categoria Júnior - # (31.12.61)

4:46.5	Fernão Ornelas Cisneiros, Vítor Manuel Lopes, Alvaro Silva Parracho, Jeremias Ponte Simão	gdep	14.09.46	50 Espinho
4:27.2	Eduardo Murta Barbeiro, Fernando Esteves Madeira, José Inácio Borja, Eurico Mendonça Perdigão	sad	24.06.50	33 Algés

Sénior - # (31.05.98)

4:27.8	João Mira Gomes, Herculano Martins Trovão, Alberto Azinhais dos Santos, Mário Alua Simas	sad	08.09.41	33 Algés
4:24.3	Guilherme José Patrone, Dino Augusto Mendonça, Fernando Esteves Madeira, João Franco do Vale	sad	27.09.51	33 Algés
4:16.9	Guilherme José Patrone, Eduardo Murta Barbeiro, João Franco do Vale, Fernando Esteves Madeira	sad	29.09.51	33 Algés
4:05.5	Luís Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro, Avelino Santos Pereira, Eduardo José de Sousa	fpn	06.08.60	33 Figueira da Foz
4:03.7	António Bessone Basto, Vítor Manuel Fonseca, Eduardo José de Sousa, Herlander Felga Ribeiro	sad	19.08.65	25 Funchal - Lido
4:00.0	Luís Bleck Silva, António Coelho Neves, Carlos Porto Ambrósio, José Gomes Pereira	sad	23.02.74	25 Algés
3:58.7	José Gomes Pereira, José Santos Silva, Carlos Alberto Oliveira, António Coelho Neves	sad	29.03.75	25 Porto - Fluvial
3:54.6	José Gomes Pereira, José Santos Silva, Paulo Almeida Sande, Henrique Carvalho Vicêncio	sad	16.04.76	25 Porto - Antas
3:52.5	José Gomes Pereira, José Santos Silva, Orlando Almeida Dias, José Luís Antunes	sad	08.04.77	25 Viseu - Municipal
3:37.10	José Gomes Pereira, Paulo José Frischknecht, José Baltar Leite, Rui Pinto Abreu	fpn	19.03.78	25 Atenas
3:35.34	José Gomes Pereira, João Pedro Freitas, Paulo José Frischknecht, Rui Pinto Abreu	fpn	25.03.79	25 Atenas
3:34.7	Henrique Oliveira Villaret, Pedro Alves Saraiva, Paulo José Frischknecht, João Mendes Santos	slb	30.03.85	25 Algés
3:32.12	Sérgio Alexandre Esteves, Rui David Castro, Paulo António Camacho, Mablílio António Albuquerque	fpn	23.01.88	25 Barcelona
3:31.3	Mablílio António Albuquerque, Henrique Oliveira Villaret, Vasco Castro Sousa, Sérgio Alexandre Esteves	fpn	03.04.88	50 Tenerife
3:31.03	Paulo Manuel Trindade, António Adérito Chaves, Nuno Miguel Recarei, Rui Paulo Borges	fcp	01.03.92	25 Algés
3:28.54	Miguel Cabral Machado, Rui Paulo Borges, António Luís Portela, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	04.03.94	25 Braga
3:25.93	António Luís Portela, Sérgio Alexandre Esteves, Rui Paulo Borges, Miguel Cabral Machado	fcp	17.03.95	25 Algés
3:25.05	Paulo Manuel Trindade, Miguel Azevedo Portela, António Luís Portela, Miguel Cabral Machado	fcp	01.03.96	25 Felgueiras

Sénior - clubes - § (01.06.98)

3:23.45	Nuno Filipe Laurentino, Tiago Azevedo Laranjo, Ricardo Conceição Pedroso, Duarte Bruno Mendonça	sad	24.03.00	Mealhada
3:22.81	Nuno Filipe Laurentino, Pedro Nuno Silva, Duarte Bruno Mendonça, Ricardo Conceição Pedroso	sad	18.05.01	25 Algés
3:22.44	Ricardo Conceição Pedroso, Miguel Martins Pires, Tiago Ramos Barros, Nuno Filipe Laurentino	sad	11.12.05	25 Tomar
3:20.83	Ricardo Conceição Pedroso, Miguel Martins Pires, Duarte Rafael Mourão, Nuno Filipe Laurentino	sad	16.12.05	25 Paços de Ferreira
3:20.08	Adriano Miguel Niz, Mário Jorge Rodrigues, Fábio Manuel Pereira, Pedro Miguel Silva	cfv	20.12.08	25 Sines
3:18.28	Paulo Jorge Santos, João Filipe Carvalho, Carlos Filipe Santos, Rui Filipe Vilar	fcp	06.12.09	25 Leiria
3:17.44	Duarte Rafael Mourão, Fábio André Figueira, Simão Gomes Morgado, Carlos Esteves Almeida	cna	19.12.09	25 Sto. Ant. Cavaleiros

Sénior - seleções - § (01.06.98)

3:30.14	tempo limite			
3:19.68	Nuno Filipe Laurentino, Pedro Nuno Silva, Luís Miguel Monteiro, Ricardo Jorge Coxo	fpn	03.04.02	25 Moscovo
3:18.23	Tiago André Venâncio, Miguel Martins Pires, Adriano Miguel Niz, João Pedro Araújo	fpn	05.04.06	25 Xangai

Absoluto - # (31.05.98)

4:55.1/5	Joaquim Mayer, Manuel Cardoso, Francisco João Vasconcelos, Alberto Azinhais dos Santos	sad	20.08.35	33 Algés
----------	---	-----	----------	----------

4:54.0	Óscar Pires Cabral, Alberto Azinhais dos Santos, José da Rosa, Francisco João Vasconcelos	sad	26.06.39	33 Algés
4:32.3	João Mira Gomes, Francisco Ferreira Alves, Alberto Azinhais dos Santos, Manuel Vasco Carrelhas	sad	12.09.40	33 Algés
4:27.8	João Mira Gomes, Herculano Martins Trovão, Alberto Azinhais dos Santos, Mário Alua Simas	sad	08.09.41	33 Algés
4:15.7	Mário Alua Simas, Guilherme José Patrone, Belmiro dos Santos, Jeremias Ponte Simão	fpn	08.10.46	33 Tenerife
4:05.5	Luís Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro, Avelino Santos Pereira, Eduardo José de Sousa	fpn	06.08.60	33 Figueira da Foz
4:03.7	António Bessone Basto, Vítor Manuel Fonseca, Eduardo José de Sousa, Herlander Felga Ribeiro	sad	19.08.65	25 Funchal – Lido
4:03.3	Eduardo José Horta, João Repas Gonçalves, Carlos Boanova Otão, Vítor Manuel Fonseca	fpn	19.07.66	25 Lisboa – São Bento
4:00.0	Luís Bleck Silva, António Coelho Neves, Carlos Porto Ambrósio, José Gomes Pereira	sad	23.02.74	25 Algés
3:57.2	Paulo José Frischknecht, Carlos Alberto Oliveira, José Gomes Pereira, Henrique Carvalho Vicêncio	anl	27.12.74	25 Rijeka
3:54.6	José Gomes Pereira, José Santos Silva, Paulo Almeida Sande, Henrique Carvalho Vicêncio	sad	16.04.76	25 Porto - Antas
3:54.4	Paulo José Frischknecht, Pedro Almeida Sousa, António Martins Fangueiro, João Eduardo Torres Pinto	fcp	15.08.76	50 Lisboa – Olivais
3:52.5	José Gomes Pereira, José Santos Silva, Orlando Almeida Dias, José Luís Antunes	sad	08.04.77	25 Viseu – Municipal
3:43.34	Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira, António Botelho de Melo, Rui Pinto Abreu	fpn	22.05.77	50 Mulhouse
3:39.69	José Gomes Pereira, Paulo José Frischknecht, Rui Pinto Abreu, António Botelho de Melo	fpn	16.08.77	50 Jönköping
3:37.10	José Gomes Pereira, Paulo José Frischknecht, José Baltar Leite, Rui Pinto Abreu	fpn	19.03.78	25 Atenas
3:35.34	José Gomes Pereira, João Pedro Freitas, Paulo José Frischknecht, Rui Pinto Abreu	fpn	25.03.79	25 Atenas
3:34.7	Henrique Oliveira Villaret, Pedro Alves Saraiva, Paulo José Frischknecht, João Mendes Santos	slb	30.03.85	25 Algés
3:32.12	Sérgio Alexandre Esteves, Rui David Castro, Paulo António Camacho, Mabilio António Albuquerque	fpn	23.01.88	25 Barcelona
3:31.3	Mabilio António Albuquerque, Henrique Oliveira Villaret, Vasco Castro Sousa, Sérgio Alexandre Esteves	fpn	03.04.88	50 Tenerife
3:31.03	Paulo Manuel Trindade, António Adérito Chaves, Nuno Miguel Recarei, Rui Paulo Borges	fcp	01.03.92	25 Algés
3:28.54	Miguel Cabral Machado, Celso Oliveira Ribeiro, António Luís Portela, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	04.03.94	25 Braga
3:25.93	António Luís Portela, Sérgio Alexandre Esteves, Rui Paulo Borges, Miguel Cabral Machado	fcp	17.03.95	25 Algés
3:25.05	Paulo Manuel Trindade, Miguel Azevedo Portela, António Luís Portela, Miguel Cabral Machado	fcp	01.03.96	25 Felgueiras
Absoluto - clubes				
4:24.2	Guilherme José Patrone, João Franco do Vale, Eduardo Murta Barbeiro, Fernando Esteves Madeira	sad	13.09.49	33 Algés
4:16.9	Guilherme José Patrone, Eduardo Murta Barbeiro, João Franco do Vale, Fernando Esteves Madeira	sad	29.09.51	33 Algés
§ (01.10.79)				
3:48.0	tempo limite			
3:41.7	Paulo Gomes Azevedo, Carlos Estevão Modesto, Gonçalo Nuno Araújo, Fernando Neves Teixeira	sad	27.03.83	25 Fafe
3:41.4	Pedro Alves Saraiva, João Mendes Santos, Paulo José Frischknecht, Henrique Oliveira Villaret	slb	03.02.85	25 Algés
3:34.7	Henrique Oliveira Villaret, Pedro Alves Saraiva, Paulo José Frischknecht, João Mendes Santos	slb	30.03.85	25 Algés
3:33.58	Paulo Manuel Trindade, Rui Paulo Borges, Mabilio António Albuquerque, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	25.03.88	25 Porto - Antas
3:33.45	Sérgio Alexandre Esteves, Mabilio António Albuquerque, Rui David Castro, Paulo Manuel Trindade	fcp	08.03.91	25 Porto - Antas
3:31.03	Paulo Manuel Trindade, António Adérito Chaves, Nuno Miguel Recarei, Rui Paulo Borges	fcp	01.03.92	25 Algés
3:28.54	Miguel Cabral Machado, Rui Paulo Borges, António Luís Portela, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	04.03.94	25 Braga
3:25.93	António Luís Portela, Sérgio Alexandre Esteves, Rui Paulo Borges, Miguel Cabral Machado	fcp	17.03.95	25 Algés
3:25.05	Paulo Manuel Trindade, Miguel Azevedo Portela, António Luís Portela, Miguel Cabral Machado	fcp	01.03.96	25 Felgueiras
3:23.45	Nuno Filipe Laurentino, Tiago Azevedo Laranjo,			

3:22.81	Ricardo Conceição Pedroso, Duarte Bruno Mendonça, Nuno Filipe Laurentino, Pedro Nuno Silva,	sad	24.03.00	25 Mealhada
	Duarte Bruno Mendonça, Ricardo Conceição Pedroso	sad	18.05.01	25 Algés
3:22.44	Ricardo Conceição Pedroso, Miguel Martins Pires, Tiago Ramos Barroso, Nuno Filipe Laurentino	sad	11.12.05	25 Tomar
3:20.83	Ricardo Conceição Pedroso, Miguel Martins Pires, Duarte Rafael Mourão, Nuno Filipe Laurentino	sad	16.12.05	25 Paços de Ferreira
3:20.08	Adriano Miguel Niz, Mário Jorge Rodrigues, Fábio Manuel Pereira, Pedro Miguel Silva	cfv	20.12.08	25 Sines
3:18.28	Paulo Jorge Santos, João Filipe Carvalho, Carlos Filipe Santos, Rui Filipe Vilar	fcp	06.12.09	25 Leiria
3:17.44	Duarte Rafael Mourão, Fábio André Figueira, Simão Gomes Morgado, Carlos Esteves Almeida	cna	19.12.09	25 Sto. Ant. Cavaleiros

Absoluto - seleções - § (01.06.98)

3:30.14	tempo limite			
3:19.68	Nuno Filipe Laurentino, Pedro Nuno Silva, Luís Miguel Monteiro, Ricardo Jorge Coxo	fpn	03.04.02	25 Moscovo
3:18.23	Tiago André Venâncio, Miguel Martins Pires, Adriano Miguel Niz, João Pedro Araújo	fpn	05.04.06	25 Xangai

4X200 LIVRES**Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)**

10:41.0	Paulo Cruz Pinheiro, Fernando Santos Almeida, Guilherme Costa Rodrigues, Fernando Cobian Silva	fcp	05.08.73	25 Porto – Fluvial
10:34.5	Vasco Castro Sousa, José Manuel Borges, Paulo Sousa Torres, Fernando Cobian Silva	fcp	08.08.74	50 Lisboa – Olivais
10:09.3	José Carlos Mota, José Carneiro Pinto, Paulo Sousa Torres, Paulo Cruz Pinheiro	fcp	19.07.75	25 Porto – Fluvial
10:07.5	José Carneiro Pinto, Paulo Sousa Torres, Paulo Cruz Pinheiro, Vítor Viana Pinto	fcp	23.08.75	50 Coimbra
09:59.0	Nuno António Lobo, João Paulo Torres Pinto, José Carlos Mota, Rogério Nascimento Silva	fcp	30.05.76	25 Porto - Antas
09:52.6	António Carlos Matos, Cláudio Oliveira Ribeiro, Paulo Alexandre Leal, Rui Paulo Borges	fcp	15.07.78	25 Porto – Fluvial
09:32.29	Rui Paulo Borges, Paulo Araújo Almeida, Paulo Manuel Trindade, José Pedro Soares	fcp	02.08.80	50 Lisboa – Olivais
09:29.1	Filipe Daniel Cláudio, Sérgio Alexandre Esteves, Mabilio António Albuquerque, Celso Oliveira Ribeiro	fcp	25.07.81	25 Porto - Antas
09:26.05	Rui Ramos Martins, Jorge Carvalho Paiva, José Alexandre Guerra, Sérgio Filipe Souto	fpn	06.04.86	50 Zuriique
09:23.7	Nuno Miguel Recarei, Alexandre Cardoso Fortunato, José Silva Miranda, Filipe José Ramos	scb	01.06.02	Braga
09:10.2	José Silva Miranda, Jorge Carvalho Paiva, Alexandre Cardoso Fortunato, Rodolfo Pereira Nunes	cfp	11.08.86	50 Coimbra
09:08.12	Tiago Nuno Girão, Miguel Azevedo Portela, João Ribeiro Conde, Tiago Silva Pestana	fcp	28.07.91	50 Braga

Grupo 4 - § (01.10.96) # (31.05.98)

09:08.12	Tiago Nuno Girão, Miguel Azevedo Portela, João Ribeiro Conde, Tiago Silva Pestana	fcp	28.07.91	50 Braga
----------	---	-----	----------	----------

Grupo 4 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

09:12.26	tempo limite			
09:11.32	André Cadilha Filgueiras, Duarte Lages Silva, João Luís Bacelar, José Miguel Silva	edv	02.06.01	Barcelos

Infantil B - clubes - § (01.10.04)

09:06.93	Tiago João Meira, António Miguel Vitorino, Ricardo Miguel Alves, Miguel Prata Santos	vnc	03.07.09	Ponte da Barca
08:58.91	Miguel Ângelo Santos, Daniel Pereira Silva, Hugo Gabriel Morais, Rogério José Machado	gdnfama	15.03.13	Porto – Fluvial
08:56.37	Vitor Belo Clara, Nuno Marques Silva, Rodrigo Miguel Reis, Ricardo Morais Faria	adba	25.06.17	Leiria

Grupo 4 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)**Infantil B - seleções - § (01.10.04)**

09:23.5	tempo limite			
08:46.43	José Diogo Dias, Diogo Matos Ribeiro, Gonçalo Brites Moita, Dinis Miranda Diogo	anc	25.06.17	Coimbra (Rui Abreu)

Grupo 3 - § (01.10.96) # (31.05.98)

09:44.22	Júlio César Viana, João Filipe Moreira, António Pedro Lima, Bruno Ferreira Figueiredo	edv	17.11.96	25 Viana do Castelo
08:59.29	Ivo Ricardo Seco, Pedro Pinto de Almeida, Pedro Mesquita Moraes, Luís Miguel Monteiro	fcp	22.12.96	25 Vila do Conde
08:52.29	Ivo Ricardo Seco, Pedro Pinto de Almeida, Pedro Mesquita Moraes, Luís Miguel Monteiro	fcp	21.02.97	25 Guimarães
08:47.44	Ivo Ricardo Seco, Pedro Pinto de Almeida, João Carlos Monteiro, Luís Miguel Monteiro	fcp	14.03.97	25 Alcobça
08:45.86	Bruno Miguel Ramos, Filipe Severino Gomes, Pedro Miguel Martins, David Miguel Ferro	sfuap	13.03.98	25 Algés
Grupo 3 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
08:45.06	André Miguel Costa, Carlos Manuel Carvalho, João Pedro Fernandes, Rodolfo Silva Ferreira	scb	06.07.01	Braga
08:41.25	Daniel Ribeiro Quinta, Pedro Manuel Ramos, Pedro Guilherme Braga, Filipe José Ramos	scb	01.06.02	Braga
08:35.61	André Cadilha Filgueiras, José Miguel Silva, João Luís Bacelar, Duarte Lages Silva	edv	28.06.02	Braga
08:32.49	Jorge Manuel Maia, Paulo Ricardo Araújo, João Miguel Ferreira, Nuno José Simões	gdnfama	04.04.03	Mealhada
08:29.11	Pedro Fontoura Oliveira, Diogo Miguel Aguiar, Diogo Gonçalo Calado, Francisco Filipe Silvério	cfb	10.06.04	SFUAP
Infantil A - clubes - § (01.10.04)				
08:27.16	Rodrigo José Guerreiro, Eduardo Cardoso Lopes, Bernardo António Alves, Manuel Silva Godinho	ldc	18.05.13	Quarteira
08:19.63	José Pedro Freitas, João Pereira Tinoco, Miguel Ângelo Santos, Hugo Gabriel Moraes	gdnfama	08.03.14	Paços de Ferreira
Grupo 3 - seleções - § (01.06.98)				
Infantil A - seleções - § (01.10.04)				
09:04.97	Martim Miranda Machado, Manuel Baptista Simões, Vítor Teixeira Oliveira, Gonçalo Pires Lourenço	anc	25.06.17	Coimbra (Rui Abreu)
Infantil - clubes - § (1.10.13)				
08:19.63	José Pedro Freitas, João Pereira Tinoco, Miguel Ângelo Santos, Hugo Gabriel Moraes	gdnfama	08.03.14	Paços de Ferreira
Iniciado - § (1959) # (31.12.61)				
12:49.5	António Bessone Basto, Orlando Gomes Bairrada, José Machado Pinto, Bernardino Manuel Almeida	sad	26.07.59	25 Lisboa – São Bento
12:10.8	António Bessone Basto, José Machado Pinto, Orlando Gomes Bairrada, Luís Vidigal Salgueiro	sad	09.08.59	33 Algés
10:50.6	Nelson Conceição Fernandes, Vítor Manuel Fonseca, Luís Vidigal Salgueiro, António Bessone Basto	sad	31.07.60	33 Algés
10:41.0	António Bessone Basto, Luís Vidigal Salgueiro, Nelson Conceição Fernandes, Vítor Manuel Fonseca	sad	21.08.60	33 Algés
10:24.8	Nelson Conceição Fernandes, Luís Vidigal Salgueiro, Vítor Manuel Fonseca, António Bessone Basto	sad	27.09.60	33 Algés
Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)				
10:16.7	João Repas Gonçalves, Mário Brito Simões, Jorge Adelino Soares, Osvaldo Santos Francês	sad	22.09.64	33 Algés
Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)				
10:14.4	José Gomes Pereira, José Luís Almeida, Carlos Porto Ambrósio, Luís Bleck Silva	sad	10.10.70	33 Algés
10:07.7	Carlos Gil Martins, José Carlos Bacelar, José Baltar Leite, Horácio Correia Oliveira	cfp	26.03.72	25 Porto - Antas
09:50.8	Pedro Ferreira da Silva, Eduardo Torres Pinto, Luís Martins Fonseca, José Carlos Costa	fcp	16.08.73	50 Coimbra
09:30.1	Jaime Sarabando Fidalgo, José Luís Antunes, Paulo José Frischknecht, Orlando Almeida Dias	sad	02.02.74	25 Lisboa – Areeiro
09:26.4	José Luís Antunes, Orlando Almeida Dias, Jaime Sarabando Fidalgo, Paulo José Frischknecht	sad	29.06.74	50 Tróia
09:17.0	Paulo José Frischknecht, Orlando Almeida Dias, Jaime Sarabando Fidalgo, José Luís Antunes	sad	08.08.74	50 Lisboa – Olivais
09:14.7	Carlos Estevão Modesto, Carlos Alberto Serra, Mário Nuno Soares, Amílcar José Naldo	sad	10.06.76	25 Algés
09:03.3	Mário Nuno Soares, Paulo Gomes Azevedo, José Dias Tomé, João Pires da Silva	sad	20.07.77	25 Algés
09:02.8	João Paulo Torres Pinto, João Góis Pinto, Rogério Nascimento Silva, Vasco Castro Sousa	fcp	15.07.78	25 Porto – Fluvial
08:55.2	José Carlos Moreira, Rui Paulo Borges,			

08:32.8	Paulo Manuel Trindade, Cláudio Oliveira Ribeiro, Sérgio Alexandre Esteves, Mabilio António Albuquerque,	fcp	25.07.81	25 Porto - Antas
08:21.75	José Alexandre Silva, Celso Oliveira Ribeiro, Jorge Carvalho Paiva, Nuno Miguel Recarei	fcp	16.07.83	25 Porto - Antas
08:21.17	Tiago Azevedo Lousada, Nuno Miguel Inácio, Nuno Ricardo Sousa, Hugo Ribeiro Durão	cfp	26.03.88	25 Porto - Antas
08:17.86	Miguel Soares Carvalho, Sílvio Carvalho Neves, João Filipe Costa, António Rui Barbosa	fcp	19.03.95	25 Algés
Grupo 2 - § (01.10.96) # (31.05.98)				
08:14.79	Luís Miguel Monteiro, Ivo Ricardo Seco, Pedro Mesquita Moraes, João Carlos Monteiro	fcp	03.03.96	25 Felgueiras
Grupo 2 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
Juvenil B - clubes - § (01.10.04)				
08:14.20	André Rafael Marinho, Gonçalo Filipe Gregório, Gonçalo Duarte Martins, Guilherme Pereira Gil	sfuap	22.06.08	Sto. Ant. Cavaleiros
08:13.28	Pedro Gonçalves Neto, Vasco Gradim Amorim, Diogo Miguel Costa, Gonçalo Miguel Nogueira	fcp	09.03.13	Felgueiras
08:12.26	José Pedro Freitas, Hugo Gabriel Moraes, Miguel Ângelo Santos, João Pereira Tinoco	gdnfama	22.11.14	Porto
08:07.64	José Pedro Freitas, Hugo Gabriel Moraes, Miguel Ângelo Santos, João Pereira Tinoco	gdnfama	12.12.14	Estarreja
Grupo 2 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
Juvenil B - seleções - § (01.10.04)				
08:40.7	tempo limite			
08:20.43	Rodrigo Alexandre Travassos, Tomás Pedroso Miguel, Paulo André Frota, João Neto Pereira	anc	25.06.17	Coimbra (Rui Abreu)
Grupo 1 - § (01.10.96) # (31.05.98)				
09:59.91	Rafael Patrício Miranda, João Rosa Domingos, Pedro Alves Fojo, Rodolfo Marques Lourenço	clac	16.11.96	25 Cartaxo
08:35.34	Ricardo Pinto Almeida, Pedro Miguel Xavier, José Miguel Figueiredo, Hugo José Amorim	cfp	07.02.97	25 Fafe
08:19.12	Hugo José Amorim, José Miguel Figueiredo, Pedro Miguel Xavier, Ricardo Pinto Almeida	cfp	28.02.97	25 Penafiel
08:18.93	Ricardo Jorge Coxo, Eduardo Barata Correia, Bruno Gama Freitas, André Filipe Sequeira	sfuap	06.02.98	25 Almada
08:09.93	Eduardo Jorge Freitas, Miguel Ramos Coelho, Bruno Emanuel Graça, António Rui Barbosa	fcp	06.02.98	25 Lousada
08:03.67	Ricardo Jorge Coxo, Eduardo Barata Correia, Bruno Gama Freitas, André Filipe Sequeira	sfuap	27.02.98	25 Lousada
Grupo 1 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
08:03.52	Henrique Pereira Neiva, Bruno Miguel Amorim, Ivo Rafael Gonçalves, Mário Jorge Costa	cfv	17.03.00	Braga
08:02.98	Fábio Manuel Pereira, João Carlos Maia, David Neiva Moreira, Adriano Miguel Niz	cfv	08.03.02	Guimarães
Juvenil A - clubes - § (01.10.04)				
07:57.31	Ricardo Manuel Machado, Edgar Oliveira Ribeiro, Nuno Vieira Malheiro, Manuel Augusto Rodrigues	scb	25.06.09	Arcos de Valdevez
07:49.50	Miguel Ângelo Alves, Rafael Lourenço Gil, Rafael Filipe Nunes, João Carlos Santos	anam	06.07.12	Algés
Grupo 1 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
07:57.39	Adriano Miguel Niz, Carlos Miguel Tinoco, Vítor Campelo Ramalho, Sérgio Daniel Barbosa	annp	17.03.02	25 Torrelavega
Juvenil A - seleções - § (01.10.04)				
07:57.39	Adriano Miguel Niz, Carlos Miguel Tinoco, Vítor Campelo Ramalho, Sérgio Daniel Barbosa	annp	17.03.02	25 Torrelavega
Juvenil - clubes - § (01.10.13)				
07:49.50	tempo limite			
Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)				
12:49.1	Manuel Fernandes Matos, Rui Edgar Trincheiras, José Alfredo Costeira, António Silva Ferrão	gdep	30.08.52	25 Oliveira de Azeméis
12:16.1	Jacques Hoste Catrysse, Luís Vasco Lorena, Mário Araújo Aleixo, Sérgio Sarabando Martins	sad	20.08.53	33 Algés

12:06.7	Mário Araújo Aleixo, Luís Vasco Lorena, Heike Olaf Hoffmeier, Fernando Furtado de Castro	sad	03.10.53	33 Algés
12:05.7	Mário Araújo Aleixo, Luís Vasco Lorena, Ricardo Santos Marques, Liberto Lézinho Peres	sad	05.08.54	33 Alhandra
11:50.5	Hélder José Domingues, José Vicente Moura, Liberto Lézinho Peres, João Manuel Escaravana	sad	07.08.55	33 Algés
11:39.5	José António Sacadura, António Miranda Rodrigues, Liberto Lézinho Peres, Manuel Carlos Quintas	sad	25.08.56	33 Vimeiro
11:22.2	Avelino Santos Pereira, Francisco Soares Alves, Carlos Filipe Fonseca, João Manuel Leal	sad	30.07.58	25 Lisboa – São Bento
10:11.6	Luís Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro, Eduardo José de Sousa, José Emílio Loureiro	sad	01.08.59	25 Lisboa – São Bento

Júnior - § (01.01.62) # (31.05.98)

10:10.2	Júlio Pais Ribeiro, Domingos Campos Ferreira, Vítor Gama Cerqueira, João Manuel Vieira	gdml	05.03.67	33 GDLM
10:07.8	João Repas Gonçalves, Fernando José Gonçalves, João Carlos Stocker, Carlos Monteiro da Silva	sad	02.09.67	50 Beja
09:58.2	João Repas Gonçalves, Fernando José Gonçalves, João Dantas Cardoso, João Carlos Stocker	sad	29.09.67	33 Algés
09:45.3	João Eduardo Torres Pinto, Miguel Paiva Franqueira, António Gaspar Freitas, Augusto César Afonso	fcp	26.03.72	25 Porto - Antas
09:43.1	Luís Bleck Silva, António Coelho Neves, José Santos Silva, Carlos Porto Ambrósio	sad	12.08.72	50 Coimbra
09:34.6	João Filipe Queiró, Horácio Correia Oliveira, Joaquim Jesus Carvalho, João Pinto Angelo	aac	02.03.73	25 Coimbra – Municipal
09:27.1	Henrique Carvalho Vicêncio, José Carlos Simões, Luís Cavaleiro Madeira, Carlos José Cruchinho	slb	26.06.74	25 Lisboa – Areiro
09:21.0	Eduardo Torres Pinto, António Martins Fangueiro, Pedro Ferreira da Silva, Rolando Manuel Freitas	fcp	24.07.74	25 Porto – Fluvial
09:19.7	Luís Lopes Santos, José Baltar Leite, José Carlos Bacelar, António Alberto Freitas	cfp	29.07.74	25 Porto – Fluvial
09:17.6	Oriando Almeida Dias, José Luís Antunes, Jaime Sarabando Fidalgo, Henrique Carvalho Vicêncio	sad	16.02.75	25 Algés
09:11.2	Luís Lopes Santos, António Alberto Freitas, Vítor Manuel Oliveira, António Manuel Florim	cfp	19.07.75	25 Porto – Fluvial
08:55.5	Oriando Almeida Dias, João Manuel Rodrigues, Jaime Carlos Bento, José Luís Antunes	sad	09.06.76	25 Algés
08:29.0	Paulo José Frischknecht, Jaime Carlos Bento, João Manuel Rodrigues, Carlos Alberto Serra	sad	20.07.77	25 Algés
08:28.69	João Pires da Silva, José Dias Tomé, Fernando Neves Teixeira, Paulo Gomes Azevedo	sad	02.08.80	50 Lisboa – Olivais
08:22.7	José Pedro Viana, Celso Oliveira Ribeiro, Mabilio António Albuquerque, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	26.01.85	25 Porto – Fluvial
08:15.1	José Alexandre Guerra, Pedro Alves Pinto, Pedro Alexandre Coutinho, Pedro Maia Neves	scp	18.03.89	25 Algés
08:07.4	José Silva Miranda, Manuel Ferreira Santos, Nuno Miguel Recarei, Carlos Gama Alegria	anp	06.05.89	25 Algés
08:06.63	Luís Miguel Aguiar, Miguel Arrobas Silva, Tiago Simões Teles, Miguel Mendonça Cabrita	sad	09.03.91	25 Porto - Antas
08:03.69	Abel Pedro Martins, David Paiva Lopes, Nuno André Tavares, Eduardo Manuel Costa	slb	28.02.93	25 Algés
07:55.89	João Pedro Coias, Marco Mendes Conceição, Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Miguel Dias	sad	06.03.94	25 Braga
07:52.64	João Ribeiro Conde, Tiago Silva Pestana, Mário Moura Carvalho, Miguel Azevedo Portela	fcp	19.03.95	25 Algés
07:45.22	Tiago Azevedo Lousada, Bruno Miguel Gaspar, Nuno Miguel Inácio, Hugo Ribeiro Durão	fcp	09.03.97	25 Estoril
07:39.07	Tiago Azevedo Lousada, Miguel Soares Carvalho, Hugo Ribeiro Durão, Nuno Miguel Inácio	fcp	08.03.98	25 Felgueiras

Júnior - clubes - § (01.06.98)

07:37.83	Rafael Lourenço Gil, Rafael Filipe Nunes, Tiago Ferreira Azevedo, João Carlos Santos	anam	08.12.12	Porto – Fluvial
07:35.58	Rafael Lourenço Gil, Fábio Alcântara Aires, João Pedro Gil, João Carlos Santos	anam	22.12.13	Felgueiras

Júnior - seleções - § (01.06.98)

08:16.1	tempo limite			
07:55.00	Lucas Pereira Bastos, Miguel Diogo Agostinho, Pedro Guilherme Ferreira, João Pedro Gomes	anc	25.06.17	Coimbra (Rui Abreu)

Principiante

11:25.5	Guilherme José Patrone, Alfredo Fernando Rodrigues, Manuel Jorge Ricciardi, Jaime Ferreira Moniz	sad	25.05.47	33 Algés
11:08.0	José Inácio Borja, Alfredo Fernando Rodrigues, Fernando Esteves Madeira, Eduardo Murta Barbeiro	sad	04.07.48	33 Algés
10:40.2	José Inácio Borja, Eurico Mendonça Perdigão, Eduardo Murta Barbeiro, Fernando Esteves Madeira	sad	17.07.49	33 Algés
10:26.9	Eurico Mendonça Perdigão, Ezequiel Gameiro das Neves, Fernando Esteves Madeira, Eduardo Murta Barbeiro	sad	05.10.49	33 Algés

Antiga categoria Júnior - § (1937) # (31.12.61)

12:37.3/5	José Alçada Padez, José Pedroso, Afonso Almeida Gonçalves, Manuel Vasco Carrelhas	sad	15.08.37	33 Algés
12:12.4/5	Manuel Vasco Carrelhas, José Alçada Padez, Afonso Almeida Gonçalves, Manuel Barbosa Martins	sad	20.08.38	33 Coimbra – Fluvial
12:06.0	Herculano Martins Trovão, Manuel Barbosa Martins, Francisco Ferreira Alves, Afonso Almeida Gonçalves	sad	23.07.39	33 Algés
11:53.4/5	Francisco Ferreira Alves, Manuel Barbosa Martins, Herculano Martins Trovão, Afonso Almeida Gonçalves	sad	03.09.39	33 Coimbra – Fluvial
11:52.9	Fernando Ferreira Chaves, Mário Sant' Ana Alves, Francisco Ribeiro Salgado, Belmiro dos Santos	gdep	27.08.44	33 Algés
11:16.4	Alvaro Silva Parracho, Fernão Ornelas Cisneiros, Carlos Azevedo Júlio, Belmiro dos Santos	gdep	29.07.45	33 Algés
10:55.8	Fernão Ornelas Cisneiros, Victor Manuel Lopes, Alvaro Silva Parracho, Jeremias Ponte Simão	gdep	14.09.46	33 Granja
10:38.2	Fernando Esteves Madeira, José Inácio Borja, Eurico Rocha Surgey, Eurico Mendonça Perdigão	sad	14.08.50	33 Algés

Sénior - § (1937) # (31.05.98)

10:20.4	João Mira Gomes, Francisco João Vasconcelos, Rodrigo Bessone Basto jr, Mário Alua Simas	sad	26.07.40	33 Algés
10:08.1	Fernando Esteves Madeira, Guilherme José Patrone, Eduardo Murta Barbeiro, Eurico Mendonça Perdigão	sad	08.09.51	33 Algés
09:29.4	Eduardo José de Sousa, Luís Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro, Avelino Santos Pereira	sad	15.06.60	33 Algés
08:56.5	Eduardo José de Sousa, Luís Vaz Jorge, António Bessone Basto, Herlander Felga Ribeiro	fpn	20.09.61	33 Sevilha
08:51.7	António José Alegria, António Coelho Neves, José Santos Silva, José Gomes Pereira	sad	22.07.74	25 Algés
08:37.9	José Gomes Pereira, Oriando Almeida Dias, José Luís Antunes, Paulo Almeida Sande	sad	20.07.77	25 Algés
08:28.1	José Baltar Leite, Luís Lopes Santos, Vítor Manuel Oliveira, António Manuel Florim	cfp	23.07.77	25 Porto - Antas
07:52.98	Rui Pinto Abreu, Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira, José Baltar Leite	fpn	24.08.78	50 Berlim Ocidental
07:48.33	Mabilio António Albuquerque, Rui Paulo Borges, Rui David Castro, Sérgio Alexandre Esteves	fpn	21.01.88	25 Barcelona
07:45.97	Mabilio António Albuquerque, Sérgio Alexandre Esteves, António Adérito Chaves, Rui Paulo Borges	fcp	26.03.88	25 Porto - Antas
07:41.89	João Mendes Santos, Sérgio Alexandre Esteves, Artur Manuel Costa, Paulo António Camacho	fpn	05.03.89	25 Algés
07:40.91	Miguel Cabral Machado, António Luís Portela, Sérgio Alexandre Esteves, Rui Paulo Borges	fcp	06.03.94	25 Braga
07:33.96	Nuno Filipe Laurentino, Emílio Nuno Frischknecht, Ricardo Conceição Pedroso, Miguel Mendonça Cabrita	sad	19.03.95	25 Algés
07:30.78	Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Miguel Dias, Nuno Filipe Laurentino, Miguel Mendonça Cabrita	sad	03.03.96	25 Felgueiras

Sénior - clubes - § (01.06.98)

07:30.61	Duarte Bruno Mendonça, Tiago Azevedo Laranjo, Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Filipe Laurentino	sad	26.03.00	25 Mealhada
07:27.19	Fábio Manuel Pereira, Henrique Pereira Neiva, João Amaral Pereira, Adriano Miguel Niz	cfv	18.12.04	25 Cantanhede
07:26.03	Miguel Martins Pires, Ricardo Conceição Pedroso, Diogo Banza Pinto, Nuno Filipe Laurentino	sad	10.12.05	25 Tomar
07:22.58	Pedro Miguel Silva, Fábio Manuel Pereira, Hugo Alberto Ribeiro, Adriano Miguel Niz	cfv	21.12.08	25 Sines
07:19.52	José João Bica, Nuno Gonçalo Quintanilha, Bernardo Almeida Moreira, Ricardo Sousa Filipe	ldc	05.12.09	25 Leiria
07:15.07	Fábio André Figueira, Daniel Ricardo Viegas, Duarte Rafael Mourão, Carlos Esteves Almeida	cna	20.12.09	25 Sto. Ant. Cavaleiros

Sénior - seleções - § (01.06.98)

07:08.72	Adriano Miguel Niz, Miguel Martins Pires,			
----------	---	--	--	--

07:04.93	Fábio Manuel Pereira, Tiago André Venâncio Miguel Duarte Nascimento, Gabriel José Lopes, Diogo Filipe Carvalho, Alexis Manaças Santos	fpn	06.04.06	Xangai
		fpn	09.12.16	Windsor (CAN)

Absoluto - § (1930) # (31.05.98)

12:49.2/5	Manuel Cardoso, Alberto Azinhais dos Santos, Alfredo Conceição, Hermano Patrone	sad	17.08.30	33 Algés
12:16.4/5	Alfredo Conceição, Fernando Cabral Sacadura, Manuel Cardoso, Alberto Azinhais dos Santos	sad	02.08.31	33 Algés
12:15.0	Joaquim Mayer, Armando Moitinho de Almeida, Fernando Cabral Sacadura, Alberto Azinhais dos Santos	sad	31.07.32	33 Algés
12:04.0	Manuel Cardoso, Armando Moitinho de Almeida Fernando Cabral Sacadura, Alberto Azinhais dos Santos	sad	07.11.32	25 CN Barcelona
12:03.0	Alberto Azinhais dos Santos, Fernando Cabral Sacadura, Armando Moitinho de Almeida, Manuel Cardoso	sad	30.07.33	33 Algés
11:52.0	Armando Moitinho de Almeida, Joaquim Mayer, Manuel Cardoso, Alberto Azinhais dos Santos	sad	07.09.33	33 Algés
11:23.4/5	Manuel Cardoso, Alberto Azinhais dos Santos, Fernando Cabral Sacadura, Armando Moitinho de Almeida	sad	29.07.34	33 Algés
11:21.0	Manuel Cardoso, Fernando Cabral Sacadura, Alberto Azinhais dos Santos, Armando Moitinho de Almeida	sad	23.09.34	33 Algés
11:13.0	Eduardo José Manaças, Rodrigo Bessone Basto jr, Francisco João Vasconcelos, Armando Moitinho de Almeida	sad	29.09.35	33 Algés
11:07.4/5	Eduardo José Manaças, Francisco João Vasconcelos, Armando Moitinho de Almeida, Rodrigo Bessone Basto jr	sad	05.07.36	33 Algés
10:44.2/5	João Mira Gomes, Óscar Pires Cabral, Armando Moitinho de Almeida, Alberto Azinhais dos Santos	sad	30.07.39	33 Algés
10:20.4	João Mira Gomes, Francisco João Vasconcelos, Rodrigo Bessone Basto jr, Mário Alua Simas	sad	26.07.40	33 Algés
10:13.6	Jeremias Ponte Simão, Luíz Lopes da Conceição, Joaquim Batista Pereira, Mário Alua Simas	fpn	25.08.45	50 Barcelona
09:54.5	Jeremias Ponte Simão, Luíz Lopes da Conceição, Joaquim Batista Pereira, Mário Alua Simas	fpn	17.09.45	33 Algés
09:53.5	Mário Alua Simas, Guilherme José Patrone, Belmiro dos Santos, Jeremias Ponte Simão	fpn	07.10.46	33 Tenerife
09:41.0	Avelino Santos Pereira, Luíz Vaz Jorge, Fernando Esteves Madeira, Herlander Felga Ribeiro	sad	22.08.58	33 Algés
09:29.4	Eduardo José de Sousa, Luíz Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro, Avelino Santos Pereira	sad	15.06.60	33 Algés
09:06.5	Luíz Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro, António Bessone Basto, Eduardo José de Sousa	fpn	13.08.60	33 Algés
08:56.5	Eduardo José de Sousa, Luíz Vaz Jorge, António Bessone Basto, Herlander Felga Ribeiro	fpn	20.09.61	33 Sevilha
08:53.0	José Gomes Pereira, Paulo José Frischknecht, Orlando Almeida Dias, Henrique Carvalho Vicêncio	anl	09.06.74	25 Algés
08:51.7	António José Alegria, António Coelho Neves, José Santos Silva, José Gomes Pereira	sad	22.07.74	25 Algés
08:11.9	José Gomes Pereira, Paulo José Frischknecht, António Botelho de Melo, Rui Pinto Abreu	fpn	29.05.76	25 Algés
08:01.0	Paulo José Frischknecht, Rui Pinto Abreu, António Botelho de Melo, José Gomes Pereira	fpn	12.06.76	25 Porto - Fluvial
07:52.98	Rui Pinto Abreu, Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira, José Baltar Leite	fpn	24.08.78	50 Berlim Ocidental
07:51.36	João Mendes Santos, Rui Paulo Borges, Vasco Castro Sousa, Sérgio Alexandre Esteves	fpn	28.12.86	25 Gijón
07:48.33	Mabílio António Albuquerque, Rui Paulo Borges, Rui David Castro, Sérgio Alexandre Esteves	fpn	21.01.88	25 Barcelona
07:41.89	João Mendes Santos, Sérgio Alexandre Esteves, Artur Manuel Costa, Paulo António Camacho	fpn	05.03.89	25 Algés
07:40.91	Miguel Cabral Machado, António Luís Portela, Sérgio Alexandre Esteves, Rui Paulo Borges	fcp	06.03.94	25 Braga
07:33.96	Nuno Filipe Laurentino, Emílio Nuno Frischknecht, Ricardo Conceição Pedroso, Miguel Mendonça Cabrita	sad	19.03.95	25 Algés
07:30.78	Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Miguel Dias, Nuno Filipe Laurentino, Miguel Mendonça Cabrita	sad	03.03.96	25 Felgueiras

Absoluto - clubes

10:20.4	João Mira Gomes, Francisco João Vasconcelos, Rodrigo Bessone Basto jr, Mário Alua Simas	sad	26.07.40	33 Algés
10:13.5	Fernando Esteves Madeira, Eurico Mendonça Perdigão, Guilherme José Patrone, Eduardo Murta Barbeiro	sad	26.08.51	50 Espinho
10:08.1	Fernando Esteves Madeira, Guilherme José Patrone,			

	Eduardo Murta Barbeiro, Eurico Mendonça Perdigão	sad	08.09.51	33 Algés
--	--	-----	----------	----------

#§ (01.10.79)

08:08.0	tempo limite			
08:01.2	José Carlos Freitas, Vasco Castro Sousa, Rui David Castro, José Cabral Vaz	cfp	06.06.87	25 Porto - Antas
07:45.97	Mabílio António Albuquerque, Sérgio Alexandre Esteves, António Adérito Chaves, Rui Paulo Borges	fcp	26.03.88	25 Porto - Antas
07:45.30	Emílio Nuno Frischknecht, Miguel Arrobas Silva, Luís Miguel Aguiar, Miguel Mendonça Cabrita	sad	27.02.92	25 Algés
07:44.80	Rui Paulo Borges, Nuno Miguel Recarei, António Luís Portela, Miguel Cabral Machado	fcp	28.02.93	25 Algés
07:40.91	Miguel Cabral Machado, António Luís Portela, Sérgio Alexandre Esteves, Rui Paulo Borges	fcp	06.03.94	25 Braga
07:33.96	Nuno Filipe Laurentino, Emílio Nuno Frischknecht, Ricardo Conceição Pedroso, Miguel Mendonça Cabrita	sad	19.03.95	25 Algés
07:30.78	Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Miguel Dias, Nuno Filipe Laurentino, Miguel Mendonça Cabrita	sad	03.03.96	25 Felgueiras
07:30.61	Duarte Bruno Mendonça, Tiago Azevedo Laranjo, Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Filipe Laurentino	sad	26.03.00	Mealhada
07:27.19	Fábio Manuel Pereira, Henrique Pereira Neiva, João Amaral Pereira, Adriano Miguel Niz	cfv	18.12.04	Cantanhede
07:26.03	Miguel Martins Pires, Ricardo Conceição Pedroso, Diogo Banza Pinto, Nuno Filipe Laurentino	sad	10.12.05	Tomar
07:22.58	Pedro Miguel Silva, Fábio Manuel Pereira, Hugo Alberto Ribeiro, Adriano Miguel Niz	cfv	21.12.08	Sines
07:19.52	José João Bica, Nuno Gonçalves Quintanilha, Bernardo Almeida Moreira, Ricardo Sousa Filipe	ldc	05.12.09	Leiria
07:15.07	Fábio André Figueira, Daniel Ricardo Viegas, Duarte Rafael Mourão, Carlos Esteves Almeida	cna	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros

Absoluto - seleções - § (01.06.98)

07:41.89	tempo limite			
07:08.72	Adriano Miguel Niz, Miguel Martins Pires, Fábio Manuel Pereira, Tiago André Venâncio	fpn	06.04.06	Xangai
07:04.93	Miguel Duarte Nascimento, Gabriel José Lopes, Diogo Filipe Carvalho, Alexis Manaças Santos	fpn	09.12.16	Windsor (CAN)

#10x100 LIVRES

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

10:00.0	tempo limite			
---------	--------------	--	--	--

50 BRUÇOS

Júnior B - § (01.10.13)

0:28.56	Pedro Miguel Agostinho	slb	03.05.09	S. Ant. Cavaleiros
---------	------------------------	-----	----------	--------------------

Júnior - § (01.10.04) # (30.09.13)

0:29.44	tempo limite			
0:29.30	Pedro Miguel Agostinho	slb	08.12.08	Guimarães
0:28.56	Pedro Miguel Agostinho	slb	03.05.09	S. Ant. Cavaleiros

Júnior A - § (01.10.13)

0:28.57	Pedro Miguel Agostinho	scp	06.12.09	Leiria
0:28.55	Simão Miguel Capitão	cclamas	24.05.15	Senhora da Hora

Sénior - § (01.10.04)

0:27.22	tempo limite			
0:27.16	Carlos Esteves Almeida	esjb	21.12.14	Porto - Fluvial

Absoluto - § (01.06.98)

0:28.19	José Guilherme Couto	fpn	11.12.98	Sheffield
0:27.81	José Guilherme Couto	fpn	01.04.99	Hong Kong
0:27.60	José Guilherme Couto	fpn	06.04.02	Moscovo
0:27.55	José Guilherme Couto	fpn	06.04.02	Moscovo
0:27.22	José Guilherme Couto	fpn	07.04.02	Moscovo
0:27.16	Carlos Esteves Almeida	esjb	21.12.14	Porto - Fluvial

100 BRUÇOS

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

1:33.5	sad	24.06.73	25 Algés
1:32.3	slb	03.08.73	25 Porto – Fluvial
1:31.6	cfmo	16.02.74	25 CFM
1:29.8	fpn	07.04.74	25 Trento
1:29.4	sad	15.04.74	25 Porto – Antas
1:28.5	cfmo	28.04.74	25 CFM
1:28.2	fcp	25.07.74	25 Porto – Fluvial
1:26.5	fcp	29.03.75	25 Porto – Fluvial
1:24.1	fcp	04.01.76	25 Porto – Antas
1:20.91	fpn	21.03.76	25 Trento
1:20.6	fpn	12.06.76	25 Porto – Fluvial
1:20.4	fpn	23.03.80	25 Trento
1:19.5	scp	03.04.82	25 Viana do Castelo
1:19.5	cnal	18.06.83	25 Coimbra – Municipal
1:19.3	sfuap	16.07.83	50 Lisboa – Olivais
1:18.2	sfuap	10.03.84	25 Lisboa – Areeiro
1:17.6	sfuap	31.03.84	25 Fafe
1:17.55	scp	09.02.85	50 Lisboa – Olivais
1:17.0	scp	23.03.85	25 Viana do Castelo
1:15.57	fpn	06.04.85	50 Lisboa – Olivais
1:15.25	fpn	14.07.85	50 Rapallo
1:14.1	scp	20.07.85	25 Algés
1:13.65	sad	01.06.96	25 Palmela

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:13.28	cns	23.03.02	Tavira
1:13.08	cfb	10.06.03	Almada
1:11.63	cdn	19.07.03	Funchal – Liceu

Infantil B - § (01.10.04)

1:09.54	lsc	15.05.10	Lousada
---------	-----	----------	---------

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:10.7	tempo limite		
1:09.36	cnac	07.04.01	Leiria

Infantil A - § (01.10.04)

1:09.10	cnal	31.03.07	Sines
1:08.37	gdnfama	07.03.09	Cantanhede
1:08.17	gdnfama	10.05.09	Lousada
1:07.92	lsc	12.03.11	Viseu

Iniciado - § (17.07.44) # (31.12.61)

1:35.2	sad	13.08.44	33 Algés
1:31.0	sad	17.09.44	33 Coimbra – Fluvial
1:30.5	gdep	27.08.49	33 Coimbra – Municipal
1:27.5	gdep	08.09.49	33 Alhandra
1:26.5	sad	03.09.50	33 Algés
1:25.7	sad	12.08.56	25 Lisboa – São Bento
1:25.2	sclm	21.03.59	33 GDLM

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

1:23.9	sad	22.09.63	25 Lisboa – São Bento
1:22.8	gdlim	14.04.66	25 AVCM

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

1:22.2	cdna	19.08.67	25 Porto – Fluvial
1:22.0	cdna	20.08.67	25 Porto – Fluvial
1:20.8	avcm	12.01.69	33 GDLM
1:19.7	slb	18.08.71	25 SFUAP
1:16.5	ind	26.03.72	25 Trento
1:16.3	slb	07.01.73	25 Algés
1:14.4	slb	17.03.73	25 Algés
1:14.0	slb	22.07.73	25 SFUAP
1:13.2	slb	29.07.79	33 Funchal – C. Club
1:10.8	slb	12.04.80	25 Lisboa – Luz
1:10.7	anl	21.06.80	25 Porto – Fluvial
1:10.33	fpn	05.07.80	50 Darmstadt
1:10.3	slb	30.03.85	25 Algés
1:09.9	slb	20.07.85	25 Algés
1:08.0	scp	01.02.87	25 Lisboa – Areeiro
1:07.60	scp	20.06.93	25 Algés

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:07.03	cna	28.06.03	Reboleira
1:06.93	pdem	04.06.06	Pinhal Novo
1:06.28	annp	14.11.09	Mealhada
1:05.85	gdnfama	06.12.09	Paços de Ferreira
1:04.22	lsc	04.03.12	Braga

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:05.08	tempo limite		
1:05.02	cfv	14.04.07	Ferrol
1:04.84	gdnfama	12.12.10	Paços de Ferreira
1:03.39	lsc	21.12.12	Sto. Ant. Cavaleiros

Júnior B - § (01.10.13)

1:03.11	scp	17.03.95	Algés
1:02.99	lsc	21.12.13	Felgueiras

Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)

1:27.8	sad	15.08.52	33 Algés
1:27.2	aac	25.07.53	33 Coimbra – Municipal
1:26.4	aac	07.08.53	33 Coimbra – Municipal
1:26.1	sad	23.06.57	25 Lisboa – São Bento
1:25.2	sad	14.07.57	25 Lisboa – São Bento
1:24.0	gdlim	28.02.59	33 GDLM
1:23.8	sclm	19.12.59	25 AVCM

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

1:22.6	avcm	02.03.63	25 AVCM
1:22.5	avcm	14.04.66	25 AVCM
1:20.7	sad	02.07.66	25 Lisboa – São Bento
1:20.4	gdlim	11.03.67	25 AVCM
1:20.4	gdlim	01.04.67	25 AVCM
1:19.4	gdlim	20.01.68	25 AVCM
1:19.1	gdlim	08.03.69	25 AVCM
1:19.0	gdlim	19.04.69	25 AVCM
1:18.4	avcm	18.01.70	25 AVCM
1:17.9	avcm	07.02.70	25 AVCM
1:16.6	avcm	21.02.70	25 AVCM
1:14.0	avcm	14.02.71	25 AVCM
1:13.3	slb	25.08.74	25 Algés
1:13.0	slb	07.12.74	25 Algés
1:11.5	sad	25.01.75	25 Lisboa – Areeiro
1:10.3	fcp	16.03.80	25 Porto – Fluvial
1:09.2	fcp	13.04.80	25 Porto – Antas
1:08.15	fpn	20.12.80	25 Antibes
1:07.6	anp	21.06.81	25 Porto – Fluvial
1:06.28	anl	21.02.82	50 Madrid
1:05.71	slb	28.03.87	25 Algés
1:05.08	scp	04.03.94	25 Braga
1:04.47	scp	05.03.95	25 Algés
1:03.11	scp	17.03.95	25 Algés
1:03.10	cfv	17.05.02	Algés
1:02.58	slb	03.05.09	Sto. Ant. Cavaleiros
1:02.53	scp	05.12.09	Leiria
1:01.25	scp	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
1:01.25	scp	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros

Principiante - § (1937) # (31.12.54)

1:27.0	sad	27.06.37	33 Algés
1:25.4	sad	08.08.46	33 Algés

Antiga categoria Júnior - § (1937) # (31.12.61)

1:27.1/5	sad	01.08.37	33 Curia
1:25.3/5	sad	21.08.37	25 Covilhã
1:24.3/5	sad	07.08.38	33 Alhandra
1:24.3/5	sad	21.08.38	33 Coimbra – Fluvial
1:24.2/5	aac	25.08.40	33 Coimbra – Fluvial
1:24.4	sad	02.08.58	33 Algés
1:23.5	sad	22.08.58	33 Algés
1:23.1	gdlim	18.02.61	25 AVCM

1:22.4	Alberto Sousa Costa	gdlm	04.03.61	33 GDLM
Sénior - § (1937)				
1:19.2/5	João Silva Marques	cfb	19.07.36	33 Algés
1:18.5	José Manuel Fonseca	sad	21.05.61	25 Lisboa – São Bento
1:17.5	Luís Vaz Jorge	sad	26.07.61	25 Lisboa – São Bento
1:16.6	Luís Vaz Jorge	sad	10.07.63	25 Lisboa – São Bento
1:15.3	Carlos Alberto Oliveira	gdlm	13.01.71	33 GDLM
1:13.1	Carlos Alberto Oliveira	gdlm	14.02.71	25 AVCM
1:12.7	Carlos Alberto Oliveira	gdlm	18.02.73	25 AVCM
1:12.3	Carlos Alberto Oliveira	gdlm	24.03.73	25 CFM
1:12.1	Carlos Alberto Oliveira	gdlm	18.01.74	25 CFM
1:12.0	Carlos Alberto Oliveira	gdlm	31.05.74	25 Coimbra – Municipal
1:11.3	Carlos Alberto Oliveira	gdlm	25.01.75	25 Lisboa – Areeiro
1:11.1	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	28.03.76	25 Lisboa – Areeiro
1:11.1	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	16.04.76	25 Porto – Antas
1:11.0	Jaime Sarabando Fidalgo	sad	10.03.79	25 Lisboa – Areeiro
1:09.44	Jaime Sarabando Fidalgo	fpn	24.03.79	25 Atenas
1:08.67	Jaime Sarabando Fidalgo	fpn	28.04.79	25 Porto – Fluvial
1:08.2	Jaime Sarabando Fidalgo	sad	12.04.80	25 Lisboa – Luz
1:06.15	Vasco Castro Sousa	fcp	27.03.82	25 Lisboa – Areeiro
1:05.5	Vasco Castro Sousa	cfp	30.03.85	25 Algés
1:05.3	Alexandre Felske Yokochi	slb	19.05.85	25 Aveiro
1:04.9	Alexandre Felske Yokochi	slb	20.07.85	25 Algés
1:04.64	Alexandre Felske Yokochi	fpn	27.12.86	25 Gijón
1:04.2	Alexandre Felske Yokochi	slb	15.02.92	25 Algés
1:03.43	Alexandre Felske Yokochi	slb	28.02.92	25 Algés
1:02.55	José Guilherme Couto	scp	21.06.96	25 Algés
1:01.51	José Guilherme Couto	fpn	17.04.97	25 Gotemburgo
1:01.13	José Guilherme Couto	scp	06.03.98	25 Felgueiras
1:00.67	José Guilherme Couto	fpn	12.12.98	Sheffield
0:59.91	José Guilherme Couto	fpn	02.04.99	Hong Kong
0:59.62	José Guilherme Couto	fpn	10.12.99	Jamor
0:59.50	Nuno Gonçalo Quintanilha	ldc	05.12.09	Leiria
0:59.31	Nuno Gonçalo Quintanilha	ldc	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
0:58.65	Carlos Esteves Almeida	fpn	22.11.12	Chartres
0:58.19	Carlos Esteves Almeida	fpn	22.11.12	Chartres

Absoluto				
1:21.1/5	João Silva Marques	cfb	10.09.33	33 Algés
1:19.2/5	João Silva Marques	cfb	19.07.36	33 Algés
1:18.5	José Manuel Fonseca	sad	21.05.61	25 Lisboa – São Bento
1:17.5	Luís Vaz Jorge	sad	26.07.61	25 Lisboa – São Bento
1:16.6	Luís Vaz Jorge	sad	10.07.63	25 Lisboa – São Bento
1:16.6	João Carvalho Rocha	avcm	21.02.70	25 AVCM
1:15.3	Carlos Alberto Oliveira	gdlm	13.01.71	33 GDLM
1:13.1	Carlos Alberto Oliveira	gdlm	14.02.71	25 AVCM
1:12.7	Carlos Alberto Oliveira	gdlm	18.02.73	25 AVCM
1:12.3	Carlos Alberto Oliveira	gdlm	24.03.73	25 CFM
1:12.1	Carlos Alberto Oliveira	gdlm	18.01.74	25 CFM
1:12.0	Carlos Alberto Oliveira	gdlm	31.05.74	25 Coimbra – Municipal
1:11.3	Carlos Alberto Oliveira	gdlm	25.01.75	25 Lisboa – Areeiro
1:11.1	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	28.03.76	25 Lisboa – Areeiro
1:11.1	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	16.04.76	25 Porto – Antas
1:11.0	Jaime Sarabando Fidalgo	sad	10.03.79	25 Lisboa – Areeiro
1:09.44	Jaime Sarabando Fidalgo	fpn	24.03.79	25 Atenas
1:08.67	Jaime Sarabando Fidalgo	fpn	28.04.79	25 Porto – Fluvial
1:08.2	Jaime Sarabando Fidalgo	sad	12.04.80	25 Lisboa – Luz
1:08.15	Vasco Castro Sousa	fpn	20.12.80	25 Antibes
1:07.6	Vasco Castro Sousa	anp	21.06.81	25 Porto – Fluvial
1:06.28	Alexandre Felske Yokochi	anl	21.02.82	50 Madrid
1:06.15	Vasco Castro Sousa	fcp	27.03.82	25 Lisboa – Areeiro
1:05.5	Vasco Castro Sousa	cfp	30.03.85	25 Algés
1:05.3	Alexandre Felske Yokochi	slb	19.05.85	25 Aveiro
1:04.9	Alexandre Felske Yokochi	slb	20.07.85	25 Algés
1:04.64	Alexandre Felske Yokochi	fpn	27.12.86	25 Gijón
1:04.2	Alexandre Felske Yokochi	slb	15.02.92	25 Algés
1:03.43	Alexandre Felske Yokochi	slb	28.02.92	25 Algés
1:03.11	José Guilherme Couto	scp	17.03.95	25 Algés
1:02.55	José Guilherme Couto	scp	21.06.96	25 Algés
1:01.51	José Guilherme Couto	fpn	17.04.97	25 Gotemburgo
1:01.13	José Guilherme Couto	scp	06.03.98	25 Felgueiras

1:00.67	José Guilherme Couto	fpn	12.12.98	Sheffield
0:59.91	José Guilherme Couto	fpn	02.04.99	Hong Kong
0:59.62	José Guilherme Couto	fpn	10.12.99	Jamor
0:59.50	Nuno Gonçalo Quintanilha	ldc	05.12.09	Leiria
0:59.31	Nuno Gonçalo Quintanilha	ldc	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
0:58.65	Carlos Esteves Almeida	fpn	22.11.12	Chartres
0:58.19	Carlos Esteves Almeida	fpn	22.11.12	Chartres

200 BRUÇOS

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)				
3:22.7	Carlos Estevão Modesto	sad	10.06.73	25 Algés
3:17.9	Carlos Estevão Modesto	sad	14.07.73	25 Algés
3:15.0	Paulo Heitor e Silva	slb	04.08.73	25 Porto – Fluvial
3:11.6	Carlos Alberto Serra	cfmo	26.01.74	33 GDLM
3:11.0	Carlos Estevão Modesto	sad	14.04.74	25 Porto – Antas
3:10.2	Carlos Alberto Serra	cfmo	27.04.74	25 CFM
3:02.9	José Manuel Borges	fcp	24.07.74	25 Porto – Fluvial
3:01.6	Nuno António Lobo	fcp	28.12.75	25 Porto – Antas
2:59.5	Vasco Castro Sousa	fcp	31.01.76	25 Porto – Antas
2:58.5	Vasco Castro Sousa	fcp	29.02.76	25 Porto – Antas
2:58.3	Vasco Castro Sousa	fcp	04.04.76	25 Porto – Antas
2:55.7	Vasco Castro Sousa	fcp	17.04.76	25 Porto – Antas
2:51.47	Alexandre Luz Pinto	slb	08.08.78	50 Lisboa – Olivais
2:51.4	Rui Paulo Borges	anp	22.12.79	25 Lisboa – Areeiro
2:51.1	Rui Paulo Borges	fcp	15.03.80	25 Porto – Antas
2:50.7	Rui Paulo Borges	anp	22.06.80	25 Porto – Antas
2:49.97	Rui Paulo Borges	fcp	03.08.80	50 Lisboa – Olivais
2:47.3	João Paulo Claro	sfuap	21.06.84	25 SFUAP
2:46.3	Pedro Alexandre Coutinho	scp	21.07.85	25 Lisboa – São Bento
2:43.8	Pedro Alexandre Coutinho	scp	04.08.85	25 SFUAP
2:42.77	João Pedro Coias	anl	01.05.90	25 Arganda
2:38.7	João Pedro Coias	sad	10.05.90	25 Algés

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
2:38.59	Tomás Miguel Freitas	cdn	28.06.03	Funchal – Liceu
2:37.57	Tomás Miguel Freitas	cdn	13.07.03	Funchal – Nazaré

Infantil B - § (01.10.04)				
2:37.57	Tomás Miguel Freitas	cdn	13.07.03	Funchal – Nazaré

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
2:32.94	tempo limite			
2:32.56	Henrique Mira Godinho	esjb	05.05.02	Tavira
2:31.89	Paulo Ricardo Araújo	gdnfama	31.05.03	Leiria
2:30.07	Tomás Miguel Freitas	cdn	04.04.04	Setúbal

Infantil A - § (01.10.04)				
2:29.59	Luís Manuel Fernandes	gdnfama	08.03.09	Cantanhede

Iniciado - § (1959) # (31.12.61)				
3:15.4	Vasco Carrelhas Silva	sad	06.08.59	33 Algés
3:09.4	Sérgio Pinto Pereira	cfb	26.09.59	25 Lisboa – São Bento

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)				
3:07.7	José António Alvarez	avcm	31.01.65	33 GDLM
3:07.1	Vítor Gama Cerqueira	gdlm	19.12.65	33 GDLM
3:06.3	Vítor Gama Cerqueira	gdlm	13.02.66	25 AVCM
3:01.5	Vítor Gama Cerqueira	gdlm	19.03.66	25 AVCM

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)				
2:56.0	José Luís Nunes	cdna	09.08.67	25 Lisboa – São Bento
2:55.6	José Luís Nunes	cdna	19.08.67	25 Porto – Fluvial
2:49.9	Henrique Carvalho Vicêncio	ind	24.06.72	25 Porto – Fluvial
2:45.3	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	14.01.73	25 Algés
2:44.8	Henrique Carvalho Vicêncio	fpn	09.08.73	50 Leeds
2:44.20	Nuno António Lobo	fcp	19.03.78	25 Porto – Antas
2:43.6	Vasco Castro Sousa	fcp	03.06.78	25 Porto – Antas
2:43.0	Alexandre Felske Yokochi	slb	17.03.79	25 Lisboa – Luz
2:37.5	Alexandre Felske Yokochi	slb	14.04.79	25 Porto – Fluvial
2:36.4	Alexandre Felske Yokochi	slb	28.07.79	50 Matur
2:33.31	Alexandre Felske Yokochi	anl	22.12.79	25 Lisboa – Areeiro
2:32.4	Alexandre Felske Yokochi	slb	05.01.80	25 Lisboa – Areeiro
2:31.1	Alexandre Felske Yokochi	slb	19.01.80	25 Lisboa – Areeiro
2:30.6	Alexandre Felske Yokochi	slb	29.03.80	25 Lisboa – Areeiro

2:28.0	Alexandre Felske Yokochi	slb	13.04.80	25 Lisboa – Luz
Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
2:27.92	Sérgio Campainhas Fernandes	edv	02.03.97	25 Penafiel
2:27.67	António Sérgio Pereira	cnac	10.03.02	Guimarães
2:27.10	Diogo Filipe Carvalho	cga	09.03.03	Tomar
2:26.93	Carlos Esteves Almeida	cna	23.03.03	Braga
2:26.72	Carlos Esteves Almeida	cna	28.06.03	Reboleira
Juvenil B - § (01.10.04)				
2:21.70	Luís Manuel Fernandes	gdnfama	05.12.09	Paços de Ferreira
2:20.22	André Gonçalo Santos	lsc	03.03.12	Braga
Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
2:18.42	tempo limite			
Juvenil A - § (01.10.04)				
2:18.22	André Gonçalo Santos	lsc	08.03.13	Felgueiras
Júnior B - § (01.10.13)				
2:16.77	José Guilherme Couto	scp	18.03.95	Algés
2:16.24	Jorge Jesus Silva	scb	10.12.16	Funchal
Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)				
3:18.5	Fernando Rodrigues Trovão	sad	30.08.52	25 Oliveira de Azeméis
3:17.6	Artur Vicente da Silva	sad	16.08.53	33 Algés
3:13.2	Jorge Almeida Viegas Faria	aac	19.08.53	33 Coimbra – Municipal
3:11.1	Joaquim Dias Matos	cnn	07.08.55	33 Algés
3:10.8	Rui Martins Ferreira	cns	03.09.55	33 Figueira da Foz
3:10.3	José Manuel Fonseca	sad	21.07.57	33 Algés
3:09.4	José Manuel Coelho	cnn	29.06.58	25 Lisboa – São Bento
3:06.4	Carlos Boanova Otão	gdlim	21.03.59	33 GDLM
3:06.0	Edgar Prista da Graça	sad	09.08.59	33 Algés
Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)				
3:03.4	José Manuel Conceição	sad	25.08.62	33 Algés
3:01.8	José Manuel Conceição	sad	23.06.63	25 Lisboa – São Bento
3:00.3	José Manuel Conceição	sad	17.08.63	25 Lisboa – São Bento
2:58.0	Vítor Gama Cerqueira	gdlim	17.12.66	25 AVCM
2:56.9	Vítor Gama Cerqueira	gdlim	15.01.67	33 GDLM
2:55.7	Vítor Gama Cerqueira	gdlim	04.03.67	33 GDLM
2:54.5	Vítor Gama Cerqueira	gdlim	19.03.67	25 AVCM
2:51.0	Vítor Gama Cerqueira	gdlim	09.08.67	25 Lisboa – São Bento
2:47.3	João Carvalho Rocha	avcm	06.02.71	25 AVCM
2:45.8	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	02.02.74	25 Lisboa – Areeiro
2:45.7	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	24.02.74	25 Algés
2:45.1	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	24.03.74	25 Algés
2:41.3	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	19.05.74	25 Algés
2:39.4	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	26.01.75	25 Lisboa – Areeiro
2:39.2	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	08.03.75	25 Algés
2:38.0	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	30.03.75	25 Porto – Fluvial
2:36.42	Carlos Estevão Modesto	fpn	18.03.78	25 Atenas
2:33.6	Vasco Castro Sousa	fcp	15.03.80	25 Porto - Antas
2:29.4	Vasco Castro Sousa	fcp	12.04.80	25 Porto - Antas
2:28.3	Vasco Castro Sousa	fcp	20.07.80	25 Porto - Antas
2:27.23	Alexandre Felske Yokochi	fpn	21.12.80	25 Antibes
2:25.41	Alexandre Felske Yokochi	fpn	13.03.81	25 Misgav-Am
2:25.06	Alexandre Felske Yokochi	fpn	07.09.81	50 Split
2:23.90	Alexandre Felske Yokochi	anl	20.02.82	25 Madrid
2:23.70	Alexandre Felske Yokochi	slb	28.03.82	25 Lisboa – Areeiro
2:22.19	Alexandre Felske Yokochi	fpn	16.04.82	50 Buenos Aires
2:18.42	José Guilherme Couto	scp	05.03.94	25 Braga
2:16.77	José Guilherme Couto	scp	18.03.95	25 Algés
2:15.81	Helder José Lopes	acm	25.03.00	Mealhada
2:15.30	Carlos Esteves Almeida	fpn	11.12.05	Trieste
2:14.00	Pedro Miguel Agostinho	scp	04.12.09	Leiria
Júnior A - § (01.10.13)				
2:13.22	André Gonçalo Santos	lsc	19.12.14	Porto - Fluvial
Principiante - # (31.12.54)				
3:20.8	Carlos Azevedo Júlio	gdpep	10.10.43	33 Alhandra
3:19.5	Luiz Ricardo Sebastião	sad	21.06.47	33 Algés
3:16.3	Luiz Ricardo Sebastião	sad	27.07.47	33 Algés
3:14.6	João Dias Bichinho	sad	29.07.47	33 Algés
3:05.6	Manuel de Almeida	aac	26.08.50	33 Coimbra – Municipal

Antiga categoria Júnior - § (1937) # (31.12.61)				
3:17.1/5	João Correia Moura Borges	sad	15.08.37	33 Algés
3:17.1/5	Afonso Almeida Gonçalves	sad	22.08.37	25 Covilhã
3:12.3/5	Edmundo Fragata	sad	12.06.38	33 Algés
3:08.4/5	Edmundo Fragata	sad	26.06.39	33 Algés
3:05.8	Jorge Almeida Viegas Faria	aac	15.08.54	33 Figueira da Foz
3:03.7	José Manuel Fonseca	sad	13.06.58	25 Lisboa – São Bento
3:00.9	José Manuel Fonseca	sad	03.08.58	33 Algés
Sénior - § (1937)				
2:58.0	João Silva Marques	cfb	07.06.36	33 Algés
2:56.4/5	João Silva Marques	cfb	22.08.37	25 Covilhã
2:56.8	José Manuel Fonseca	sad	26.07.59	25 Lisboa – São Bento
2:55.8	José Manuel Fonseca	sad	25.08.59	25 Lisboa – São Bento
2:55.2	José Manuel Fonseca	sad	13.06.60	25 Lisboa – São Bento
2:54.0	José Manuel Fonseca	fpn	19.08.60	33 Algés
2:53.4	José Manuel Fonseca	sad	26.08.61	25 Lisboa – São Bento
2:50.5	Luís Vaz Jorge	sad	09.09.61	33 Tomar
2:49.1	Luís Vaz Jorge	sad	23.08.62	25 Lisboa – São Bento
2:45.7	Luís Vaz Jorge	sad	28.08.64	25 Lisboa – São Bento
2:45.2	José Luís Nunes	apda	21.03.70	25 AVCM
2:44.3	Carlos Alberto Oliveira	gdlim	06.02.71	25 AVCM
2:43.3	Carlos Alberto Oliveira	gdlim	27.02.71	25 AVCM
2:41.7	Carlos Alberto Oliveira	gdlim	11.01.74	33 GDLM
2:38.7	Carlos Alberto Oliveira	gdlim	19.05.74	25 Algés
2:38.0	Carlos Alberto Oliveira	sad	30.03.75	25 Porto – Fluvial
2:36.8	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	16.05.76	25 Algés
2:36.6	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	20.06.76	25 Algés
2:36.56	Jaime Sarabando Fidalgo	sad	25.04.78	25 Porto - Antas
2:36.2	Jaime Sarabando Fidalgo	sad	17.03.79	25 Lisboa – Luz
2:30.79	Jaime Sarabando Fidalgo	fpn	25.03.79	25 Atenas
2:28.9	Jaime Sarabando Fidalgo	sad	13.04.80	25 Lisboa – Luz
2:24.61	Vasco Castro Sousa	fcp	28.03.82	25 Lisboa – Areeiro
2:22.80	Alexandre Felske Yokochi	fpn	29.01.83	50 Amersfoort
2:22.3	Alexandre Felske Yokochi	slb	13.03.83	25 Lisboa – Areeiro
2:22.1	Alexandre Felske Yokochi	slb	27.03.83	25 Fafe
2:19.76	Alexandre Felske Yokochi	fpn	02.08.84	50 Los Angeles
2:19.63	Alexandre Felske Yokochi	fpn	09.08.85	50 Sofia
2:18.92	Alexandre Felske Yokochi	fpn	28.08.85	50 Kobe
2:17.99	Alexandre Felske Yokochi	fpn	21.08.86	50 Madrid
2:17.91	Alexandre Felske Yokochi	fpn	21.08.87	50 Estrasburgo
2:17.87	Alexandre Felske Yokochi	fpn	23.09.88	50 Seul
2:17.4	Alexandre Felske Yokochi	slb	16.02.92	25 Algés
2:17.09	Alexandre Felske Yokochi	slb	29.02.92	25 Algés
2:16.53	José Guilherme Couto	scp	02.03.96	25 Felgueiras
2:15.81	José Guilherme Couto	fpn	22.01.97	25 Espoo
2:14.98	José Guilherme Couto	fpn	25.01.97	25 Malmo
2:12.30	José Guilherme Couto	fpn	19.04.97	25 Gotemburgo
2:11.89	José Guilherme Couto	fpn	13.12.98	Sheffield
2:11.69	José Guilherme Couto	fpn	13.12.98	Sheffield
2:10.47	José Guilherme Couto	fpn	04.04.99	Hong Kong
2:09.56	José Guilherme Couto	fpn	04.04.99	Hong Kong
2:09.14	José Guilherme Couto	fpn	05.04.02	Moscovo
2:08.80	Nuno Gonçalo Quintanilha	ldc	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
2:08.77	Carlos Esteves Almeida	fpn	25.11.12	Chartres
2:05.59	Carlos Esteves Almeida	fpn	25.11.12	Chartres
Absoluto - § (1930)				
3:20.0	Mário Silva Marques	cpac	15.06.24	Lisboa – Casa Pia
3:16.2/5	João Silva Marques	cfb	02.08.31	33 Algés
3:10.4/5	João Silva Marques	cfb	16.08.31	33 Algés
3:07.0	João Silva Marques	cfb	04.10.31	33 Algés
3:00.3/5	João Silva Marques	cfb	23.06.32	Lisboa – J. Tabaco
3:00.1/5	João Silva Marques	cfb	15.09.35	33 Algés
2:59.1/5	João Silva Marques	cfb	24.05.36	33 Algés
2:58.0	João Silva Marques	cfb	07.06.36	33 Algés
2:56.4/5	João Silva Marques	cfb	22.08.37	25 Covilhã
2:56.8	José Manuel Fonseca	sad	26.07.59	25 Lisboa – São Bento
2:55.8	José Manuel Fonseca	sad	25.08.59	25 Lisboa – São Bento
2:55.2	José Manuel Fonseca	sad	13.06.60	25 Lisboa – São Bento
2:54.0	José Manuel Fonseca	fpn	19.08.60	33 Algés

2:53.4	José Manuel Fonseca	sad	26.08.61	25 Lisboa – São Bento
2:50.5	Luís Vaz Jorge	sad	09.09.61	33 Tomar
2:49.1	Luís Vaz Jorge	sad	23.08.62	25 Lisboa – São Bento
2:45.7	Luís Vaz Jorge	sad	28.08.64	25 Lisboa – São Bento
2:45.2	José Luís Nunes	apda	21.03.70	25 AVCM
2:44.3	Carlos Alberto Oliveira	gdln	06.02.71	25 AVCM
2:43.3	Carlos Alberto Oliveira	gdln	27.02.71	25 AVCM
2:41.7	Carlos Alberto Oliveira	gdln	11.01.74	33 GDLM
2:38.7	Carlos Alberto Oliveira	gdln	19.05.74	25 Algés
2:38.0	Carlos Alberto Oliveira	sad	30.03.75	25 Porto – Fluvial
2:38.0	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	30.03.75	25 Porto – Fluvial
2:36.8	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	16.05.76	25 Algés
2:36.6	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	20.06.76	25 Algés
2:36.42	Carlos Estevão Modesto	fjn	18.03.78	25 Atenas
2:36.2	Jaime Sarabando Fidalgo	sad	17.03.79	25 Lisboa – Luz
2:30.79	Jaime Sarabando Fidalgo	fjn	25.03.79	25 Atenas
2:30.6	Alexandre Felske Yokochi	slb	29.03.80	25 Lisboa – Areeiro
2:29.4	Vasco Castro Sousa	fcp	12.04.80	25 Porto – Antas
2:28.0	Alexandre Felske Yokochi	slb	13.04.80	25 Lisboa – Luz
2:27.23	Alexandre Felske Yokochi	fjn	21.12.80	25 Antibes
2:25.41	Alexandre Felske Yokochi	fjn	13.03.81	25 Misgav-Am
2:25.06	Alexandre Felske Yokochi	fjn	07.09.81	50 Split
2:23.90	Alexandre Felske Yokochi	anl	20.02.82	25 Madrid
2:23.70	Alexandre Felske Yokochi	slb	28.03.82	25 Lisboa – Areeiro
2:22.19	Alexandre Felske Yokochi	fjn	16.04.82	50 Buenos Aires
2:22.1	Alexandre Felske Yokochi	slb	27.03.83	25 Fafe
2:19.76	Alexandre Felske Yokochi	fjn	02.08.84	50 Los Angeles
2:19.63	Alexandre Felske Yokochi	fjn	09.08.85	50 Sofia
2:18.92	Alexandre Felske Yokochi	fjn	28.08.85	50 Kobe
2:17.99	Alexandre Felske Yokochi	fjn	21.08.86	50 Madrid
2:17.91	Alexandre Felske Yokochi	fjn	21.08.87	50 Estrasburgo
2:17.87	Alexandre Felske Yokochi	fjn	23.09.88	50 Seul
2:17.4	Alexandre Felske Yokochi	slb	16.02.92	25 Algés
2:17.09	Alexandre Felske Yokochi	slb	29.02.92	25 Algés
2:16.77	José Guilherme Couto	scp	18.03.95	25 Algés
2:16.53	José Guilherme Couto	scp	02.03.96	25 Felgueiras
2:15.81	José Guilherme Couto	fjn	22.01.97	25 Espoo
2:14.98	José Guilherme Couto	fjn	25.01.97	25 Malmo
2:12.30	José Guilherme Couto	fjn	19.04.97	25 Gotemburgo
2:11.89	José Guilherme Couto	fjn	13.12.98	Sheffield
2:11.69	José Guilherme Couto	fjn	13.12.98	Sheffield
2:10.47	José Guilherme Couto	fjn	04.04.99	Hong Kong
2:09.56	José Guilherme Couto	fjn	04.04.99	Hong Kong
2:09.14	José Guilherme Couto	fjn	05.04.02	Moscovo
2:08.80	Nuno Gonçalo Quintanilha	ldc	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
2:08.77	Carlos Esteves Almeida	fjn	25.11.12	Chartres
2:05.59	Carlos Esteves Almeida	fjn	25.11.12	Chartres

#400 BRUÇOS

Principiante - # (1953)

7:27.2/5	António Rogério Sousa e Silva	cfuc	03.10.40	33 Coimbra – Fluvial
6:55.4	Celestino Soares	aac	30.09.41	33 Coimbra – Fluvial
6:53.2	António Jorge da Silva	asc	29.08.53	33 Alhandra

Antiga categoria Júnior - # (1953)

7:08.2/5	Luís Fidalgo	aac	03.10.40	33 Coimbra
7:00.2/5	Luís Fidalgo	aac	27.09.42	33 Coimbra
6:44.5	Lindberg Conceição Nunes	asc	29.08.53	33 Alhandra

Sénior - # (1953)

6:25.2/5	João Silva Marques	cfb	19.07.36	33 Algés
6:25.2	Júlio Mendes Silva	ind	05.08.43	33 Alhandra
6:24.0	Artur Mendes Silva	fjn	08.10.46	33 Tenerife

Absoluto - # (1953)

6:25.2/5	João Silva Marques	cfb	19.07.36	33 Algés
6:25.2	Júlio Mendes Silva	ind	05.08.43	33 Alhandra
6:24.0	Artur Mendes Silva	fjn	08.10.46	33 Tenerife

#500 BRUÇOS

Principiante - # (1953)

9:47.0	George Black	gdep	10.10.43	33 Alhandra
9:16.0	Carlos Azevedo Júlio	gdep	17.10.43	33 Algés

Antiga categoria Júnior - # (1953)

9:33.0	Atílio Palma Rego	gdep	05.08.43	33 Alhandra
8:51.4	Adriano Cabral Rodrigues	sad	01.10.44	33 Algés
8:32.3	Lindberg Conceição Nunes	asc	29.08.53	33 Alhandra

Sénior - # (1953)

8:20.0	Júlio Mendes Silva	ind	05.08.43	33 Alhandra
--------	--------------------	-----	----------	-------------

Absoluto - # (1953)

8:20.0	Júlio Mendes Silva	ind	05.08.43	33 Alhandra
--------	--------------------	-----	----------	-------------

#4X100 BRUÇOS

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

4:52.0	tempo limite			
--------	--------------	--	--	--

#4X200 BRUÇOS

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

10:40.0	tempo limite			
---------	--------------	--	--	--

50 COSTAS

Júnior B - § (01.10.13)

0:26.75	Adriano Miguel Niz	cfv	23.11.02	Felgueiras
0:26.69	Alexandre Lages Ribas	edv	21-12.13	Felgueiras
0:25.37	Gabriel José Lopes	cdl	11.05.14	Coimbra – Pedrulha

Júnior - § (01.10.04) # (30.09.13)

0:26.79	tempo limite			
0:25.01	Alexis Manaças Santos	scp	04.12.09	Leiria

Júnior A - § (01.10.13)

0:25.01	Alexis Manaças Santos	scp	04.12.09	Leiria
---------	-----------------------	-----	----------	--------

Sénior - § (01.10.04)

0:24.76	tempo limite			
0:24.40	Alexis Manaças Santos	fjn	23.11.12	Chartres
0:24.21	Alexis Manaças Santos	fjn	23.11.12	Chartres
0:23.93	Alexis Manaças Santos	scp	21.12.13	Felgueiras
0:23.90	Alexis Manaças Santos	scp	11.12.15	Porto – Fluvial

Absoluto - § (01.06.98)

0:25.68	tempo limite			
0:25.55	Nuno Filipe Laurentino	fjn	11.12.98	Sheffield
0:25.31	Nuno Filipe Laurentino	sad	16.01.99	Funchal – Nazaré
0:25.16	Nuno Filipe Laurentino	fjn	21.02.99	Paris
0:25.06	Nuno Filipe Laurentino	fjn	01.04.99	Hong Kong
0:24.91	Nuno Filipe Laurentino	fjn	01.04.99	Hong Kong
0:24.90	Nuno Filipe Laurentino	fjn	05.04.02	Moscovo
0:24.76	Nuno Filipe Laurentino	fjn	05.04.02	Moscovo
0:24.40	Alexis Manaças Santos	fjn	23.11.12	Chartres
0:24.21	Alexis Manaças Santos	fjn	23.11.12	Chartres
0:23.93	Alexis Manaças Santos	scp	21.12.13	Felgueiras
0:23.90	Alexis Manaças Santos	scp	11.12.15	Porto – Fluvial

100 COSTAS

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

1:26.0	Carlos Estevão Modesto	sad	10.06.73	25 Algés
1:24.5	Carlos Estevão Modesto	sad	24.06.73	25 Algés
1:19.7	Paulo José Frischknecht	sad	14.07.73	25 Algés
1:18.9	André Filipe Fonseca	fpn	29.07.73	50 Génova
1:18.8	André Filipe Fonseca	fcp	05.08.73	25 Porto – Fluvial
1:16.8	Paulo José Frischknecht	sad	11.08.73	25 Algés
1:15.8	José Carlos Moreira	fcp	24.07.77	25 Porto - Antas
1:13.0	José Carlos Moreira	fcp	21.01.78	25 Porto - Antas
1:12.6	José Carlos Moreira	fcp	19.02.78	25 Porto – Fluvial
1:11.01	José Carlos Moreira	fcp	25.04.78	25 Porto - Antas
1:10.92	José Carlos Moreira	fpn	23.07.78	50 Génova
1:10.6	Pedro Luz Pinto	fpn	22.04.84	50 Zwevegen
1:10.27	Pedro Luz Pinto	scp	23.06.84	50 Porto – Campanhã
1:09.3	João Pinho Serra	slb	19.03.88	25 Fafe
1:08.8	João Pinho Serra	slb	29.01.89	25 Algés
1:08.7	João Pinho Serra	slb	11.03.89	25 Lisboa – Areeiro
1:07.77	João Pinho Serra	slb	24.03.89	25 Guimarães
1:07.73	João Pinho Serra	slb	30.07.89	50 Lisboa – Olivais
1:06.70	João Hernandez Cardoso	aac	04.07.92	25 Coimbra – Municipal
1:06.62	Paulo Fernando Pedro	sfuap	07.05.95	25 Algés

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:06.28	David Miguel Ferro	sfuap	21.06.97	25 SFUAP
1:05.98	Fábio Parrilha da Silva	cnal	31.03.00	Penafiel
1:05.14	Adelino Emanuel Gaitero	lsc	18.05.02	Matosinhos

Infantil B - § (01.10.04)

1:04.76	Alexandre Lages Ribas	edv	09.05.10	Ponte da Barca
1:04.62	José Diogo Dias	fbsc	07.05.17	Coimbra (Rui Abreu)

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:03.0	tempo limite			
1:01.53	David Miguel Ferro	sfuap	13.03.98	25 Algés

Infantil A - § (01.10.04)

1:00.97	Alexandre Lages Ribas	edv	11.03.11	Viseu
1:00.91	Ricardo Filipe Costa	cap	11.06.16	Fafe
0:59.50	Ricardo Lopes Silva	dnmg	10.06.17	Caldas da Rainha

Iniciado - § (17.07.44) # (31.12.61)

1:25.4	Nuno Silva Barreto	gdep	17.08.44	33 Algés
1:20.6	João Franco do Vale	sad	29.07.45	33 Algés
1:19.8	João Franco do Vale	sad	21.10.45	33 Algés
1:19.2	João Franco do Vale	sad	23.06.46	33 Algés
1:18.7	Carlos Boanova Otão	gdml	30.08.58	50 Praia das Maças
1:18.5	António José dos Santos	cnm	01.08.59	25 Lisboa – São Bento
1:16.4	António Bessone Basto	sad	17.07.60	25 Lisboa – Pedrouços
1:13.8	António Bessone Basto	sad	09.10.60	33 Algés

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

1:11.4	Carlos Monteiro da Silva	sad	16.04.66	25 Lisboa – Areeiro
--------	--------------------------	-----	----------	---------------------

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

1:10.6	Luís Bleck Silva	sad	04.04.71	25 Coimbra – Municipal
1:10.5	Luís Bleck Silva	sad	06.04.71	25 Lisboa – Areeiro
1:10.3	António Botelho de Melo	apdm	16.08.74	50 Lisboa – Olivais
1:09.5	Paulo José Frischknecht	sad	24.08.74	25 Algés
1:08.3	José Carlos Moreira	fcp	09.12.78	25 Porto - Antas
1:07.2	José Carlos Moreira	fcp	18.03.79	25 Porto – Fluvial
1:07.0	José Carlos Moreira	fcp	14.04.79	25 Porto – Fluvial
1:06.96	José Carlos Moreira	fcp	01.07.79	25 Porto - Antas
1:06.4	José Carlos Moreira	fcp	17.07.79	25 Porto - Antas
1:05.67	José Carlos Moreira	fpn	25.01.80	50 Genebra
1:04.2	José Carlos Moreira	fcp	16.03.80	25 Porto – Fluvial
1:03.8	José Carlos Moreira	fcp	13.04.80	25 Porto - Antas
1:03.0	José Carlos Moreira	fcp	20.07.80	25 Porto - Antas
1:02.9	José Carlos Moreira	fpn	21.03.81	25 Trento
1:02.55	José Carlos Meinado	fcp	23.03.86	25 Porto - Antas
1:01.7	Nuno Miguel Pereira	cdn	30.06.91	25 Funchal

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:01.48	Eugénio Pinho Costa	scb	14.02.97	25 Viana do Castelo
---------	---------------------	-----	----------	---------------------

1:00.63	Eugénio Pinho Costa	scb	16.02.97	25 Viana do Castelo
1:00.59	Eugénio Pinho Costa	scb	28.02.97	25 Penafiel
1:00.30	João Sousa Fernandes	ind	20.06.99	Coimbra – Municipal
0:59.95	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	23.02.03	Estoril
0:59.13	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	23.02.03	Estoril
0:58.65	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	10.05.03	Tomar

Juvenil B - § (01.10.04)

0:58.46	Alexandre Lages Ribas	edv	19.02.12	Estoril
0:57.75	Gabriel José Lopes	anc	14.04.12	Abrantes
0:57.38	Gabriel José Lopes	cdl	13.05.12	Coimbra

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:59.94	tempo limite			
0:59.73	José Frederico Cavalheiro	aac	28.02.97	25 Penafiel
0:59.22	Eugénio Pinho Costa	scb	27.02.98	25 Lousada
0:58.34	João Sousa Fernandes	cna	17.03.00	Braga
0:58.18	Adriano Miguel Niz	anmp	24.11.01	Portalegre
0:57.54	Adriano Miguel Niz	anmp	08.03.02	Guimarães
0:57.43	Adriano Miguel Niz	cfv	20.04.02	Pontevedra
0:57.41	Adriano Miguel Niz	cfv	17.05.02	Algés

Juvenil A - § (01.10.04)

0:56.45	Diogo Gomes Sousa	cvg	04.12.10	Porto – Fluvial
---------	-------------------	-----	----------	-----------------

Júnior B - § (01.10.13)

0:56.33	Adriano Miguel Niz	cfv	05.07.03	Coimbra – Celas
0:54.97	Gabriel José Lopes	cdl	11.05.14	Coimbra – Pedrulha

Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)

1:32.2	José Moura Relvas	aac	31.08.52	25 Oliveira de Azeméis
1:28.5	Rui Santos Pinto	sclm	31.01.53	L. Marques
1:22.3	Ricardo Santos Marques	sad	04.07.54	33 Algés
1:22.2	Ricardo Santos Marques	sad	22.08.54	33 Figueira da Foz
1:20.9	José António Sacadura	sad	12.08.56	25 Lisboa – São Bento
1:20.6	Raul Ângelo Cerqueira	sad	05.05.57	33 Algés
1:19.2	Raul Ângelo Cerqueira	sad	19.06.57	Algés
1:17.1	Raul Ângelo Cerqueira	sad	21.07.57	33 Algés
1:16.6	Raul Ângelo Cerqueira	sad	04.08.57	Algés
1:13.9	Carlos Boanova Otão	gdml	07.02.59	33 GDLM
1:13.7	António José dos Santos	cnm	24.06.60	25 Lisboa – São Bento
1:13.4	António José dos Santos	cnm	10.08.60	25 Lisboa – São Bento
1:13.1	António José dos Santos	cnm	15.08.60	25 Lisboa – São Bento
1:11.3	António Bessone Basto	sad	21.05.61	25 Lisboa – São Bento
1:09.5	António Bessone Basto	sad	27.07.61	25 Lisboa – São Bento

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

1:08.9	Carlos Monteiro da Silva	onmp	09.07.66	33 Algés
1:08.2	Carlos Monteiro da Silva	onmp	07.08.68	50 Lisboa – Olivais
1:08.1	Carlos Monteiro da Silva	onmp	09.08.68	50 Lisboa – Olivais
1:07.8	José Carlos Bacelar	cfp	24.07.74	25 Porto – Fluvial
1:04.8	António Botelho de Melo	cac	14.03.76	25 Lisboa – Areeiro
1:04.62	António Botelho de Melo	fpn	11.04.76	25 Luxemburgo
1:03.81	António Botelho de Melo	fpn	11.04.76	25 Luxemburgo
1:03.7	António Botelho de Melo	fpn	12.06.76	25 Porto – Fluvial
1:03.6	Jacob Carlos Frischknecht	sad	13.04.80	25 Lisboa – Luz
1:03.55	Jacob Carlos Frischknecht	fpn	18.04.80	50 Madrid
1:03.12	Pedro Ferreira Soares	abve	28.03.82	25 Lisboa – Areeiro
1:02.99	Pedro Ferreira Soares	abve	10.04.82	25 Madrid - Canoe
1:02.47	Pedro Ferreira Soares	abve	11.04.82	25 Madrid - Canoe
1:01.92	Mabilio António Albuquerque	fcp	23.03.86	25 Porto - Antas
1:01.69	Pedro Manuel Lima	scp	29.03.87	25 Algés
1:01.4	Pedro Manuel Lima	scp	17.01.88	25 Lisboa – Areeiro
1:00.2	José Carlos Meinado	fcp	26.03.88	25 Porto - Antas
1:00.1	José Carlos Meinado	fcp	24.04.88	25 Corunha
0:59.8	Miguel Arrobas Silva	sad	20.06.91	25 Algés
0:59.7	Miguel Arrobas Silva	sad	23.06.91	25 Algés
0:59.2	Nuno Filipe Laurentino	slb	16.02.92	25 Algés
0:58.35	Nuno Filipe Laurentino	slb	29.02.92	25 Algés
0:57.49	Alexandre Miguel Gonçalves	aac	17.03.95	25 Algés
0:57.04	Alexandre Miguel Gonçalves	aac	19.03.95	25 Algés
0:56.92	Adriano Miguel Niz	cfv	23.02.03	Estoril
0:56.72	Adriano Miguel Niz	cfv	15.03.03	Vila do Conde
0:56.33	Adriano Miguel Niz	cfv	05.07.03	Coimbra – Celas

0:55.96	Adriano Miguel Niz	cfv	15.02.04	Estoril
0:55.88	Adriano Miguel Niz	cfv	17.04.04	Ferrol
0:55.55	Adriano Miguel Niz	cfv	18.04.04	Corunha
0:54.18	Alexis Manaças Santos	scp	04.12.09	Leiria
0:53.88	Alexis Manaças Santos	scp	05.12.09	Leiria
Júnior A - § (01.10.13)				
0:53.88	Alexis Manaças Santos	scp	05.12.09	Leiria
Principiante - § (1937) # (31.12.54)				
1:26.0	Mário Alua Simas	sad	27.06.37	33 Algés
1:25.2/5	Mário Alua Simas	sad	04.07.37	33 Algés
1:23.1/5	Mário Alua Simas	sad	08.08.37	33 Algés
1:22.0	Artur Mendes Silva	gdep	13.08.44	33 Algés
1:17.1	João Franco do Vale	sad	01.08.46	33 Algés
1:17.1	João Franco do Vale	sad	25.05.47	33 Algés
1:16.6	João Franco do Vale	sad	22.06.47	33 Algés
1:15.6	João Franco do Vale	sad	27.06.48	33 Algés
1:13.6	João Franco do Vale	sad	04.07.48	33 Algés
Antiga categoria Júnior - § (1937) # (31.12.61)				
1:22.1/5	João Moniz Pereira	sad	02.06.37	33 Algés
1:20.4/5	João Moniz Pereira	sad	24.10.37	33 Algés
1:19.0	Mário Alua Simas	sad	22.05.38	33 Algés
1:17.7	Mário Alua Simas	lfb	05.06.38	33 Algés
1:16.2/5	Mário Alua Simas	sad	12.06.38	33 Algés
1:15.4	João Franco do Vale	sad	15.07.48	33 Algés
1:14.4	João Franco do Vale	sad	29.07.48	33 Algés
1:14.2	Eduardo Murta Barbeiro	sad	07.05.50	33 Algés
1:13.6	Eduardo Murta Barbeiro	sad	23.06.50	33 Algés
1:13.6	Raul Ângelo Cerqueira	sad	04.06.58	33 Algés
1:12.4	Raul Ângelo Cerqueira	sad	13.06.58	25 Lisboa – São Bento
1:12.0	Raul Ângelo Cerqueira	sad	02.08.58	33 Algés
1:10.5	António Bessone Basto	sad	27.08.61	33 Algés
Sénior - § (1937)				
1:20.2/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	27.06.37	33 Algés
1:20.1/5	Fernando Pereira Leal	cnn	12.08.37	33 Algés
1:20.0	Fernando Pereira Leal	cnn	21.08.37	25 Covilhã
1:19.2/5	Fernando Pereira Leal	cnn	24.10.37	33 Algés
1:18.1/5	Mário Alua Simas	sad	14.07.38	33 Algés
1:17.0	Mário Alua Simas	sad	20.08.38	33 Coimbra – Fluvial
1:16.0	Mário Alua Simas	sad	02.09.38	33 Algés
1:13.3/5	Mário Alua Simas	sad	21.05.39	33 Algés
1:12.0	Mário Alua Simas	sad	26.06.39	33 Algés
1:11.2/5	Mário Alua Simas	sad	09.08.39	33 Algés
1:10.9	Mário Alua Simas	sad	26.07.40	33 Algés
1:09.4	Mário Alua Simas	sad	09.09.41	25 Algés
1:09.0	Mário Alua Simas	onmp	29.05.42	33 Algés
1:08.7	Raul Ângelo Cerqueira	sad	13.06.60	25 Lisboa – São Bento
1:08.6	Raul Ângelo Cerqueira	sad	15.06.60	33 Algés
1:08.4	Raul Ângelo Cerqueira	sad	26.07.60	33 Algés
1:07.0	Raul Ângelo Cerqueira	fjn	13.08.60	33 Algés
1:06.7	Raul Ângelo Cerqueira	fjn	30.08.60	50 Roma
1:06.7	José Gomes Pereira	anl	24.03.73	25 Coimbra – Municipal
1:06.2	José Gomes Pereira	sad	23.03.74	25 Lisboa – Areeiro
1:06.2	José Gomes Pereira	sad	06.04.74	25 Lisboa – Areeiro
1:05.2	José Gomes Pereira	sad	29.05.75	25 Algés
1:05.2	António Botelho de Melo	cac	22.01.77	25 Coimbra – Municipal
1:05.2	António Botelho de Melo	cac	05.02.77	25 Coimbra – Municipal
1:03.71	António Botelho de Melo	cac	12.02.77	25 Lisboa – Areeiro
1:03.3	António Botelho de Melo	cac	18.03.77	25 Coimbra – Municipal
1:02.30	António Botelho de Melo	cac	09.04.77	25 Viseu – Municipal
1:01.72	Rui Pinto Abreu	fjn	18.03.78	25 Atenas
1:01.40	Rui Pinto Abreu	fjn	24.03.79	25 Atenas
0:59.95	Rui Pinto Abreu	fjn	28.04.79	25 Porto – Fluvial
0:59.93	Rui Pinto Abreu	fjn	07.02.81	25 Paris
0:59.76	Pedro Ferreira Soares	fjn	22.08.86	50 Madrid
0:59.73	Pedro Ferreira Soares	fjn	28.02.88	25 S. Compostela
0:59.39	José Carlos Meinado	fcp	25.02.90	25 Algés
0:59.3	Gonçalo Diogo Francisco	slb	23.06.91	25 Algés
0:59.0	Miguel Arrobas Silva	sad	16.02.92	25 Algés
0:58.62	Miguel Arrobas Silva	sad	29.02.92	25 Algés

0:58.54	Miguel Arrobas Silva	sad	29.02.92	25 Algés
0:58.41	Nuno Filipe Laurentino	slb	12.02.93	25 Algés
0:57.34	Nuno Filipe Laurentino	slb	26.02.93	25 Algés
0:56.05	Nuno Filipe Laurentino	fjn	05.12.93	25 Palma de Maiorca
0:55.79	Nuno Filipe Laurentino	fjn	05.12.93	25 Palma de Maiorca
0:55.61	Nuno Filipe Laurentino	fjn	22.03.94	25 Sheffield
0:55.43	Nuno Filipe Laurentino	fjn	11.02.95	25 Sheffield
0:55.17	Nuno Filipe Laurentino	sad	17.03.95	25 Algés
0:54.81	Nuno Filipe Laurentino	fjn	03.12.95	25 Rio de Janeiro
0:54.77	Nuno Filipe Laurentino	fjn	20.02.99	Paris
0:54.68	Nuno Filipe Laurentino	fjn	20.02.99	Paris
0:53.91	Nuno Filipe Laurentino	fjn	03.04.99	Hong Kong
0:53.65	Nuno Filipe Laurentino	sad	24.03.00	Mealhada
0:53.36	Nuno Filipe Laurentino	fjn	03.04.02	Moscovo
0:53.04	Nuno Filipe Laurentino	fjn	03.04.02	Moscovo
0:52.70	Alexis Manaças Santos	scp	17.12.11	Mealhada
0:52.16	Alexis Manaças Santos	fjn	24.11.12	Chartres
0:52.03	Alexis Manaças Santos	fjn	14.12.13	Herning
Absoluto - § (1930)				
1:33.4/5	Fernando Cabral Sacadura	sad	17.08.30	33 Algés
1:33.1/5	Alberto Ferro Murinelo	csp	05.10.30	33 Algés
1:32.2/5	Alberto Ferro Murinelo	csp	19.10.30	33 Algés
1:31.0	Fernando Cabral Sacadura	sad	02.08.31	33 Algés
1:30.0	Fernando Cabral Sacadura	sad	15.08.31	33 Algés
1:29.3/5	Fernando Cabral Sacadura	sad	31.07.32	33 Algés
1:28.0	Fernando Cabral Sacadura	sad	02.10.32	33 Algés
1:27.4	Alberto Azinhais dos Santos	sad	07.11.32	25 CN Barcelona
1:27.1/5	João Silva Marques	cfb	28.07.34	33 Algés
1:24.1/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	26.08.34	33 Algés
1:24.0	Alberto Azinhais dos Santos	sad	15.09.34	33 Algés
1:23.0	Alberto Azinhais dos Santos	sad	06.07.35	25 Madrid
1:21.2	Alberto Azinhais dos Santos	sad	07.07.35	25 Madrid
1:20.2/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	27.06.37	33 Algés
1:20.1/5	Fernando Pereira Leal	cnn	12.08.37	33 Algés
1:20.0	Fernando Pereira Leal	cnn	21.08.37	25 Covilhã
1:19.2/5	Fernando Pereira Leal	cnn	24.10.37	33 Algés
1:19.0	Mário Alua Simas	sad	22.05.38	33 Algés
1:17.7	Mário Alua Simas	lfb	05.06.38	33 Algés
1:16.2/5	Mário Alua Simas	sad	12.06.38	33 Algés
1:16.0	Mário Alua Simas	sad	02.09.38	33 Algés
1:13.3/5	Mário Alua Simas	sad	21.05.39	33 Algés
1:12.0	Mário Alua Simas	sad	26.06.39	33 Algés
1:11.2/5	Mário Alua Simas	sad	09.08.39	33 Algés
1:10.9	Mário Alua Simas	sad	26.07.40	33 Algés
1:09.4	Mário Alua Simas	sad	09.09.41	25 Algés
1:09.0	Mário Alua Simas	onmp	29.05.42	33 Algés
1:08.7	Raul Ângelo Cerqueira	sad	13.06.60	25 Lisboa – São Bento
1:08.6	Raul Ângelo Cerqueira	sad	15.06.60	33 Algés
1:08.4	Raul Ângelo Cerqueira	sad	26.07.60	33 Algés
1:07.0	Raul Ângelo Cerqueira	fjn	13.08.60	33 Algés
1:06.7	Raul Ângelo Cerqueira	fjn	30.08.60	50 Roma
1:06.7	José Gomes Pereira	anl	24.03.73	25 Coimbra – Municipal
1:06.2	José Gomes Pereira	sad	23.03.74	25 Lisboa – Areeiro
1:06.2	José Gomes Pereira	sad	06.04.74	25 Lisboa – Areeiro
1:05.2	José Gomes Pereira	sad	29.05.75	25 Algés
1:04.8	António Botelho de Melo	cac	14.03.76	25 Lisboa – Areeiro
1:04.62	António Botelho de Melo	fjn	11.04.76	25 Luxemburgo
1:03.81	António Botelho de Melo	fjn	11.04.76	25 Luxemburgo
1:03.7	António Botelho de Melo	fjn	12.06.76	25 Porto – Fluvial
1:03.3	António Botelho de Melo	cac	18.03.77	25 Coimbra – Municipal
1:02.30	António Botelho de Melo	cac	09.04.77	25 Viseu – Municipal
1:01.72	Rui Pinto Abreu	fjn	18.03.78	25 Atenas
1:01.40	Rui Pinto Abreu	fjn	24.03.79	25 Atenas
0:59.95	Rui Pinto Abreu	fjn	28.04.79	25 Porto – Fluvial
0:59.93	Rui Pinto Abreu	fjn	07.02.81	25 Paris
0:59.76	Pedro Ferreira Soares	fjn	22.08.86	50 Madrid
0:59.73	Pedro Ferreira Soares	fjn	28.02.88	25 S. Compostela
0:59.39	José Carlos Meinado	fcp	25.02.90	25 Algés
0:59.3	Gonçalo Diogo Francisco	slb	23.06.91	25 Algés
0:59.0	Miguel Arrobas Silva	sad	16.02.92	25 Algés
0:58.62	Miguel Arrobas Silva	sad	29.02.92	25 Algés

0:58.54	Miguel Arrobas Silva	sad	29.02.92	25 Algés
0:58.35	Nuno Filipe Laurentino	slb	29.02.92	25 Algés
0:57.34	Nuno Filipe Laurentino	slb	26.02.93	25 Algés
0:56.05	Nuno Filipe Laurentino	fpn	05.12.93	25 Palma de Maiorca
0:55.79	Nuno Filipe Laurentino	fpn	05.12.93	25 Palma de Maiorca
0:55.61	Nuno Filipe Laurentino	fpn	22.03.94	25 Sheffield
0:55.43	Nuno Filipe Laurentino	fpn	11.02.95	25 Sheffield
0:55.17	Nuno Filipe Laurentino	sad	17.03.95	25 Algés
0:54.81	Nuno Filipe Laurentino	fpn	03.12.95	25 Rio de Janeiro
0:54.77	Nuno Filipe Laurentino	fpn	20.02.99	Paris
0:54.68	Nuno Filipe Laurentino	fpn	20.02.99	Paris
0:53.91	Nuno Filipe Laurentino	fpn	03.04.99	Hong Kong
0:53.65	Nuno Filipe Laurentino	sad	24.03.00	Mealhada
0:53.36	Nuno Filipe Laurentino	fpn	03.04.02	Moscovo
0:53.04	Nuno Filipe Laurentino	fpn	03.04.02	Moscovo
0:52.70	Alexis Manaças Santos	scp	17.12.11	Mealhada
0:52.16	Alexis Manaças Santos	fpn	24.11.12	Chartres
0:52.03	Alexis Manaças Santos	fpn	14.12.13	Herning

200 COSTAS

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

2:45.6	Paulo José Frischknecht	sad	14.07.73	25 Algés
2:42.9	André Filipe Fonseca	fcp	04.08.73	25 Porto - Fluvial
2:39.7	José Carlos Moreira	fcp	16.07.77	25 Porto - Fluvial
2:39.4	José Carlos Moreira	fcp	04.12.77	25 Porto - Antas
2:34.9	José Carlos Moreira	fcp	18.03.78	25 Porto - Fluvial
2:32.32	José Carlos Moreira	fcp	23.04.78	25 Porto - Antas
2:31.6	José Carlos Moreira	fcp	17.06.78	25 Porto - Antas
2:31.1	Pedro Luz Pinto	fpn	21.04.84	50 Zwevegen
2:26.8	João Pinho Serra	slb	10.03.89	25 Algés
2:24.70	João Hernandez Cardoso	aac	04.07.92	25 Coimbra - Municipal
2:23.60	João Hernandez Cardoso	aac	09.07.92	25 Coimbra - Municipal
2:22.69	Paulo Fernando Pedro	sfuap	31.03.95	25 Felgueiras

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:21.62	Adelino Emanuel Gaitheiro	lsc	10.06.02	Braga
2:19.41	Pedro Fontoura Oliveira	ctb	28.06.03	Reboleira

Infantil B - § (01.10.04)

2:18.15	Alexandre Lages Ribas	edv	03.07.10	Ponte da Barca
2:17.85	André Vilas Ruivo	dnmg	19.01.13	Alcobaça
2:15.27	André Vilas Ruivo	dnmg	16.03.13	Sto. Ant. Cavaleiros

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:14.8	tempo limite			
2:12.44	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	07.07.02	Rio Maior

Infantil A - § (01.10.04)

2:12.33	João Alexandre Vital	cimm	10.06.12	Piscina SCP
2:09.17	João Alexandre Vital	cimm	29.06.12	Algés

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

3:18.0	Joaquim Ferreira Alves	sad	24.06.62	25 Lisboa - São Bento
2:55.4	Joaquim Ferreira Alves	sad	25.08.62	33 Algés
2:51.4	Joaquim Manuel Gomes	avcm	21.03.63	25 AVCM
2:44.3	Joaquim Ferreira Alves	sad	23.06.63	25 Lisboa - São Bento
2:41.8	Joaquim Ferreira Alves	sad	27.06.63	25 Algés
2:41.7	Joaquim Ferreira Alves	sad	22.09.63	25 Lisboa - São Bento
2:39.1	Carlos Monteiro da Silva	fpn	21.08.65	50 Barcelona

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

2:35.2	Francisco Bessone Alves	sad	01.03.70	25 Coimbra - Municipal
2:34.8	Luís Cavaleiro Madeira	slb	15.06.72	25 Lisboa - Areeiro
2:31.8	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	17.06.73	25 Algés
2:30.9	António Botelho de Melo	gdím	11.08.74	50 Lisboa - Olivais
2:29.56	João Paulo Torres Pinto	fcp	23.04.78	25 Porto - Antas
2:26.6	José Carlos Moreira	fcp	14.01.79	25 Porto - Antas
2:25.71	José Carlos Moreira	fcp	23.06.79	25 Porto - Fluvial
2:24.7	José Carlos Moreira	fcp	26.06.79	25 Porto - Antas
2:24.1	José Carlos Moreira	anp	23.12.79	25 Lisboa - Areeiro
2:20.6	José Carlos Moreira	fcp	23.02.80	25 Porto - Antas
2:16.9	José Carlos Moreira	fcp	12.04.80	25 Porto - Antas
2:14.8	José Carlos Moreira	fcp	23.07.80	25 Porto - Antas

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:11.27	João Sousa Fernandes	abve	20.03.99	Penafiel
2:09.04	João Sousa Fernandes	ind	13.06.99	Estoril
2:07.52	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	15.02.03	Alcobaça
2:07.27	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	22.03.03	Braga
2:07.15	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	11.05.03	Tomar

Juvenil B - § (01.10.04)

2:06.53	Alexandre Lages Ribas	edv	06.07.12	Ponte da Barca
2:04.99	João Alexandre Vital	cimm	09.03.13	Estoril

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:06.7	tempo limite			
2:06.49	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	28.02.98	25 Lousada
2:06.42	João Sousa Fernandes	cna	18.03.00	Braga
2:03.30	Adriano Miguel Niz	cfv	09.03.02	Guimarães
2:02.33	Adriano Miguel Niz	cfv	17.05.02	Algés

Juvenil A - § (01.10.04)

2:01.43	Diogo Gomes Sousa	cvg	04.06.11	Algés
---------	-------------------	-----	----------	-------

Júnior B - § (01.10.13)

1:59.34	Adriano Miguel Niz	cfv	16.05.03	Algés
---------	--------------------	-----	----------	-------

Antiga categoria Aspirante # (31.12.61)

3:06.7	Sérgio Sarabando Martins	sad	27.07.53	33 Algés
2:53.0	Carlos Filipe Fonseca	sad	05.07.58	33 Algés
2:42.3	António José dos Santos	cnm	14.07.60	25 Lisboa - São Bento
2:40.6	António José dos Santos	cnm	12.08.60	25 Lisboa - São Bento
2:33.0	António Bessone Basto	sad	18.06.61	33 Algés

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

2:32.9	Carlos Monteiro da Silva	sad	10.07.66	33 Algés
2:30.6	Carlos Monteiro da Silva	fpn	28.07.68	50 Madrid
2:30.4	José Guedes Neves	fcp	24.06.73	25 Porto - Fluvial
2:23.8	António Botelho de Melo	cac	28.03.75	25 Porto - Fluvial
2:22.6	António Botelho de Melo	cac	26.03.76	25 Coimbra - Municipal
2:21.81	António Botelho de Melo	fpn	10.04.76	25 Luxemburgo
2:19.7	António Botelho de Melo	fpn	29.05.76	25 Algés
2:17.6	Jacob Carlos Frischknecht	sad	10.03.79	25 Lisboa - Areeiro
2:15.91	Jacob Carlos Frischknecht	fpn	25.03.79	25 Atenas
2:15.4	Jacob Carlos Frischknecht	sad	13.04.80	25 Lisboa - Luz
2:13.45	Pedro Ferreira Soares	abve	27.03.82	25 Lisboa - Areeiro
2:09.48	José Carlos Meinedo	fcp	25.03.88	25 Porto - Antas
2:07.2	Miguel Arrobas Silva	sad	23.06.91	25 Algés
2:06.9	Nuno Filipe Laurentino	slb	15.07.92	25 Lisboa - Luz
2:06.7	Nuno Miguel Pereira	cdn	16.07.92	25 Funchal
2:05.81	Ricardo Conceição Pedroso	sad	26.07.94	25 Algés
2:04.57	Nuno Miguel Inácio	fcp	06.03.98	25 Felgueiras
2:03.24	Bruno Gama Freitas	sfuap	24.03.00	Mealhada
2:02.61	João Sousa Fernandes	cna	03.06.01	Estoril
2:01.19	Adriano Miguel Niz	cfv	10.11.02	Felgueiras
2:00.47	Adriano Miguel Niz	cfv	24.11.02	Felgueiras
1:59.34	Adriano Miguel Niz	cfv	16.05.03	Algés
1:59.30	Adriano Miguel Niz	cfv	09.11.03	Paços de Ferreira
1:59.04	Adriano Miguel Niz	cfv	18.04.04	Corunha
1:58.37	Adriano Miguel Niz	cfv	03.07.04	Alhadas

Júnior A - § (01.10.13)

1:58.37	Adriano Miguel Niz	cfv	03.07.04	Alhadas
---------	--------------------	-----	----------	---------

Principiante - # (31.12.54)

3:25.0	Joaquim Guerreiro Roque	gdep	05.08.43	33 Alhandra
2:47.9	João Franco do Vale	sad	27.07.47	33 Algés

Antiga categoria Júnior - § (1937) # (31.12.61)

3:01.0	João Moniz Pereira	sad	25.07.37	33 Algés
3:00.2/5	João Moniz Pereira	sad	26.06.38	33 Algés
2:54.0	Artur Mendes Silva	ind	05.08.43	33 Alhandra
2:47.7	João Franco do Vale	sad	25.07.48	33 Algés
2:46.6	Eurico Rocha Surgey	sad	09.08.51	33 Algés
2:42.9	Raul Angelo Cerqueira	sad	05.07.58	33 Algés
2:30.2	António Bessone Basto	sad	04.09.61	33 Algés

Sénior - § (1937)

3:03.4/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	27.06.37	33 Algés
2:44.8	Mário Alua Simas	sad	18.06.39	33 Algés
2:42.2	Mário Alua Simas	sad	12.07.42	33 Algés
2:39.6	Mário Alua Simas	gdep	14.09.46	33 Granja
2:37.4	Raul Angelo Cerqueira	sad	12.06.60	33 Algés
2:28.0	António Bessone Basto	sad	20.06.62	33 Algés
2:27.9	António Bessone Basto	fpn	08.07.62	50 Barcelona
2:27.0	António Bessone Basto	sad	19.06.63	25 Algés
2:23.9	António Bessone Basto	sad	19.08.65	25 Funchal – Lido
2:20.6	António Botelho de Melo	cac	11.03.77	25 Coimbra – Municipal
2:18.4	António Botelho de Melo	cac	14.07.77	25 Coimbra – Municipal
2:16.0	Rui Pinto Abreu	cac	05.03.78	25 Coimbra – Municipal
2:14.92	Rui Pinto Abreu	fpn	29.04.78	25 Lisboa – Areeiro
2:11.05	Rui Pinto Abreu	fpn	25.03.79	25 Atenas
2:10.77	Rui Pinto Abreu	fpn	29.04.79	25 Porto – Fluvial
2:10.6	Pedro Ferreira Soares	abve	26.03.83	25 Fafe
2:09.2	Pedro Ferreira Soares	abve	29.03.85	25 Algés
2:09.0	Pedro Ferreira Soares	abve	21.12.85	25 Algés
2:08.6	Pedro Ferreira Soares	abve	23.02.86	25 Lisboa – Luz
2:07.99	Pedro Ferreira Soares	abve	27.03.87	25 Algés
2:06.74	José Carlos Meinado	fcp	23.02.90	25 Algés
2:03.62	Miguel Arrobas Silva	sad	28.02.92	25 Algés
2:03.40	Nuno Filipe Laurentino	slb	26.02.93	25 Algés
1:59.99	Nuno Filipe Laurentino	fpn	03.12.93	25 Palma de Maiorca
1:59.63	Nuno Filipe Laurentino	fpn	03.12.93	25 Palma de Maiorca
1:59.62	Nuno Filipe Laurentino	fpn	23.03.94	25 Sheffield
1:59.53	Nuno Filipe Laurentino	fpn	27.03.94	25 Paris
1:57.93	Nuno Filipe Laurentino	sad	17.03.95	25 Algés
1:56.97	Nuno Filipe Laurentino	sad	24.03.00	Mealhada
1:56.17	Adriano Miguel Niz	fpn	22.11.09	Zagreb
1:55.92	Adriano Miguel Niz	fpn	10.12.09	Istambul
1:54.17	Pedro Diogo Oliveira	fpn	22.11.12	Chartres
1:53.06	Pedro Diogo Oliveira	fpn	22.11.12	Chartres

Absoluto

3:03.4/5	Alberto Azinhais dos Santos	sad	27.06.37	33 Algés
3:00.2/5	João Moniz Pereira	sad	26.06.38	33 Algés
2:44.8	Mário Alua Simas	sad	18.06.39	33 Algés
2:42.2	Mário Alua Simas	sad	12.07.42	33 Algés
2:39.6	Mário Alua Simas	gdep	14.09.46	33 Granja
2:37.4	Raul Angelo Cerqueira	sad	12.06.60	33 Algés
2:33.0	António Bessone Basto	sad	18.06.61	33 Algés
2:30.2	António Bessone Basto	sad	04.09.61	33 Algés
2:28.0	António Bessone Basto	sad	20.06.62	33 Algés
2:27.9	António Bessone Basto	fpn	08.07.62	50 Barcelona
2:27.0	António Bessone Basto	sad	19.06.63	25 Algés
2:23.9	António Bessone Basto	sad	19.08.65	25 Funchal – Lido
2:23.8	António Botelho de Melo	cac	28.03.75	25 Porto – Fluvial
2:22.6	António Botelho de Melo	cac	26.03.76	25 Coimbra – Municipal
2:21.81	António Botelho de Melo	fpn	10.04.76	25 Luxemburgo
2:19.7	António Botelho de Melo	fpn	29.05.76	25 Algés
2:18.4	António Botelho de Melo	cac	14.07.77	25 Coimbra – Municipal
2:16.0	Rui Pinto Abreu	cac	05.03.78	25 Coimbra – Municipal
2:14.92	Rui Pinto Abreu	fpn	29.04.78	25 Lisboa – Areeiro
2:11.05	Rui Pinto Abreu	fpn	25.03.79	25 Atenas
2:10.77	Rui Pinto Abreu	fpn	29.04.79	25 Porto – Fluvial
2:10.6	Pedro Ferreira Soares	abve	26.03.83	25 Fafe
2:09.2	Pedro Ferreira Soares	abve	29.03.85	25 Algés
2:09.0	Pedro Ferreira Soares	abve	21.12.85	25 Algés
2:08.6	Pedro Ferreira Soares	abve	23.02.86	25 Lisboa – Luz
2:07.99	Pedro Ferreira Soares	abve	27.03.87	25 Algés
2:06.74	José Carlos Meinado	fcp	23.02.90	25 Algés
2:03.62	Miguel Arrobas Silva	sad	28.02.92	25 Algés
2:03.40	Nuno Filipe Laurentino	slb	26.02.93	25 Algés
1:59.99	Nuno Filipe Laurentino	fpn	03.12.93	25 Palma de Maiorca
1:59.63	Nuno Filipe Laurentino	fpn	03.12.93	25 Palma de Maiorca
1:59.62	Nuno Filipe Laurentino	fpn	23.03.94	25 Sheffield
1:59.53	Nuno Filipe Laurentino	fpn	27.03.94	25 Paris
1:57.93	Nuno Filipe Laurentino	sad	17.03.95	25 Algés
1:56.97	Nuno Filipe Laurentino	sad	24.03.00	Mealhada
1:56.17	Adriano Miguel Niz	fpn	22.11.09	Zagreb
1:55.92	Adriano Miguel Niz	fpn	10.12.09	Istambul

1:54.17	Pedro Diogo Oliveira	fpn	22.11.12	Chartres
1:53.06	Pedro Diogo Oliveira	fpn	22.11.12	Chartres

#400 COSTAS

Principiante - § (1942) # (1953)

7:23.8	Joaquim Guerreiro Roque	gdep	10.10.43	33 Alhandra
7:17.5	João Rocha Calixto	scp	03.09.53	33 Algés

Antiga categoria Júnior - § (1942) # (1953)

7:09.0	Luiz Lopes da Conceição	scfc	13.09.42	50 Porto – P. de Cristal
6:03.4	Artur Mendes Silva	ind	01.08.43	33 Algés
6:03.0	Eurico Rocha Surgey	sad	03.09.50	33 Algés

Sénior - § (1942) # (1953)

6:08.0	Mário Alua Simas	sad	13.09.42	50 Porto – P. de Cristal
5:56.1	Mário Alua Simas	gdep	10.09.46	50 Espinho
5:54.4	Eurico Rocha Surgey	sad	27.04.52	33 Algés

Absoluto - § (1942) # (1953)

6:08.0	Mário Alua Simas	sad	13.09.42	50 Porto – P. de Cristal
6:03.4	Artur Mendes Silva	ind	01.08.43	33 Algés
5:56.1	Mário Alua Simas	gdep	10.09.46	50 Espinho
5:54.4	Eurico Rocha Surgey	sad	27.04.52	33 Algés

#4X100 COSTAS

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

4:24.0	tempo limite			
--------	--------------	--	--	--

#4X200 COSTAS

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

9:38.0	tempo limite			
--------	--------------	--	--	--

50 MARIPOSA

Júnior B - § (01.10.13)

0:25.32	Tiago André Venâncio	cns	15.02.04	Estoril
0:25.29	Koen Weustink	gcvr	19.03.17	Mirandela

Júnior - § (01.10.04)

0:24.99	tempo limite			
0:24.89	Tiago André Venâncio	cns	19.12.04	Cantanhede
0:24.83	Miguel Silva Oliveira	cnac	09.05.09	Coimbra – Pedrulha

Júnior A - § (01.10.13)

0:24.82	João Miguel Ascensão	fcp	21.12.14	Porto - Fluvial
0:24.68	João Miguel Ascensão	fcp	21.12.14	Porto - Fluvial

Sénior - § (01.10.04)

0:24.01	tempo limite			
0:23.85	Tiago André Venâncio	fpn	11.04.08	Manchester
0:23.85	Diogo Filipe Carvalho	fpn	14.12.08	Rijeka
0:23.75	Diogo Filipe Carvalho	fpn	10.11.09	Estocolmo
0:23.63	Diogo Filipe Carvalho	fpn	13.12.09	Istambul
0:23.50	Tiago André Venâncio	fpn	11.12.11	Szczecin

Absoluto - § (01.06.98)

0:25.00	tempo limite			
0:24.97	Alexandre Miguel Gonçalves	fpn	12.12.98	Sheffield
0:24.77	Nuno Filipe Laurentino	fpn	04.04.99	Hong Kong
0:24.63	Nuno Filipe Laurentino	fpn	12.12.99	Jamor
0:24.37	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	24.11.00	Guarda
0:24.01	Ricardo Jorge Coxo	fpn	05.04.02	Moscovo

0:23.85	Tiago André Venâncio	fjn	11.04.08	Manchester
0:23.85	Diogo Filipe Carvalho	fjn	14.12.08	Rijeka
0:23.75	Diogo Filipe Carvalho	fjn	10.11.09	Estocolmo
0:23.63	Diogo Filipe Carvalho	fjn	13.12.09	Istambul
0:23.50	Tiago André Venâncio	fjn	11.12.11	Szczecin

100 MARIPOSA

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

1:15.0	Paulo José Frischknecht	fjn	09.06.73	50 Neheim-Hüsten
1:14.6	Paulo José Frischknecht	sad	17.06.73	25 Algés
1:12.1	Rui Pinto Abreu	fjn	28.07.73	50 Génova
1:10.8	Rui Pinto Abreu	cfmo	03.08.73	25 Porto – Fluvial
1:09.36	Rui Paulo Borges	fcp	04.05.80	50 Mulhouse
1:08.28	Rui Paulo Borges	fcp	01.08.80	50 Lisboa – Olivais
1:08.1	Sérgio Filipe Souto	lsc	02.02.86	25 Porto - Antas
1:05.9	Sérgio Filipe Souto	lsc	22.02.86	25 Matosinhos
1:05.4	Sérgio Filipe Souto	lsc	22.03.86	25 Lisboa – Areiro
1:05.01	Tiago Ramos Barroso	sad	27.07.96	50 Coimbra

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:05.3	tempo limite			
1:01.78	Fábio Parrilha da Silva	cnal	01.04.00	Penafiel

Infantil B - § (01.10.04)

1:01.78	Fábio Parrilha da Silva	cnal	01.04.00	Penafiel
---------	-------------------------	------	----------	----------

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:02.3	tempo limite			
1:00.61	David Miguel Ferro	sfuap	14.03.98	25 Algés
0:59.56	Fábio Parrilha da Silva	cnal	07.04.01	Leiria

Infantil A - § (01.10.04)

0:59.56	Fábio Parrilha da Silva	cnal	07.04.01	Leiria
---------	-------------------------	------	----------	--------

Iniciado - # (31.12.66)

1:29.2	Ezequiel Gameiro das Neves	sad	29.07.48	33 Algés
1:26.1	Ezequiel Gameiro das Neves	sad	26.09.48	33 Algés
1:20.8	José Manuel Quina	gdep	29.07.51	33 Alhandra
1:20.2	Luís Vaz Jorge	sad	07.08.58	33 Algés
1:19.3	Luís Vaz Jorge	sad	12.08.58	25 Lisboa – Pedrouços
1:17.9	Luís Vaz Jorge	sad	23.08.58	33 Aveiro SCBM
1:14.8	Vítor Manuel Fonseca	sad	15.06.60	33 Algés
1:12.4	Vítor Manuel Fonseca	sad	10.07.60	33 Algés
1:08.7	Vítor Manuel Fonseca	fjn	06.08.60	33 Figueira da Foz
1:08.6	Vítor Manuel Fonseca	sad	18.06.61	33 Algés
1:05.4	Vítor Manuel Fonseca	sad	30.07.61	25 Lisboa – São Bento
1:04.1	Vítor Manuel Fonseca	sad	04.09.61	33 Algés

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

1:04.0	Paulo José Frischknecht	anj	27.12.74	25 Rijeka
1:03.7	Paulo José Frischknecht	fjn	18.01.75	50 Genebra
1:02.3	Paulo José Frischknecht	sad	29.03.75	25 Porto – Fluvial
1:01.94	Mabílio António Albuquerque	fjn	29.07.84	50 Luxemburgo
1:01.0	Emílio Nuno Frischknecht	sad	08.03.86	25 Algés
1:01.0	Emílio Nuno Frischknecht	sad	07.06.86	25 Algés
1:00.8	Miguel Mendonça Cabrita	sad	15.07.89	50 Lisboa – Olivais
1:00.59	Tiago Simões Teles	sad	25.02.90	25 Algés
1:00.5	João Pedro Coias	sad	06.08.91	25 Algés
1:00.38	João Pedro Coias	sad	28.02.92	25 Algés

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:59.51	tempo limite			
0:59.27	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	10.06.97	25 SFUAP
0:57.88	David Miguel Ferro	sfuap	20.03.99	Penafiel
0:57.32	Diogo Filipe Carvalho	cga	10.06.03	Estarreja

Juvenil B - § (01.10.04)

0:57.32	Diogo Filipe Carvalho	cga	10.06.03	Estarreja
---------	-----------------------	-----	----------	-----------

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:58.78	tempo limite			
0:58.78	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	07.02.98	25 Almada
0:57.99	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	28.02.98	25 Lousada
0:57.76	David Miguel Ferro	sfuap	16.01.00	Estoril

0:57.76	David Miguel Ferro	sfuap	18.03.00	Braga
0:56.66	Tiago André Venâncio	cns	23.02.03	Estoril
0:56.22	Tiago André Venâncio	cns	23.03.03	Braga

Juvenil A - § (01.10.04)

0:55.60	Diogo Gomes Sousa	cvj	05.12.10	Porto – Fluvial
---------	-------------------	-----	----------	-----------------

Júnior B - § (01.10.13)

0:53.97	Tiago André Venâncio	cns	15.02.04	Estoril
---------	----------------------	-----	----------	---------

Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)

1:24.4	Fernando Rodrigues Trovão	sad	31.08.52	25 Oliveira de Azeméis
1:21.4	Orlando Manuel Bettencourt	sad	20.08.53	33 Algés
1:20.5	Carlos Boanova Otão	gdln	14.03.59	33 GDLN
1:14.1	Luís Vaz Jorge	sad	29.07.59	Algés
1:12.7	Luís Vaz Jorge	sad	09.08.59	33 Algés
1:10.3	António Bessone Basto	sad	27.07.61	25 Lisboa – São Bento

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

1:04.4	Vítor Manuel Fonseca	sad	03.06.62	25 Lisboa – São Bento
1:01.55	Paulo José Frischknecht	fjn	23.01.76	50 Genebra
1:01.3	Paulo José Frischknecht	fcp	14.03.76	25 Lisboa – Areiro
0:59.51	Paulo José Frischknecht	fjn	19.03.76	25 Trento
0:59.36	João Mendes Santos	fjn	09.09.81	50 Split
0:58.6	Diogo Castro Madeira	slb	08.03.87	25 Algés
0:58.46	Diogo Castro Madeira	slb	28.03.87	25 Algés
0:58.42	Miguel Mendonça Cabrita	sad	02.02.91	25 Algés
0:57.78	Miguel Mendonça Cabrita	fjn	03.08.91	50 Antuérpia
0:57.7	Miguel Mendonça Cabrita	sad	06.08.91	25 Algés
0:57.53	Simão Gomes Morgado	cna	06.03.97	25 Estoril
0:57.52	Simão Gomes Morgado	cna	10.06.97	25 Algés
0:57.44	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	17.01.99	Estoril
0:56.99	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	11.03.99	Estoril
0:56.79	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	19.06.99	SFUAP
0:56.67	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	16.01.00	Estoril
0:56.53	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	02.03.00	Pinhal Novo
0:54.79	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	23.03.00	Mealhada
0:53.97	Tiago André Venâncio	cns	15.02.04	Estoril
0:53.87	Tiago André Venâncio	cns	19.12.04	Cantanhede

Júnior A - § (01.10.13)

0:53.87	Tiago André Venâncio	cns	19.12.04	Cantanhede
---------	----------------------	-----	----------	------------

Principiante - # (31.12.54)

1:24.2	Eduardo Murta Barbeiro	sad	10.10.48	33 Algés
1:19.6	Eduardo Murta Barbeiro	sad	22.06.49	33 Algés

Antiga categoria Júnior - # (31.12.61)

1:20.4	Eduardo Murta Barbeiro	sad	07.05.50	33 Algés
1:19.8	Eduardo Murta Barbeiro	sad	24.06.50	33 Algés
1:18.5	Eduardo Murta Barbeiro	sad	02.06.51	50 Hamburgo
1:15.9	Eduardo Murta Barbeiro	sad	03.06.51	25 Hannover
1:15.8	Eduardo Murta Barbeiro	sad	12.08.51	33 Alhandra
1:11.7	Luís Vaz Jorge	sad	25.08.59	25 Lisboa – São Bento

Sénior

1:18.6	Abel Araújo Guimarães	fcp	12.09.49	33 Algés
1:13.3	Eduardo Murta Barbeiro	sad	06.08.53	33 Algés
1:12.6	Eduardo Murta Barbeiro	sad	11.08.53	33 Algés
1:11.5	Fernando Esteves Madeira	sad	31.10.54	33 Algés
1:11.0	Fernando Esteves Madeira	sad	18.06.55	33 Algés
1:10.4	Fernando Esteves Madeira	sad	10.07.55	50 Madrid - C. Campo
1:07.8	Fernando Esteves Madeira	sad	30.06.56	Valência
1:07.5	Luís Vaz Jorge	sad	13.06.60	25 Lisboa – São Bento
1:06.2	Luís Vaz Jorge	fjn	06.08.60	33 Figueira da Foz
1:06.2	Luís Vaz Jorge	sad	01.07.61	25 Lisboa – São Bento
1:05.9	Luís Vaz Jorge	sad	04.09.61	33 Algés
1:05.0	Luís Vaz Jorge	sad	05.09.61	25 Lisboa – São Bento
1:03.8	Luís Vaz Jorge	sad	09.09.62	33 Figueira da Foz
1:03.4	Vítor Manuel Fonseca	sad	31.05.64	25 Lisboa – São Bento
1:03.3	Vítor Manuel Fonseca	sad	25.08.64	25 Lisboa – São Bento
1:03.3	Vítor Manuel Fonseca	sad	16.07.66	25 Lisboa – São Bento
1:02.0	Vítor Manuel Fonseca	sad	09.08.67	25 Lisboa – São Bento
1:01.8	Vítor Manuel Fonseca	indu	29.08.67	50 Tóquio

1:01.6	Paulo José Frischknecht	fpn	20.01.78	50 Genebra
1:01.24	Paulo José Frischknecht	fpn	20.01.78	50 Genebra
1:00.21	Rui Pinto Abreu	cac	12.02.78	25 Lisboa – Areeiro
0:59.97	Paulo José Frischknecht	fpn	18.03.78	25 Atenas
0:59.51	Rui Pinto Abreu	cac	24.04.78	25 Porto - Antas
0:59.48	Paulo José Frischknecht	fpn	28.04.79	25 Porto – Fluvial
0:59.39	Paulo José Frischknecht	fpn	27.05.79	50 Seraing
0:58.7	Paulo José Frischknecht	sad	18.07.79	25 Algés
0:57.94	Paulo José Frischknecht	fpn	22.07.80	50 Moscovo
0:57.7	Paulo José Frischknecht	sad	14.06.81	25 Algés
0:57.3	Paulo José Frischknecht	slb	31.05.84	25 Lisboa – Luz
0:57.3	Paulo José Frischknecht	slb	30.03.85	25 Algés
0:57.3	João Mendes Santos	slb	30.03.85	25 Algés
0:57.08	Mabílio António Albuquerque	ind	15.03.87	25 Mission Bay
0:57.0	Paulo António Camacho	fpn	01.04.88	50 Tenerife
0:56.91	Paulo António Camacho	cnf	19.03.89	25 Algés
0:56.79	Paulo António Camacho	cnf	25.03.89	50 Casablanca
0:56.78	Paulo António Camacho	fpn	01.12.90	50 Indianapolis
0:56.59	Emílio Nuno Frischknecht	sad	28.02.92	25 Algés
0:56.53	Paulo António Camacho	cnf	28.02.92	25 Algés
0:56.49	Paulo António Camacho	cnf	24.07.93	50 Lisboa – Restelo
0:56.45	Miguel Mendonça Cabrita	fpn	04.08.93	50 Sheffield
0:55.83	Miguel Mendonça Cabrita	fpn	02.12.93	25 Palma de Maiorca
0:55.73	Miguel Mendonça Cabrita	sad	03.03.94	25 Braga
0:55.67	Diogo Castro Madeira	fpn	23.03.94	25 Sheffield
0:55.57	Miguel Mendonça Cabrita	sad	16.03.95	25 Algés
0:54.67	Nuno Filipe Laurentino	sad	17.01.99	Funchal – Nazaré
0:54.41	Nuno Filipe Laurentino	fpn	09.12.99	Jamor
0:53.77	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	25.11.00	Guarda
0:53.54	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	17.02.02	Funchal – Nazaré
0:53.30	Ricardo Jorge Coxo	fpn	03.04.02	Moscovo
0:53.27	Duarte Rafael Mourão	fpn	08.12.05	Trieste
0:53.19	Duarte Rafael Mourão	fpn	08.12.05	Trieste
0:52.74	Tiago André Venâncio	fpn	07.12.06	Helsínquia
0:52.32	Tiago André Venâncio	fpn	07.12.06	Helsínquia
0:52.09	Diogo Filipe Carvalho	cga	01.02.09	Gafanha Nazaré
0:51.45	Diogo Filipe Carvalho	fpn	11.11.09	Estocolmo

Absoluto

1:18.6	Abel Araújo Guimarães	fcp	12.09.49	33 Algés
1:18.5	Eduardo Murta Barbeiro	sad	02.06.51	50 Hamburgo
1:15.9	Eduardo Murta Barbeiro	sad	03.06.51	25 Hannover
1:15.8	Eduardo Murta Barbeiro	sad	12.08.51	33 Alhandra
1:13.3	Eduardo Murta Barbeiro	sad	06.08.53	33 Algés
1:12.6	Eduardo Murta Barbeiro	sad	11.08.53	33 Algés
1:11.5	Fernando Esteves Madeira	sad	31.10.54	33 Algés
1:11.0	Fernando Esteves Madeira	sad	18.06.55	33 Algés
1:10.4	Fernando Esteves Madeira	sad	10.07.55	50 Madrid - C. Campo
1:07.8	Fernando Esteves Madeira	sad	30.06.56	Valência
1:07.5	Luís Vaz Jorge	sad	13.06.60	25 Lisboa – São Bento
1:06.2	Luís Vaz Jorge	fpn	06.08.60	33 Figueira da Foz
1:06.2	Luís Vaz Jorge	sad	01.07.61	25 Lisboa – São Bento
1:05.4	Vítor Manuel Fonseca	sad	30.07.61	25 Lisboa – São Bento
1:04.1	Vítor Manuel Fonseca	sad	04.09.61	33 Algés
1:03.8	Luís Vaz Jorge	sad	09.09.62	33 Figueira da Foz
1:03.4	Vítor Manuel Fonseca	sad	31.05.64	25 Lisboa – São Bento
1:03.3	Vítor Manuel Fonseca	sad	25.08.64	25 Lisboa – São Bento
1:03.3	Vítor Manuel Fonseca	sad	16.07.66	25 Lisboa – São Bento
1:02.0	Vítor Manuel Fonseca	sad	09.08.67	25 Lisboa – São Bento
1:01.8	Vítor Manuel Fonseca	indu	29.08.67	50 Tóquio
1:01.55	Paulo José Frischknecht	fcp	23.01.76	50 Genebra
1:01.3	Paulo José Frischknecht	fcp	14.03.76	25 Lisboa – Areeiro
0:59.51	Paulo José Frischknecht	fpn	19.03.76	25 Trento
0:59.51	Rui Pinto Abreu	cac	24.04.78	25 Porto - Antas
0:59.48	Paulo José Frischknecht	fpn	28.04.79	25 Porto – Fluvial
0:59.39	Paulo José Frischknecht	fpn	27.05.79	50 Seraing
0:58.7	Paulo José Frischknecht	sad	18.07.79	25 Algés
0:57.94	Paulo José Frischknecht	fpn	22.07.80	50 Moscovo
0:57.7	Paulo José Frischknecht	sad	14.06.81	25 Algés
0:57.3	Paulo José Frischknecht	slb	31.05.84	25 Lisboa – Luz
0:57.3	Paulo José Frischknecht	slb	30.03.85	25 Algés
0:57.3	João Mendes Santos	slb	30.03.85	25 Algés

0:57.08	Mabílio António Albuquerque	ind	15.03.87	25 Mission Bay
0:57.0	Paulo António Camacho	fpn	01.04.88	50 Tenerife
0:56.91	Paulo António Camacho	cnf	19.03.89	25 Algés
0:56.79	Paulo António Camacho	cnf	25.03.89	50 Casablanca
0:56.78	Paulo António Camacho	fpn	01.12.90	50 Indianapolis
0:56.59	Emílio Nuno Frischknecht	sad	28.02.92	25 Algés
0:56.53	Paulo António Camacho	cnf	28.02.92	25 Algés
0:56.49	Paulo António Camacho	cnf	24.07.93	50 Lisboa – Restelo
0:56.45	Miguel Mendonça Cabrita	fpn	04.08.93	50 Sheffield
0:55.83	Miguel Mendonça Cabrita	fpn	02.12.93	25 Palma de Maiorca
0:55.73	Miguel Mendonça Cabrita	sad	03.03.94	25 Braga
0:55.67	Diogo Castro Madeira	fpn	23.03.94	25 Sheffield
0:55.57	Miguel Mendonça Cabrita	sad	16.03.95	25 Algés
0:54.67	Nuno Filipe Laurentino	sad	17.01.99	25 Funchal – Nazaré
0:54.41	Nuno Filipe Laurentino	fpn	09.12.99	25 Jamor
0:53.77	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	25.11.00	Guarda
0:53.54	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	17.02.02	Funchal – Nazaré
0:53.30	Ricardo Jorge Coxo	fpn	03.04.02	Moscovo
0:53.27	Duarte Rafael Mourão	fpn	08.12.05	Trieste
0:53.19	Duarte Rafael Mourão	fpn	08.12.05	Trieste
0:52.74	Tiago André Venâncio	fpn	07.12.06	Helsínquia
0:52.32	Tiago André Venâncio	fpn	07.12.06	Helsínquia
0:52.09	Diogo Filipe Carvalho	cga	01.02.09	Gafanha Nazaré
0:51.45	Diogo Filipe Carvalho	fpn	11.11.09	Estocolmo

200 MARIPOSA

Infantil # (30.09.96)

2:32.6	Rui Paulo Borges	fcp	08.03.80	25 Porto - Antas
2:29.9	Rui Paulo Borges	fcp	12.04.80	25 Porto - Antas
2:28.9	Rui Paulo Borges	anp	22.06.80	25 Porto - Antas
2:26.3	Rui Paulo Borges	fcp	03.08.80	50 Lisboa – Olivais
2:25.9	Abel Pedro Martins	slb	09.06.90	25 Lisboa – São Bento
2:25.7	João Pedro Coias	sad	01.07.90	50 Lisboa – Olivais
2:25.36	Abel Pedro Martins	slb	22.07.90	50 Lisboa – Olivais
2:25.27	Paulo Fraguero Franco	cdn	29.07.95	50 Lisboa – Olivais
2:23.10	Tiago Ramos Barros	sad	08.06.96	25 Lisboa – Areeiro

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:22.35	Fábio Parrilha da Silva	cnal	02.04.00	Penafiel
2:21.67	Tomás Miguel Freitas	cdn	28.06.03	Reboleira

Infantil B - § (01.10.04)

2:21.37	André Vilas Ruivo	dnmg	17.03.13	Sto. Ant. Cavaleiros
2:19.18	André Vilas Ruivo	dnmg	01.06.13	Nazaré

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:18.0	tempo limite			
2:15.13	Fábio Parrilha da Silva	cnal	28.01.01	Nazaré
2:12.94	Fábio Parrilha da Silva	cnal	08.04.01	Leiria
2:12.42	Tomás Miguel Freitas	cdn	11.07.04	Funchal – Nazaré

Infantil A - § (01.10.04)

2:12.42	Tomás Miguel Freitas	cdn	11.07.04	Funchal – Nazaré
---------	----------------------	-----	----------	------------------

Juvenil - § (23.01.1971) # (30.09.96)

2:56.4	Carlos Heitor e Silva	slb	21.08.71	50 Lisboa – Olivais
2:51.7	Carlos Heitor e Silva	slb	24.09.71	25 Lisboa – Areeiro
2:48.8	Joaquim Jesus Carvalho	aac	16.03.72	25 Coimbra – Municipal
2:42.9	Henrique Carvalho Vicêncio	ind	27.09.72	25 Lisboa – Areeiro
2:33.9	José Guilherme Loureiro	cdna	16.08.73	50 Coimbra
2:33.3	José Guilherme Loureiro	cdna	25.08.73	50 Lisboa – Olivais
2:32.8	António Botelho de Melo	gdlim	11.01.74	33 GDLM
2:29.1	Paulo José Frischknecht	sad	08.08.74	50 Lisboa – Olivais
2:21.9	Paulo José Frischknecht	anl	28.12.74	25 Rijeka
2:21.4	Paulo José Frischknecht	sad	30.03.75	25 Porto – Fluvial
2:20.3	Rui Paulo Borges	fcp	28.03.81	25 Porto - Antas
2:19.82	Rui Paulo Borges	fcp	12.04.81	25 Porto - Antas
2:18.0	Rui Paulo Borges	fcp	26.07.81	25 Porto - Antas
2:15.93	Rui Paulo Borges	fcp	27.03.82	25 Lisboa – Areeiro
2:15.8	Rui Paulo Borges	fcp	08.08.82	50 Póvoa de Varzim
2:15.0	Diogo Castro Madeira	slb	31.03.85	25 Algés
2:14.5	Emílio Nuno Frischknecht	sad	01.02.86	25 Algés

2:11.56	Miguel Mendonça Cabrita	sad	18.03.89	25 Algés
Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
2:10.21	Luís Duarte Silva	cnac	19.03.00	Braga
2:09.41	Fábio Parrilha da Silva	cnal	26.01.02	Aguas Santas
2:07.65	Fábio Parrilha da Silva	cnal	10.03.02	Guimarães
2:07.06	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	24.05.03	Entroncamento
Juvenil B - § (01.10.04)				
2:07.06	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	24.05.03	Entroncamento
Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
2:08.33	tempo limite			
2:07.97	Luís Filipe Amador	scp	18.03.01	Pinhal Novo
2:07.51	Pedro Miguel Mendonça	cvg	17.05.02	Algés
2:07.43	Fábio Parrilha da Silva	cnal	23.03.03	Braga
2:06.97	Diogo Filipe Carvalho	cga	07.12.03	Aveiro
2:04.48	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	01.02.04	Abrantes
2:03.83	Diogo Filipe Carvalho	cga	07.03.04	Mealhada
Juvenil A - § (01.10.04)				
2:03.38	Diogo Parrilha Silva	cnal	13.06.09	Alcobaça
Júnior B - § (01.10.13)				
1:59.93	Diogo Filipe Carvalho	cga	05.03.05	Mealhada
Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)				
3:08.0	Orlando Manuel Bettencourt	sad	27.07.53	33 Algés
Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)				
2:48.8	Júlio Pais Ribeiro	gdlm	02.09.67	50 Beja
2:48.2	João Pinto Angelo	aac	21.07.72	50 Coimbra
2:38.4	João Pinto Angelo	aac	10.08.72	25 Coimbra – Municipal
2:36.6	Carlos Heitor e Silva	anl	25.03.73	25 Coimbra – Municipal
2:34.4	Carlos Heitor e Silva	slb	16.08.73	50 Coimbra
2:31.7	José Guilherme Loureiro	cdna	09.03.74	50 Luanda
2:22.2	António Botelho de Melo	cac	30.03.75	25 Porto – Fluvial
2:19.1	Paulo José Frischknecht	fcp	14.12.75	25 Porto – Fluvial
2:17.1	Paulo José Frischknecht	fcp	07.03.76	25 Porto - Antas
2:16.2	Paulo José Frischknecht	fcp	17.04.76	25 Porto - Antas
2:15.9	Paulo José Frischknecht	sad	09.04.77	25 Viseu – Municipal
2:15.5	Paulo José Frischknecht	sad	30.06.77	25 Algés
2:12.00	João Mendes Santos	slb	16.08.80	50 Coimbra
2:09.05	João Mendes Santos	fpn	20.12.80	25 Antibes
2:06.97	Diogo Castro Madeira	slb	29.03.87	25 Algés
2:05.0	Miguel Mendonça Cabrita	sad	02.04.91	25 Algés
2:04.25	João Antunes Coelho	scb	21.02.99	Braga
2:04.09	João Antunes Coelho	scb	25.03.00	Mealhada
2:03.57	João Pedro Araújo	gdnfama	22.11.02	Felgueiras
2:01.73	João Pedro Araújo	gdnfama	10.05.03	Fafe
1:59.76	João Pedro Araújo	gdnfama	16.05.03	Algés
1:59.34	Diogo Filipe Carvalho	cga	09.12.05	Tomar
1:58.64	Diogo Filipe Carvalho	cga	09.12.05	Tomar
Júnior A - § (01.10.13)				
1:58.64	Diogo Filipe Carvalho	cga	09.12.05	Tomar
Principiante - # (31.12.54)				
3:11.4	Eduardo Murta Barbeiro	sad	02.10.49	33 Algés
3:07.0	Eduardo Murta Barbeiro	sad	23.10.49	33 Algés
Antiga categoria Júnior - # (31.12.61)				
3:01.9	Eduardo Murta Barbeiro	sad	22.06.51	33 Algés
2:57.8	Eduardo Murta Barbeiro	sad	26.07.51	33 Algés
2:45.4	Luís Vaz Jorge	fpn	19.08.59	25 Bilbao
Sénior				
2:55.8	Eduardo Murta Barbeiro	sad	07.09.51	33 Algés
2:51.4	Fernando Esteves Madeira	sad	29.05.55	33 Algés
2:48.3	Fernando Esteves Madeira	sad	04.08.55	33 Algés
2:39.3	Fernando Esteves Madeira	sad	01.07.56	Valência
2:33.9	Luís Vaz Jorge	sad	15.06.60	33 Algés
2:32.2	Luís Vaz Jorge	sad	10.07.60	33 Algés
2:30.8	Luís Vaz Jorge	sad	26.07.60	33 Algés
2:28.9	Luís Vaz Jorge	fpn	31.08.60	50 Roma

2:28.8	Luís Vaz Jorge	sad	03.09.61	33 Algés
2:28.4	Luís Vaz Jorge	fpn	20.09.61	33 Sevilha
2:20.5	Vítor Manuel Fonseca	sad	30.08.62	25 Lisboa – São Bento
2:20.0	Vítor Manuel Fonseca	sad	20.09.62	25 Lisboa – São Bento
2:17.0	Vítor Manuel Fonseca	sad	27.07.64	25 Lisboa – São Bento
2:13.81	Rui Pinto Abreu	fpn	18.03.78	25 Atenas
2:12.56	Paulo José Frischknecht	sad	25.04.78	25 Porto - Antas
2:12.08	Vítor Manuel Oliveira	anp	22.12.79	25 Lisboa – Areeiro
2:10.3	Paulo José Frischknecht	sad	08.03.80	25 Lisboa – Luz
2:09.2	Paulo José Frischknecht	anl	22.06.80	25 Porto - Antas
2:07.6	Paulo José Frischknecht	slb	14.07.82	25 Lisboa – Luz
2:06.5	João Mendes Santos	slb	26.03.83	25 Fafe
2:06.46	João Mendes Santos	fpn	17.04.83	50 Lisboa – Olivais
2:04.89	João Mendes Santos	fpn	26.08.83	50 Roma
2:04.72	João Mendes Santos	fpn	03.08.84	50 Los Angeles
2:03.4	João Mendes Santos	slb	31.03.85	25 Algés
2:02.55	Diogo Castro Madeira	fpn	04.03.89	25 Algés
2:02.08	Diogo Castro Madeira	slb	18.03.89	25 Algés
2:00.81	Diogo Castro Madeira	fpn	04.12.93	25 Palma de Maiorca
2:00.00	Diogo Castro Madeira	fpn	22.03.94	25 Sheffield
2:00.00	Diogo Castro Madeira	slb	18.03.95	25 Algés
1:59.46	Diogo Castro Madeira	fpn	10.02.96	25 Gelsenkirchen
1:58.94	Simão Gomes Morgado	cna	17.05.02	Algés
1:58.07	Duarte Rafael Mourão	gestl	21.11.03	Paços de Ferreira
1:57.39	Duarte Rafael Mourão	gestl	17.12.04	Cantanhede
1:56.26	Duarte Rafael Mourão	fpn	10.12.05	Trieste
1:55.82	Diogo Filipe Carvalho	fpn	15.12.07	Debrecen
1:55.50	Diogo Filipe Carvalho	fpn	13.04.08	Manchester
1:54.13	Diogo Filipe Carvalho	fpn	13.12.08	Rijeka
1:53.70	Diogo Filipe Carvalho	fpn	14.11.09	Berlim
1:53.39	Diogo Filipe Carvalho	fpn	12.12.09	Istambul
Absoluto				
2:55.8	Eduardo Murta Barbeiro	sad	07.09.51	33 Algés
2:51.4	Fernando Esteves Madeira	sad	29.05.55	33 Algés
2:48.3	Fernando Esteves Madeira	sad	04.08.55	33 Algés
2:39.3	Fernando Esteves Madeira	sad	01.07.56	Valência
2:33.9	Luís Vaz Jorge	sad	15.06.60	33 Algés
2:32.2	Luís Vaz Jorge	sad	10.07.60	33 Algés
2:30.8	Luís Vaz Jorge	sad	26.07.60	33 Algés
2:28.9	Luís Vaz Jorge	fpn	31.08.60	50 Roma
2:24.4	Vítor Manuel Fonseca	sad	03.09.61	33 Algés
2:22.2	Vítor Manuel Fonseca	fpn	22.08.62	50 Leipzig
2:20.5	Vítor Manuel Fonseca	sad	30.08.62	25 Lisboa – São Bento
2:20.0	Vítor Manuel Fonseca	sad	20.09.62	25 Lisboa – São Bento
2:17.0	Vítor Manuel Fonseca	sad	27.07.64	25 Lisboa – São Bento
2:16.2	Paulo José Frischknecht	fcp	17.04.76	25 Porto - Antas
2:15.9	Paulo José Frischknecht	sad	09.04.77	25 Viseu – Municipal
2:15.5	Paulo José Frischknecht	sad	30.06.77	25 Algés
2:13.81	Rui Pinto Abreu	fpn	18.03.78	25 Atenas
2:12.56	Paulo José Frischknecht	sad	25.04.78	25 Porto - Antas
2:12.08	Vítor Manuel Oliveira	anp	22.12.79	25 Lisboa – Areeiro
2:10.3	Paulo José Frischknecht	sad	08.03.80	25 Lisboa – Luz
2:09.2	Paulo José Frischknecht	anl	22.06.80	25 Porto - Antas
2:09.05	João Mendes Santos	fpn	20.12.80	25 Antibes
2:07.6	Paulo José Frischknecht	slb	14.07.82	25 Lisboa – Luz
2:06.5	João Mendes Santos	slb	26.03.83	25 Fafe
2:06.46	João Mendes Santos	fpn	17.04.83	50 Lisboa – Olivais
2:04.89	João Mendes Santos	fpn	26.08.83	50 Roma
2:04.72	João Mendes Santos	fpn	03.08.84	50 Los Angeles
2:03.4	João Mendes Santos	slb	31.03.85	25 Algés
2:02.55	Diogo Castro Madeira	fpn	04.03.89	25 Algés
2:02.08	Diogo Castro Madeira	slb	18.03.89	25 Algés
2:00.81	Diogo Castro Madeira	fpn	04.12.93	25 Palma de Maiorca
2:00.00	Diogo Castro Madeira	fpn	22.03.94	25 Sheffield
2:00.00	Diogo Castro Madeira	slb	18.03.95	25 Algés
1:59.46	Diogo Castro Madeira	fpn	10.02.96	25 Gelsenkirchen
1:58.94	Simão Gomes Morgado	cna	17.05.02	Algés
1:58.07	Duarte Rafael Mourão	gestl	21.11.03	Paços de Ferreira
1:57.39	Duarte Rafael Mourão	gestl	17.12.04	Cantanhede
1:56.26	Duarte Rafael Mourão	fpn	10.12.05	Trieste
1:55.82	Diogo Filipe Carvalho	fpn	15.12.07	Debrecen

1:55.50	Diogo Filipe Carvalho	fpn	13.04.08	Manchester
1:54.13	Diogo Filipe Carvalho	fpn	13.12.08	Rijeka
1:53.70	Diogo Filipe Carvalho	fpn	14.11.09	Berlim
1:53.39	Diogo Filipe Carvalho	fpn	12.12.09	Istambul

#4X100 MARIPOSA

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

4:10.0 tempo limite

#4X200 MARIPOSA

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

9:40.0 tempo limite (alterado posteriormente para 9:36.8)

100 ESTILOS

Júnior B - § (01.10.13)

0:57.40 Diogo Filipe Carvalho cga 14.05.05 Aveiro

Júnior - § (01.10.04) # (30.09.13)

0:57.77 tempo limite

0:57.40 Diogo Filipe Carvalho cga 14.05.05 Aveiro
 0:57.15 Diogo Filipe Carvalho cga 11.12.05 Tomar
 0:56.56 Diogo Filipe Carvalho cga 11.12.05 Tomar
 0:56.47 Alexis Manaças Santos scp 06.12.09 Leiria

Júnior A - § (01.10.13)

0:56.47 Alexis Manaças Santos scp 06.12.09 Leiria

Sénior - § (01.10.04)

0:54.32 tempo limite

0:53.28 Diogo Filipe Carvalho cga 18.04.09 Viseu
 0:53.06 Alexis Manaças Santos fpn 08.12.16 Windsor (CAN)

Absoluto - § (01.06.98)

0:57.08 tempo limite

0:56.85 Nuno Filipe Laurentino fpn 11.12.98 Sheffield
 0:55.52 Nuno Filipe Laurentino fpn 02.04.99 Hong Kong
 0:54.32 Nuno Filipe Laurentino fpn 06.04.02 Moscovo
 0:53.28 Diogo Filipe Carvalho cga 18.04.09 Viseu
 0:53.06 Alexis Manaças Santos fpn 08.12.16 Windsor (CAN)

200 ESTILOS

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

2:49.8 Paulo José Frischknecht fpn 10.06.73 50 Neheim-Hüsten
 2:44.8 Paulo José Frischknecht sad 17.06.73 25 Algés
 2:39.2 Paulo José Frischknecht sad 05.08.73 25 Porto - Fluvial
 2:35.2 José Carlos Moreira fcp 01.07.78 25 Porto - Antas
 2:24.3 Rui Paulo Borges fpn 21.03.80 25 Trento

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:23.70 Fábio Parrilha da Silva cnal 02.04.00 25 Penafiel
 2:23.44 Pedro Fontoura Oliveira cfb 26.01.03 25 Lisboa - Areeiro
 2:22.40 Pedro Fontoura Oliveira cfb 31.05.03 25 Leiria
 2:20.56 Tomás Miguel Freitas cdn 28.06.03 25 Funchal - Liceu

Infantil B - § (01.10.04)

2:20.08 André Vilas Ruivo dnmg 17.03.13 Sto. Ant. Cavaleiros
 2:17.96 André Vilas Ruivo dnmg 02.06.13 Nazaré

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:17.6 tempo limite
 2:14.07 Fábio Parrilha da Silva cnal 01.07.01 Nazaré
 2:13.38 Tomás Miguel Freitas cdn 17.07.04 Machico

Infantil A - § (01.10.04)

2:13.38 Tomás Miguel Freitas cdn 17.07.04 Machico

Aspirante - § (1965) # (21.12.66)

2:48.6 Júlio Pais Ribeiro gdlm 17.03.66 25 AVCM

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

2:46.7 Francisco Bessone Alves sad 24.07.67 25 Lisboa - São Bento
 2:40.4 Francisco Bessone Alves sad 01.08.68 50 Lisboa - Olivais
 2:38.7 Francisco Bessone Alves sad 24.08.68 50 Beja
 2:35.4 Francisco Bessone Alves sad 27.03.69 25 Lisboa - Areeiro
 2:35.4 Francisco Bessone Alves sad 28.02.70 25 Coimbra - Municipal
 2:32.4 Henrique Carvalho Vicêncio ind 15.06.72 25 Lisboa - Areeiro
 2:31.2 Henrique Carvalho Vicêncio ind 28.09.72 25 Lisboa - Areeiro
 2:28.6 Henrique Carvalho Vicêncio slb 14.02.73 25 Algés
 2:28.2 Henrique Carvalho Vicêncio fpn 08.08.73 50 Leeds
 2:24.5 Paulo José Frischknecht sad 24.08.74 25 Algés
 2:23.7 Paulo José Frischknecht sad 02.03.75 25 Algés
 2:21.8 Paulo José Frischknecht sad 29.03.75 25 Porto - Fluvial
 2:17.6 José Carlos Moreira fcp 19.07.80 25 Porto - Antas
 2:15.74 José Silva Miranda cfp 25.03.88 25 Porto - Antas
 2:14.3 José Silva Miranda cfp 01.05.88 25 Vigo
 2:13.56 João Pedro Coias sad 27.02.92 25 Algés

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:12.10 David Miguel Ferro sfuap 21.03.99 Penafiel
 2:10.00 Diogo Filipe Carvalho cga 11.01.03 Santa Maria da Feira
 2:08.89 Diogo Filipe Carvalho cga 23.03.03 Braga
 2:08.27 Diogo Filipe Carvalho cga 10.05.03 Fafe

Juvenil B - § (01.10.04)

2:08.27 Diogo Filipe Carvalho cga 10.05.03 Fafe

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:11.20 tempo limite

2:08.54 Ricardo Jorge Coxo sfuap 01.03.98 25 Lousada
 2:07.97 Adriano Miguel Niz cfv 10.03.02 Guimarães
 2:06.87 Adriano Miguel Niz cfv 20.04.02 Pontevedra
 2:06.52 Diogo Filipe Carvalho cga 07.12.03 Aveiro
 2:06.31 Diogo Filipe Carvalho cga 21.03.04 Penafiel
 2:05.34 Diogo Filipe Carvalho cga 15.05.04 Aveiro

Juvenil A - § (01.10.04)

2:05.34 Diogo Filipe Carvalho cga 15.05.04 Aveiro

Júnior B - § (01.10.13)

2:02.96 Diogo Filipe Carvalho cga 06.03.05 Mealhada

Júnior - § (1965) # (30.09.13)

2:42.4 Joaquim Manuel Gomes avcm 17.03.66 25 AVCM
 2:40.4 Júlio Pais Ribeiro gdlm 04.12.66 25 AVCM
 2:40.4 João Repas Gonçalves sad 31.05.67 25 Lisboa - São Bento
 2:38.0 João Repas Gonçalves sad 22.07.67 25 Lisboa - São Bento
 2:35.8 João Repas Gonçalves sad 09.08.67 25 Lisboa - São Bento
 2:31.9 João Repas Gonçalves sad 05.04.68 25 Lisboa - Areeiro
 2:29.3 João Carvalho Rocha avcm 14.02.71 25 AVCM
 2:24.8 Henrique Carvalho Vicêncio slb 15.03.74 25 Lisboa - Areeiro
 2:24.8 Henrique Carvalho Vicêncio slb 19.07.74 25 SFUAP
 2:23.7 Henrique Carvalho Vicêncio slb 07.12.74 25 Algés
 2:23.4 Henrique Carvalho Vicêncio slb 17.05.75 25 Algés
 2:22.8 Paulo José Frischknecht fcp 28.12.75 25 Porto - Antas
 2:19.4 Paulo José Frischknecht fcp 08.02.76 25 Porto - Antas
 2:17.22 Paulo José Frischknecht fpn 20.03.76 25 Trento
 2:16.9 Rui Pinto Abreu cac 12.03.77 25 Coimbra - Municipal
 2:16.50 Rui Pinto Abreu fpn 02.04.77 25 Luxemburgo
 2:14.55 Rui Pinto Abreu fpn 02.04.77 25 Luxemburgo
 2:14.1 Vasco Castro Sousa anp 20.06.81 25 Porto - Fluvial
 2:11.8 Rui Paulo Borges fcp 25.03.84 25 Porto - Antas
 2:10.46 Mafílio António Albuquerque fcp 20.03.86 25 Porto - Antas
 2:09.90 João Pedro Coias sad 05.03.94 25 Braga
 2:08.98 Daniel Luís Mendes sfuap 18.03.95 25 Algés
 2:05.78 Tiago Azevedo Lousada fcp 07.03.98 25 Felgueiras
 2:04.35 Ricardo Jorge Coxo sfuap 25.03.00 Mealhada
 2:03.75 Adriano Miguel Niz cfv 22.02.03 Estoril
 2:01.94 Adriano Miguel Niz cfv 14.02.04 Estoril
 2:01.61 Diogo Filipe Carvalho cga 10.12.05 Tomar
 2:00.80 Diogo Filipe Carvalho cga 11.02.06 Estoril

Júnior A - § (01.10.13)

2:00.59	Gabriel José Lopes	aln	10.05.15	Coimbra
Sénior - § (1959)				
2:34.2	Carlos Boanova Otão	avcm	17.03.66	25 AVCM
2:30.5	Francisco Bessone Alves	ind	18.09.71	25 Lisboa – Areeiro
2:29.7	Francisco Bessone Alves	ind	30.09.71	25 Lisboa – Areeiro
2:28.4	Carlos Alberto Oliveira	gdml	30.01.73	25 AVCM
2:28.1	Francisco Bessone Alves	sad	22.04.73	25 Algés
2:26.1	Carlos Alberto Oliveira	gdml	18.05.74	25 Algés
2:25.9	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	16.04.76	25 Porto - Antas
2:25.0	Luís Lopes Santos	cfp	31.07.76	25 Porto – Fluvial
2:22.8	António Botelho de Melo	cac	22.01.77	25 Coimbra – Municipal
2:22.57	António Botelho de Melo	cac	12.02.77	25 Lisboa – Areeiro
2:20.9	António Botelho de Melo	cac	26.02.77	25 Coimbra – Municipal
2:18.6	António Botelho de Melo	cac	08.04.77	25 Viseu – Municipal
2:18.3	Rui Pinto Abreu	cac	06.01.78	25 Vigo
2:14.18	Rui Pinto Abreu	cac	11.02.78	25 Lisboa – Areeiro
2:10.25	Rui Pinto Abreu	cac	11.02.78	25 Lisboa – Areeiro
2:09.76	Rui Pinto Abreu	cac	29.04.79	25 Porto – Fluvial
2:07.4	Rui Paulo Borges	fcf	30.03.85	25 Algés
2:07.11	Rui Paulo Borges	fcf	28.03.87	25 Algés
2:06.52	Rui Paulo Borges	fcf	17.03.89	25 Algés
2:06.50	Rui Paulo Borges	fcf	27.02.92	25 Algés
2:04.90	Diogo Castro Madeira	fpn	05.12.93	25 Palma de Maiorca
2:02.19	Nuno Filipe Laurentino	sad	18.03.95	25 Algés
2:01.39	Nuno Filipe Laurentino	sad	18.05.01	Algés
1:58.46	Nuno Filipe Laurentino	sad	17.05.02	Algés
1:57.62	Diogo Filipe Carvalho	fpn	13.12.07	Debrecen
1:57.40	Diogo Filipe Carvalho	cga	15.11.08	Tavira
1:55.98	Diogo Filipe Carvalho	fpn	11.12.08	Rijeka
1:55.95	Diogo Filipe Carvalho	fpn	11.12.08	Rijeka
1:54.97	Diogo Filipe Carvalho	fpn	10.12.09	Istambul
1:54.58	Diogo Filipe Carvalho	fpn	10.12.09	Istambul
1:53.70	Diogo Filipe Carvalho	fpn	05.12.14	Doha
1:53.45	Diogo Filipe Carvalho	fpn	04.12.15	Netanya
Absoluto - § (1965)				
2:34.2	Carlos Boanova Otão	avcm	17.03.66	25 AVCM
2:32.7	António Bessone Basto	sad	20.06.66	25 Algés
2:31.9	João Repas Gonçalves	sad	05.04.68	25 Lisboa – Areeiro
2:29.3	João Carvalho Rocha	avcm	14.02.71	25 AVCM
2:28.4	Carlos Alberto Oliveira	gdml	30.01.73	25 AVCM
2:28.1	Francisco Bessone Alves	sad	22.04.73	25 Algés
2:24.8	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	15.03.74	25 Lisboa – Areeiro
2:24.8	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	19.07.74	25 SFUAP
2:24.5	Paulo José Frischknecht	sad	24.08.74	25 Algés
2:23.7	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	07.12.74	25 Algés
2:23.7	Paulo José Frischknecht	sad	02.03.75	25 Algés
2:21.8	Paulo José Frischknecht	sad	29.03.75	25 Porto – Fluvial
2:19.4	Paulo José Frischknecht	fcf	08.02.76	25 Porto - Antas
2:17.22	Paulo José Frischknecht	fpn	20.03.76	25 Trento
2:16.9	Rui Pinto Abreu	cac	12.03.77	25 Coimbra – Municipal
2:16.50	Rui Pinto Abreu	fpn	02.04.77	25 Luxemburgo
2:14.55	Rui Pinto Abreu	fpn	02.04.77	25 Luxemburgo
2:14.18	Rui Pinto Abreu	cac	11.02.78	25 Lisboa – Areeiro
2:10.25	Rui Pinto Abreu	cac	11.02.78	25 Lisboa – Areeiro
2:09.76	Rui Pinto Abreu	cac	29.04.79	25 Porto – Fluvial
2:07.4	Rui Paulo Borges	fcf	30.03.85	25 Algés
2:07.11	Rui Paulo Borges	fcf	28.03.87	25 Algés
2:06.52	Rui Paulo Borges	fcf	17.03.89	25 Algés
2:06.50	Rui Paulo Borges	fcf	27.02.92	25 Algés
2:04.90	Diogo Castro Madeira	fpn	05.12.93	25 Palma de Maiorca
2:02.19	Nuno Filipe Laurentino	sad	18.03.95	25 Algés
2:01.39	Nuno Filipe Laurentino	sad	18.05.01	Algés
1:58.46	Nuno Filipe Laurentino	sad	17.05.02	Algés
1:57.62	Diogo Filipe Carvalho	fpn	13.12.07	Debrecen
1:57.40	Diogo Filipe Carvalho	cga	15.11.08	Tavira
1:55.98	Diogo Filipe Carvalho	fpn	11.12.08	Rijeka
1:55.95	Diogo Filipe Carvalho	fpn	11.12.08	Rijeka
1:54.97	Diogo Filipe Carvalho	fpn	10.12.09	Istambul
1:54.58	Diogo Filipe Carvalho	fpn	10.12.09	Istambul
1:53.70	Diogo Filipe Carvalho	fpn	05.12.14	Doha

1:53.45	Diogo Filipe Carvalho	fpn	04.12.15	Netanya
400 ESTILOS				
Infantil - # (30.09.96)				
5:12.0	Rui Paulo Borges	fcf	23.02.80	25 Porto - Antas
5:08.3	Rui Paulo Borges	fcf	13.04.80	25 Porto - Antas
5:03.1	Rui Paulo Borges	fcf	12.07.80	25 Porto - Antas
Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
5:02.78	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	04.05.03	Odivelas
4:57.47	Tomás Miguel Freitas	cdn	01.06.03	Funchal
4:53.36	Tomás Miguel Freitas	cdn	11.07.03	Funchal
Infantil B - § (01.10.04)				
4:52.46	André Vilas Ruivo	dnmg	03.03.13	Leiria
4:49.65	André Vilas Ruivo	dnmg	15.03.13	Sto. Ant. Cavaleiros
Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
4:44.0	tempo limite			
4:41.13	Tomás Miguel Freitas	cdn	02.04.04	Setúbal
4:40.32	Tomás Miguel Freitas	cdn	09.07.04	Funchal – Nazaré
Infantil A - § (01.10.04)				
4:40.32	Tomás Miguel Freitas	cdn	09.07.04	Funchal – Nazaré
Iniciado - § (1959) # (31.12.61)				
6:32.0	António Bessone Basto	sad	06.08.59	33 Algés
5:32.7	António Bessone Basto	sad	08.09.60	33 Algés
Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)				
Juvenil - § (1972) # (30.09.96)				
5:58.3	José Guedes Neves	fcf	07.08.72	25 Porto – Fluvial
5:31.5	Henrique Carvalho Vicêncio	ind	31.08.72	25 SFUAP
5:22.0	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	16.06.73	25 Algés
5:20.5	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	19.08.73	50 Coimbra
5:19.2	Paulo José Frischknecht	sad	26.01.75	25 Lisboa – Areeiro
5:14.4	Paulo José Frischknecht	sad	02.02.75	25 Algés
5:08.0	Paulo José Frischknecht	sad	01.03.75	25 Algés
5:04.4	José Carlos Moreira	fcf	07.07.79	25 Porto - Antas
5:03.0	José Carlos Moreira	fcf	06.01.80	25 Porto - Antas
4:58.8	José Carlos Moreira	fcf	16.03.80	25 Porto – Fluvial
4:53.3	José Carlos Moreira	fcf	13.04.80	25 Porto - Antas
4:51.0	José Carlos Moreira	fcf	12.07.80	25 Porto - Antas
4:48.4	Rui Paulo Borges	fcf	17.01.81	25 Porto - Antas
4:46.7	Rui Paulo Borges	fcf	10.04.81	25 Porto - Antas
4:44.0	Rui Paulo Borges	fcf	18.07.81	25 Porto - Antas
4:43.3	Rui Paulo Borges	fcf	10.07.82	25 Porto - Antas
4:42.64	Tiago Azevedo Lousada	fcf	16.03.95	25 Algés
Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
4:38.66	Luís Duarte Silva	cnac	17.03.00	Braga
4:35.02	Diogo Filipe Carvalho	cga	21.03.03	Braga
Juvenil B - § (01.10.04)				
4:35.02	Diogo Filipe Carvalho	cga	21.03.03	Braga
Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
4:38.4	tempo limite			
4:35.77	Hugo José Amorim	cfp	28.02.97	25 Penafiel
4:34.20	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	27.02.98	25 Lousada
4:33.69	Duarte Rafael Mourão	gesl	17.03.00	Braga
4:33.36	Adriano Miguel Niz	cfv	15.02.02	Guimarães
4:30.52	Adriano Miguel Niz	cfv	13.04.02	Ferrol
4:28.27	Diogo Filipe Carvalho	cga	19.03.04	Penafiel
Juvenil A - § (01.10.04)				
4:25.04	João Alexandre Vital	cimm	13.12.13	Tomar
Júnior B - § (01.10.13)				
4:22.18	Adriano Miguel Niz	cfv	16.05.03	Algés
4:21.93	João Alexandre Vital	cimm	19.12.14	Porto - Fluvial
Antiga categoria Aspirante - § (1953) # (31.12.61)				
7:25.2	Mário Pinheiro Aguiar	gdml	03.04.53	33 GDLM
6:42.3	João Manuel Escaravana	sad	22.05.55	33 Algés

6:28.8	Carlos Filipe Fonseca	sad	24.08.58	33 Aveiro SCBM
6:20.6	Carlos Boanova Otão	gdldm	21.03.59	33 GDLM
5:56.2	Luís Vaz Jorge	sad	06.08.59	33 Algés
5:26.1	António Bessone Basto	sad	18.07.61	33 Algés
Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)				
5:25.1	Henrique Carvalho Vicêncio	anl	10.06.74	25 Algés
5:24.9	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	06.07.74	50 Lisboa – Olivais
5:13.6	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	11.08.74	50 Lisboa – Olivais
5:11.6	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	02.02.75	25 Algés
5:10.3	António Botelho de Melo	cac	01.03.75	25 Coimbra – Municipal
5:03.1	António Botelho de Melo	cac	21.06.75	25 Coimbra – Municipal
4:59.0	António Botelho de Melo	cac	26.03.76	25 Coimbra – Municipal
4:59.0	Paulo José Frischknecht	fcp	27.03.76	25 Porto - Antas
4:58.7	Paulo José Frischknecht	fcp	15.04.76	25 Porto - Antas
4:56.7	António Botelho de Melo	fcp	12.06.76	25 Porto – Fluvial
4:54.2	Rui Pinto Abreu	cac	11.03.77	25 Coimbra – Municipal
4:51.77	Paulo Gomes Azevedo	sad	12.04.79	25 Porto – Fluvial
4:49.9	Vasco Castro Sousa	fcp	12.07.80	25 Porto - Antas
4:47.6	Vasco Castro Sousa	fcp	17.01.81	25 Porto - Antas
4:46.1	Vasco Castro Sousa	fcp	10.04.81	25 Porto - Antas
4:43.3	Vasco Castro Sousa	fcp	18.07.81	25 Porto - Antas
4:42.9	Rui Paulo Borges	fcp	16.01.83	25 Porto – Fluvial
4:41.8	Rui Paulo Borges	fcp	30.01.83	25 Algés
4:41.62	Rui Paulo Borges	anp	19.02.83	25 Madrid - Canoe
4:38.4	Rui Paulo Borges	anp	29.05.83	25 Vigo
4:38.3	Miguel Arrobas Silva	sad	23.06.91	25 Algés
4:37.61	José Eduardo Couteiro	edv	11.02.93	25 Viana do Castelo
4:33.34	André Maia Vicente	scp	03.03.94	25 Braga
4:31.87	João Pedro Coias	sad	26.07.94	25 Algés
4:24.45	Tiago Azevedo Lousada	fcp	05.03.98	25 Felgueiras
4:22.18	Adriano Miguel Niz	cfv	16.05.03	Algés
4:20.95	Adriano Miguel Niz	fcp	12.12.03	Dublin
Júnior A - § (01.10.13)				
4:11.20	João Alexandre Vital	scp	11.12.15	Porto – Fluvial
Antiga categoria Júnior - § (1953) # (31.12.61)				
7:29.2	Tullio Giuseppe Re	gdldm	03.04.53	33 GDLM
6:47.6	Ricardo Santos Marques	sad	22.05.55	33 Algés
6:47.0	Guilherme Neves Ferreira	sad	01.10.55	33 Algés
6:31.2	Carlos Filipe Fonseca	sad	28.08.58	33 Algés
6:17.4	Alberto Sousa Costa	gdldm	26.02.61	33 GDLM
5:29.3	António Bessone Basto	sad	07.09.61	25 Lisboa – São Bento
Sénior - § (1953)				
7:20.8	Humberto Pereira Duarte	gdldm	03.04.53	33 GDLM
5:45.4	Fernando Esteves Madeira	sad	22.05.55	33 Algés
5:43.9	Luís Vaz Jorge	sad	12.06.60	33 Algés
5:35.6	Luís Vaz Jorge	sad	30.09.61	33 Algés
5:23.9	António Bessone Basto	fcp	19.08.62	50 Leipzig
5:16.3	António Bessone Basto	sad	20.09.62	25 Lisboa – São Bento
5:13.3	António Bessone Basto	sad	27.06.63	25 Algés
5:11.6	António Bessone Basto	sad	25.06.64	25 Algés
5:06.4	António Bessone Basto	sad	27.07.64	25 Lisboa – São Bento
4:58.8	António Botelho de Melo	cac	11.03.77	25 Coimbra – Municipal
4:55.9	António Botelho de Melo	cac	07.04.77	25 Viseu – Municipal
4:46.3	Rui Pinto Abreu	cac	23.04.78	25 Porto - Antas
4:43.3	Paulo José Frischknecht	sad	09.12.78	25 Algés
4:40.2	Vasco Castro Sousa	anp	29.05.83	25 Vigo
4:36.5	Rui Paulo Borges	fcp	13.01.85	25 Fafe
4:31.0	Rui Paulo Borges	fcp	29.03.85	25 Algés
4:27.99	Rui Paulo Borges	fcp	07.02.86	25 Bona
4:24.59	Rui Paulo Borges	fcp	27.03.87	25 Algés
4:24.21	Rui Paulo Borges	fcp	04.03.89	25 Algés
4:22.33	Rui Paulo Borges	fcp	25.02.93	25 Algés
4:19.59	Nuno Filipe Laurentino	sad	16.03.95	25 Algés
4:19.13	Duarte Rafael Mourão	gestl	20.11.04	Setúbal
4:15.91	Adriano Miguel Niz	fcp	09.12.05	Trieste
4:14.08	Diogo Filipe Carvalho	cga	22.12.07	Silves
4:08.34	Diogo Filipe Carvalho	cga	21.12.08	Sines
4:06.83	Diogo Filipe Carvalho	fcp	11.12.09	Istambul

Absoluto - § (1953)

7:20.8	Humberto Pereira Duarte	gdldm	03.04.53	33 GDLM
5:45.4	Fernando Esteves Madeira	sad	22.05.55	33 Algés
5:43.9	Luís Vaz Jorge	sad	12.06.60	33 Algés
5:32.7	António Bessone Basto	sad	08.09.60	33 Algés
5:26.1	António Bessone Basto	sad	18.07.61	33 Algés
5:23.9	António Bessone Basto	fcp	19.08.62	50 Leipzig
5:16.3	António Bessone Basto	sad	20.09.62	25 Lisboa – São Bento
5:13.3	António Bessone Basto	sad	27.06.63	25 Algés
5:11.6	António Bessone Basto	sad	25.06.64	25 Algés
5:06.4	António Bessone Basto	sad	27.07.64	25 Lisboa – São Bento
5:03.1	António Botelho de Melo	cac	21.06.75	25 Coimbra – Municipal
4:59.0	António Botelho de Melo	cac	26.03.76	25 Coimbra – Municipal
4:59.0	Paulo José Frischknecht	fcp	27.03.76	25 Porto - Antas
4:58.7	Paulo José Frischknecht	fcp	15.04.76	25 Porto - Antas
4:56.7	António Botelho de Melo	fcp	12.06.76	25 Porto – Fluvial
4:54.2	Rui Pinto Abreu	cac	11.03.77	25 Coimbra – Municipal
4:46.3	Rui Pinto Abreu	cac	23.04.78	25 Porto - Antas
4:43.3	Paulo José Frischknecht	sad	09.12.78	25 Algés
4:43.3	Vasco Castro Sousa	fcp	18.07.81	25 Porto - Antas
4:43.3	Rui Paulo Borges	fcp	10.07.82	25 Porto - Antas
4:42.9	Rui Paulo Borges	fcp	16.01.83	25 Porto – Fluvial
4:41.8	Rui Paulo Borges	fcp	30.01.83	25 Algés
4:41.62	Rui Paulo Borges	anp	19.02.83	25 Madrid - Canoe
4:38.4	Rui Paulo Borges	anp	29.05.83	25 Vigo
4:36.5	Rui Paulo Borges	fcp	13.01.85	25 Fafe
4:31.0	Rui Paulo Borges	fcp	29.03.85	25 Algés
4:27.99	Rui Paulo Borges	fcp	07.02.86	25 Bona
4:24.59	Rui Paulo Borges	fcp	27.03.87	25 Algés
4:24.21	Rui Paulo Borges	fcp	04.03.89	25 Algés
4:22.33	Rui Paulo Borges	fcp	25.02.93	25 Algés
4:19.59	Nuno Filipe Laurentino	sad	16.03.95	25 Algés
4:19.13	Duarte Rafael Mourão	gestl	20.11.04	Setúbal
4:15.91	Adriano Miguel Niz	fcp	09.12.05	Trieste
4:14.08	Diogo Filipe Carvalho	cga	22.12.07	Silves
4:08.34	Diogo Filipe Carvalho	cga	21.12.08	Sines
4:06.83	Diogo Filipe Carvalho	fcp	11.12.09	Istambul

#3X50 ESTILOS**Iniciado - # (1953)**

1:59.0	Agostinho Marques Janeiro, Fernando Rodrigues Trovão, Américo Vieira Machado	sad	10.08.50	25 Lisboa – Pedrouços
1:54.2	António Manuel Murta, Maurício Freitas Lomelino, Fernando Furtado de Castro	sad	28.09.51	25 Lisboa – Pedrouços
1:52.2	José Alfredo Costeira, José Manuel Quina, Libertário Jesus Farinha	gdep	02.10.51	25 Lisboa – Pedrouços

Principiante - # (1953)

1:56.4	António Macedo Nunes, Zeferino Lopes Castro, Abílio Brito Canhão	sad	09.09.41	25 Algés
1:50.0	Luiz Gomes Costa, Vasco Silva Ribeiro, João Augusto Domingues	gdep	10.08.50	25 Lisboa – Pedrouços
1:49.0	Luiz Gomes Costa, Vasco Silva Ribeiro, João Augusto Domingues	gdep	21.10.50	25 Lisboa – Pedrouços
1:44.2	Victor Passos Almeida, Fernando Rodrigues Trovão, Manuel Murta Barbeiro	sad	06.10.51	25 Lisboa – Pedrouços

Antiga categoria Júnior - # (1953)

1:45.5	Artur Mendes Silva, Máximo José Couto, António Jardine Neto	sad	21.08.42	25 Algés
1:43.9	Fernão Ormelas Cisneiros, Eduardo Câmara e Sousa, Jeremias Ponte Simão	gdep	12.09.46	50 Espinho
1:40.2	Eurico Rocha Surgey, José Inácio Borja, Fernando Esteves Madeira	sad	10.08.50	25 Lisboa – Pedrouços
1:39.6	Eurico Rocha Surgey, Eduardo Murta Barbeiro, Eurico Mendonça Perdigão	sad	21.09.50	25 Lisboa – Pedrouços

Sénior - # (1953)

1:41.2	Mário Alua Simas, Alberto Azinhais dos Santos, Manuel Vasco Carrelhas	sad	21.08.42	25 Algés
--------	---	-----	----------	----------

1:39.0	Mário Alua Simas, Artur Mendes Silva, Carlos Azevedo Júlio	gdep	14.09.46	50 Espinho
1:37.2	Eurico Rocha Surgey, Eduardo Murta Barbeiro, Guilherme José Patrone	sad	06.10.51	25 Lisboa – Pedrouços
1:36.9	Eurico Rocha Surgey, Eduardo Murta Barbeiro, Fernando Esteves Madeira	sad	14.06.52	25 Lisboa – Pedrouços
1:36.2	Eurico Rocha Surgey, Eduardo Murta Barbeiro, Fernando Esteves Madeira	sad	28.06.52	25 Lisboa – Pedrouços

Absoluto - # (1953)

1:41.2	Mário Alua Simas, Alberto Azinhais dos Santos, Manuel Vasco Carrelhas	sad	21.08.42	25 Algés
1:39.0	Mário Alua Simas, Artur Mendes Silva, Carlos Azevedo Júlio	gdep	14.09.46	50 Espinho
1:37.2	Eurico Rocha Surgey, Eduardo Murta Barbeiro, Guilherme José Patrone	sad	06.10.51	25 Lisboa – Pedrouços
1:36.9	Eurico Rocha Surgey, Eduardo Murta Barbeiro, Fernando Esteves Madeira	sad	14.06.52	25 Lisboa – Pedrouços
1:36.2	Eurico Rocha Surgey, Eduardo Murta Barbeiro, Fernando Esteves Madeira	sad	28.06.52	25 Lisboa – Pedrouços

4X50 ESTILOS

Júnior - clubes - § (01.10.04)

1:48.68	tempo limite			
1:48.52	João Pedro Glória, Nuno Gonçalo Quintanilha, Manuel Eduardo Almeida, José João Bica	cvg	28.11.04	Pinhal Novo
1:47.34	João Pedro Glória, Nuno Gonçalo Quintanilha, Manuel Eduardo Almeida, José João Bica	cvg	20.12.04	Cantanhede
1:46.41	Rúben Oliveira Lopes, Leonardo Cardoso Figueiredo, Artur José Reis, João Miguel Ascensão	fcp	30.11.13	Felgueiras
1:44.80	Rúben Oliveira Lopes, Leonardo Cardoso Figueiredo, Artur José Reis, João Miguel Ascensão	fcp	21.12.13	Felgueiras

Júnior - seleções - § (01.10.04)

sem tempo limite

Sénior - clubes - § (01.10.04)

1:41.12	tempo limite			
1:41.07	Adriano Miguel Niz, Henrique Pereira Neiva, Fábio Manuel Pereira, Pedro Miguel Silva	cfv	15.12.07	25 Óbidos
1:41.01	José João Bica, Nuno Gonçalo Quintanilha, Ricardo Sousa Filipe, Bernardo Almeida Moreira	ldc	05.12.09	25 Leiria
1:40.05	Carlos Filipe Santos, Gil Gonçalves Pinto, João Filipe Carvalho, Paulo Jorge Santos	fcp	05.12.09	25 Leiria
1:38.95	Diogo Gomes Sousa, Carlos Esteves Almeida, Duarte Rafael Mourão, João Silva Gigante	esjb	20.12.14	Porto - Fluvial

Sénior - seleções - § (01.10.04)

sem tempo limite

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

2:00.0	tempo limite			
1:56.7	Paulo Gomes Azevedo, Carlos Estevão Modesto, Paulo José Frischknecht, Fernando Neves Teixeira	sad	18.01.81	25 Porto - Antas
1:51.3	José Carlos Meinedo, Paulo Manuel Trindade, Mabilho António Albuquerque, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	06.03.88	50 Lisboa – Olivais
1:50.73	José Carlos Meinedo, Paulo Manuel Trindade, Mabilho António Albuquerque, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	16.04.88	50 Luxemburgo
1:49.61	José Carlos Meinedo, Paulo Manuel Trindade, Mabilho António Albuquerque, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	17.04.88	50 Luxemburgo
1:49.23	Rui Paulo Borges, António Adérito Chaves, Sérgio Alexandre Esteves, Paulo Manuel Trindade	fcp	05.05.91	50 Eindhoven
1:48.06	João Ribeiro Conde, Rodolfo Pereira Nunes, Sérgio Alexandre Esteves, Paulo Manuel Trindade	fcp	19.06.94	25 Algés
1:46.30	Nuno Filipe Laurentino, Duarte Bruno Mendonça, Miguel Mendonça Cabrita, Ricardo Conceição Pedroso	sad	21.06.96	25 Algés
1:43.87	Nuno Filipe Laurentino, Duarte Bruno Mendonça, Ricardo Conceição Pedroso, Tiago Azevedo Laranjo	sad	25.03.00	25 Mealhada

1:42.63	Nuno Filipe Laurentino, Duarte Bruno Mendonça, Ricardo Conceição Pedroso, Pedro Nuno Silva	sad	26.11.00	25 Guarda
1:41.12	Bruno Gama Freitas, Bruno Miguel Ramos, Ricardo Jorge Coxo, David Miguel Ferro	sfuap	23.11.02	25 Felgueiras
1:41.07	Adriano Miguel Niz, Henrique Pereira Neiva, Fábio Manuel Pereira, Pedro Miguel Silva	cfv	15.12.07	25 Óbidos
1:41.01	José João Bica, Nuno Gonçalo Quintanilha, Ricardo Sousa Filipe, Bernardo Almeida Moreira	ldc	05.12.09	25 Leiria
1:40.05	Carlos Filipe Santos, Gil Gonçalves Pinto, João Filipe Carvalho, Paulo Jorge Santos	fcp	05.12.09	25 Leiria
1:38.95	Diogo Gomes Sousa, Carlos Esteves Almeida, Duarte Rafael Mourão, João Silva Gigante	esjb	20.12.14	Porto - Fluvial

Absoluto - seleções - § (01.10.04)

1:38.72 tempo limite

#3X100 ESTILOS

Iniciado - § (17.07.44) # (1952)

4:19.0	Armando Ferreira Rodrigues, Gentil Abreu Gonçalves, Guilherme José Patrone	sad	01.10.44	33 Algés
4:16.3	Eduardo Silva Cordeiro, António Cerveira Melo, Jaime Ferreira Moniz	sad	29.09.46	33 Algés
4:15.8	Eduardo Murta Barbeiro, João Dias Bichinho, Fernando Esteves Madeira	sad	25.05.47	33 Algés
4:15.0	Eurico Rocha Surgey, Eduardo Machado Candeeias, Eduardo Murta Barbeiro	sad	02.08.47	33 Algés
4:09.8	Luiz Gomes Costa, Vasco Silva Ribeiro, João Augusto Domingues	gdep	31.08.49	33 Alhandra
4:06.2	Sérgio Sarabando Martins, Orlando Manuel Bettencourt, Heike Olaf Hoffmeier	sad	04.10.52	33 Algés

Principiante - # (1952)

4:28.1/5	João Catalão, Vitor Camarinhas, Manuel Ferreira Moniz	sad	09.08.39	33 Algés
4:26.6	Alvaro Silva Parracho, George Hubert Black, Gil Pancada Bravo	gdep	05.08.43	33 Alhandra
3:58.8	Artur Mendes Silva, Eduardo Câmara e Sousa, Fernão Ornelas Cisneiros	gdep	10.09.44	33 Algés
3:45.4	João Franco do Vale, Armando Ferreira Rodrigues, Guilherme José Patrone	sad	28.07.46	33 Algés
3:43.0	José Inácio Borja, Eduardo Murta Barbeiro, Fernando Esteves Madeira	sad	21.08.49	33 Algés

Antiga categoria Júnior - # (1952)

4:02.3/5	João Moniz Pereira, Afonso Almeida Gonçalves, Manuel Moniz Pereira	sad	29.06.37	33 Algés
3:55.4/5	Mário Alua Simas, Afonso Almeida Gonçalves, Manuel Vasco Carrelhas	sad	02.07.38	33 Algés
3:41.8	Eurico Rocha Surgey, Eduardo Murta Barbeiro, Fernando Esteves Madeira	sad	13.07.50	33 Algés
3:30.8	Eurico Rocha Surgey, Eduardo Murta Barbeiro, Eurico Mendonça Perdigão	sad	05.08.51	33 Algés

Sénior - # (1952)

3:51.0	Fernando Pereira Leal, João Silva Marques, Francisco João Vasconcelos	anl	01.08.37	33 Curia
3:47.3	Mário Alua Simas, João Silva Marques, Manuel Vasco Carrelhas	anl	03.09.38	33 Algés
3:41.0	Mário Alua Simas, Afonso Almeida Gonçalves, Manuel Vasco Carrelhas	sad	03.09.39	33 Coimbra – Fluvial
3:36.0	João Franco do Vale, Eduardo Murta Barbeiro, Guilherme José Patrone	sad	21.06.49	33 Algés
3:34.4	João Franco do Vale, Eduardo Murta Barbeiro, Fernando Esteves Madeira	sad	13.09.52	33 Algés

Absoluto - # (1952)

4:05.1	Alberto Azinhais dos Santos, Fernando Cabral Sacadura, Armando Moitinho de Almeida	sad	10.11.32	25 CN Barcelona
4:03.2	Alberto Azinhais dos Santos, Fernando Cabral Sacadura, Armando Moitinho de Almeida	sad	06.07.35	25 Madrid

3:59.3/5	Alberto Azinhais dos Santos, Fernando Cabral Sacadura, Francisco João Vasconcelos	sad	29.09.35	33 Algés
3:51.0	Fernando Pereira Leal, João Silva Marques, Francisco João Vasconcelos	anl	01.08.37	33 Curia
3:47.3	Mário Alua Simas, João Silva Marques, Manuel Vasco Carrelhas	anl	03.09.38	33 Algés
3:41.0	Mário Alua Simas, Afonso Almeida Gonçalves, Manuel Vasco Carrelhas	sad	03.09.39	33 Coimbra – Fluvial
3:36.0	João Franco do Vale, Eduardo Murta Barbeiro, Guilherme José Patrone	sad	21.06.49	33 Algés
3:34.9	Eurico Rocha Surgey, Eduardo Murta Barbeiro, Guilherme José Patrone	sad	30.09.50	25 Sevilha
3:34.4	João Franco do Vale, Eduardo Murta Barbeiro, Fernando Esteves Madeira	sad	13.09.52	33 Algés

Absoluto - clubes - # (1952)

4:05.1	Alberto Azinhais dos Santos, Fernando Cabral Sacadura, Armando Moitinho de Almeida	sad	10.11.32	25 CN Barcelona
4:03.2	Alberto Azinhais dos Santos, Fernando Cabral Sacadura, Armando Moitinho de Almeida	sad	06.07.35	25 Madrid
3:59.3/5	Alberto Azinhais dos Santos, Fernando Cabral Sacadura, Francisco João Vasconcelos	sad	29.09.35	33 Algés
3:55.4/5	Mário Alua Simas, Afonso Almeida Gonçalves, Manuel Vasco Carrelhas	sad	02.07.38	33 Algés
3:51.4/5	Mário Alua Simas, Afonso Almeida Gonçalves, Francisco João Vasconcelos	sad	01.07.39	33 Algés
3:41.0	Mário Alua Simas, Afonso Almeida Gonçalves, Manuel Vasco Carrelhas	sad	03.09.39	33 Coimbra – Fluvial

4X100 ESTILOS

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

5:57.3	Jaime Sequeira Lourenço, Carlos Correia da Silva, Paulo Silva Alves, Vítor Costa Marques	sfuap	11.07.73	50 Lisboa – Olivais
5:27.5	Eduardo Pereira Lencastre, André Filipe Fonseca, Fernando Cobian Silva, Paulo Cruz Pinheiro	fcp	03.08.73	25 Porto – Fluvial
5:21.5	Nuno António Lobo, Vítor Viana Pinto, Vasco Castro Sousa, Paulo Cruz Pinheiro	fcp	28.03.75	25 Porto – Fluvial
5:14.1	João Paulo Torres Pinto, José Carlos Mota, Nuno António Lobo, Vasco Castro Sousa	fcp	08.02.76	25 Porto - Antas
5:12.4	João Paulo Torres Pinto, Nuno António Lobo, Rogério Nascimento Silva, Vasco Castro Sousa	fcp	27.03.76	25 Porto - Antas
5:08.3	João Paulo Torres Pinto, Nuno António Lobo, Rogério Nascimento Silva, Vasco Castro Sousa	fcp	15.04.76	25 Porto - Antas
5:02.3	João Paulo Torres Pinto, Nuno António Lobo, Vasco Castro Sousa, Rogério Nascimento Silva	fcp	24.07.76	25 Porto – Fluvial
5:02.0	José Pedro Soares, Paulo Manuel Trindade, Rui Paulo Borges, Paulo Araújo Almeida	anp	21.06.80	25 Porto – Fluvial
5:01.1	José Pedro Soares, Rui Paulo Borges, Paulo Manuel Trindade, Paulo Araújo Almeida	fcp	12.07.80	25 Porto - Antas
4:56.43	José Pedro Soares, Rui Paulo Borges, Paulo Manuel Trindade, Paulo Araújo Almeida	fcp	31.07.80	50 Lisboa – Olivais
4:51.0	Nuno Miguel Resende, Miguel Nobre Bispo, Diogo Castro Madeira, José Luís Gonçalves	slb	29.07.83	25 Coimbra – Municipal
4:47.42	Pedro Jorge Gonçalves, Pedro Alexandre Coutinho, António Manuel Cortesão, Ricardo Jorge Neves	fpn	06.04.85	50 Lisboa – Olivais
4:44.10	José Alexandre Guerra, Rodolfo Pereira Nunes, Sérgio Filipe Souto, José Silva Miranda	fpn	05.04.86	50 Zurique
4:41.43	João Pinho Serra, Rui Pedro Jerónimo, José Eduardo Couteiro, Hugo Raposo Oliveira	fpn	01.04.89	50 Lisboa – Olivais
4:38.36	Ricardo Conceição Pedroso, João Pedro Coias, Abel Pedro Martins, Nuno Vicente Moreira	anl	01.05.90	25 Arganda

Grupo 4 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:38.36 tempo limite

Grupo 4 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:43.65 tempo limite

4:43.42	Jorge Manuel Maia, João Miguel Ferreira, Paulo Ricardo Araújo, Nuno José Simões	gdnfama	24.03.02	Braga
---------	---	---------	----------	-------

Infantil B - clubes - § (01.10.04)

4:40.64	Diogo Miguel Mendes, Diogo Parrilha Silva, Miguel Monteiro Diogo, Leonardo Bruno André	cnal	03.06.06	Leiria
4:40.62	Sérgio Fernando Silva, Rafael Filipe Nunes, Gonçalo Filipe Lopes, Miguel Ângelo Alves	anam	09.05.09	Lisboa – Luz
4:37.74	Sérgio Fernando Silva, Rafael Filipe Nunes, Miguel Ângelo Alves, Gonçalo Filipe Lopes	anam	21.06.09	Reboleira
4:35.54	Daniel Pereira Silva, Miguel Ângelo Santos, Hugo Gabriel Morais, Rogério José Machado	gdnfama	17.03.13	Porto – Fluvial

Grupo 4 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:38.36 tempo limite

Infantil B - seleções - § (01.10.04)

4:34.17	Daniel Ribeiro Sousa, Nuno Miguel Feliciano, Afonso Lopes dos Santos, João Manuel Serralheiro	andl	05.04.08	Abrantes
4:23.82	José Diogo Dias, Rafael Alves Campos, Gonçalo Brites Moita, Diogo Matos Ribeiro	anc	24.06.17	Coimbra (Rui Abreu)

Grupo 3 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:38.19	João Carlos Monteiro, Pedro Mesquita Morais, Luís Miguel Monteiro, Ivo Ricardo Seco	fcp	23.02.97	25 Guimarães
4:33.69	Maurício Madeira Nunes, João Tiago Cardoso, Marcos Ricardo Graça, Hélder Valentim Pais	sfuap	16.03.97	25 Alcobça
4:30.24	Maurício Madeira Nunes, Rui Carvalho Rodrigues, Tiago Ramos Barroso, Pedro Manuel Costa	anl	22.03.97	25 Rio Maior
4:28.70	Maurício Madeira Nunes, João Tiago Cardoso, Marcos Ricardo Graça, Hélder Valentim Pais	sfuap	21.06.97	25 SFUAP
4:24.32	Pedro Miguel Martins, David Miguel Ferro, Bruno Miguel Ramos, Filipe Severino Gomes	sfuap	15.03.98	25 Algés

Grupo 3 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:24.32	André Cadilha Filgueiras, João Luís Bacelar, José Miguel Silva, Duarte Lages Silva	edv	30.06.02	Braga
4:20.39	Jorge Manuel Maia, João Miguel Ferreira, Paulo Ricardo Araújo, Nuno José Simões	gdnfama	06.04.03	Mealhada

Infantil A - clubes - § (01.10.04)

4:12.56	João Pereira Tinoco, Miguel Ângelo Santos, Hugo Gabriel Morais, José Pedro Freitas	gdnfama	09.03.14	Paços de Ferreira
4:12.50	João Pereira Tinoco, Miguel Ângelo Santos, Hugo Gabriel Morais, José Pedro Freitas	gdnfama	30.03.14	Cantanhede
4:12.48	Diogo Nuno Valente, Martim Rebelo Malfeito, Vicente Oliveira Gomes, Ruy Manuel Domingos	scp	20.03.16	Tomar

Grupo 3 - seleções - § (01.10.96) # (30.09.04)

4:30.34 tempo limite

4:21.16	João Silva Gigante, Henrique Mira Godinho, André Rodrigues Santos, Tiago André Moura	anl	06.04.02	Rio Maior
4:20.07	Adelino Emanuel Gaitero, Paulo Ricardo Araújo, Jorge Manuel Maia, Paulo Jorge Santos	annp	12.04.03	Tomar

Infantil A - seleções - § (01.10.04)

4:17.22	Rúben Oliveira Lopes, André Gonçalo Santos, João Miguel Ascensão, Ricardo David Silva	annp	09.04.11	Abrantes
4:16.52	João Daniel Machado, António Manuel Mendes, João Magalhães Nunes, Diogo Alexandre Domingues	anl	13.04.13	Abrantes
4:13.16	João Pereira Tinoco, Miguel Ângelo Santos, Hugo Gabriel Morais, José Pedro Freitas	annp	12.04.14	Abrantes

Infantil - clubes - § (1.10.13)

4:12.56	João Pereira Tinoco, Miguel Ângelo Santos, Hugo Gabriel Morais, José Pedro Freitas	gdnfama	09.03.14	Paços de Ferreira
4:12.50	João Pereira Tinoco, Miguel Ângelo Santos, Hugo Gabriel Morais, José Pedro Freitas	gdnfama	30.03.14	Cantanhede

Iniciado - § (1953) # (31.12.66)

6:35.3	Ricardo Santos Marques, José Manuel Pintassilgo, Henrique Neves Delgado, Guilherme Neves Ferreira	sad	20.08.53	33 Algés
6:03.7	António Alçada Padez, Alfredo José Ferreira, Liberto Lézinho Peres, João Manuel Escaravana	sad	25.09.54	33 Algés
6:00.6	António Conde Veiga, António Rocha Gonçalves, Fernando Rodrigues Paiva, Manuel Pedroso Lima	aac	10.10.54	33 Coimbra – Municipal
5:59.9	José António Sacadura, José Manuel Fonseca,			

5:56.4	José Geraldo Marques, António Miranda Rodrigues	sad	24.07.55	33 Algés
	Guido del Ré, Carlos Sousa Morais,	gdldm	04.03.56	33 GDLM
5:37.7	Humberto Ramos Alves, Rui Moreira Cravo			
	Raul Ângelo Cerqueira, José Manuel Fonseca,	sad	19.08.56	33 Algés
5:31.3	Vinício Rodrigues Pereira, Avelino Santos Pereira			
	Artur Alves Gil, Edgar Prista da Graça,	sad	15.06.58	33 Algés
5:31.0	Luís Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro			
	Herlander Felga Ribeiro, Edgar Prista da Graça,	sad	05.08.58	25 Lisboa – São Bento
5:20.8	Luís Vaz Jorge, Eduardo José de Sousa			
	Artur Alves Gil, Edgar Prista da Graça,	sad	24.08.58	33 Aveiro SCBM
5:14.1	Luís Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro			
	Manuel Dantas Cardoso, Luís Vidigal Salgueiro,	sad	30.07.60	25 Lisboa – São Bento
5:13.5	Vítor Manuel Fonseca, António Bessone Basto			
	Manuel Dantas Cardoso, José Machado Pinto,	sad	18.06.61	33 Algés
5:10.9	Vítor Manuel Fonseca, Nelson Conceição Fernandes			
	Manuel Dantas Cardoso, José Manuel Conceição,	sad	19.08.61	25 Lisboa – São Bento
5:08.6	Vítor Manuel Fonseca, Mário Henrique Cardoso			
	Manuel Dantas Cardoso, José Machado Pinto,	sad	05.09.61	25 Lisboa – São Bento
	Vítor Manuel Fonseca, Nelson Conceição Fernandes			

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

4:54.3	Luís Cavaleiro Madeira, Henrique Carvalho Vicêncio,	fpn	28.07.72	50 Coimbra
	Joaquim Jesus Carvalho, José Guedes Neves			
4:51.7	Paulo José Frischknecht, Carlos Estevão Modesto,	sad	28.03.75	25 Porto – Fluvial
	João Manuel Rodrigues, Jaime Carlos Bento			
4:49.7	José Saraiva da Silva, Carlos Estevão Modesto,	fpn	13.06.76	25 Porto – Fluvial
	Carlos Alberto Serra, João Pedro Freitas			
4:44.4	João Paulo Torres Pinto, Nuno António Lobo,	fcp	07.04.77	25 Viseu – Municipal
	Vasco Castro Sousa, Rogério Nascimento Silva			
4:37.2	João Paulo Torres Pinto, Nuno António Lobo,	fcp	01.04.78	25 Porto – Fluvial
	Vasco Castro Sousa, Rogério Nascimento Silva			
4:35.61	João Paulo Torres Pinto, Nuno António Lobo,	fcp	23.04.78	25 Porto - Antas
	Vasco Castro Sousa, Rogério Nascimento Silva			
4:33.8	João Paulo Torres Pinto, Nuno António Lobo,	fcp	08.07.78	25 Porto - Antas
	Rogério Nascimento Silva, Vasco Castro Sousa			
4:33.4	José Carlos Moreira, Rui Paulo Borges,	fcp	10.04.81	25 Porto - Antas
	Cláudio Oliveira Ribeiro, Paulo Manuel Trindade			
4:27.6	Mário Sajara Madeira, Pedro Bicho Garcia,	fpn	03.07.82	25 Coimbra – Municipal
	Filipe Jorge Gomes, Paulo Manuel Trindade			
4:20.6	Pedro Luz Pinto, Miguel Costa Santos,	slb	29.03.85	25 Algés
	Diogo Castro Madeira, Nuno Miguel Moura			
4:15.46	Jorge Carvalho Paiva, Rodolfo Pereira Nunes,	cfp	27.03.88	25 Porto - Antas
	Nuno Miguel Recarei, José Silva Miranda			
4:14.8	Ricardo Nuno Abrantes, Gustavo André Reis,	scp	16.02.92	25 Algés
	Nuno Vicente Moreira, André Maia Vicente			
4:14.70	Ricardo Conceição Pedroso, João Pedro Coias,	sad	29.02.92	25 Algés
	Rui Vasco Silva, Nuno Miguel Dias			

Grupo 2 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:13.60	Paulo Fernando Pedro, Hugo Alexandre Jerónimo,	sfuap	02.03.97	25 Penafiel
	Ricardo Jorge Coxo, André Filipe Sequeira			

Grupo 2 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:11.92	Pedro Miguel Martins, Bruno Miguel Ramos,	sfuap	21.03.99	Penafiel
	David Miguel Ferro, Filipe Severino Gomes			

Juvenil B - clubes - § (01.10.04)

4:09.04	Rúben Oliveira Lopes, Eduardo Salgado Ramos,	fcp	03.03.12	Braga
	João Miguel Ascensão, João Luís Travanca			
4:07.59	João Pereira Tinoco, Miguel Ângelo Santos,	gdnfama	23.11.14	Porto
	Hugo Gabriel Morais, José Pedro Freitas			
4:04.46	João Pereira Tinoco, Miguel Ângelo Santos,	gdnfama	14.12.14	Estarreja
	Hugo Gabriel Morais, José Pedro Freitas			

Grupo 2 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:15.19	tempo limite			
4:13.08	João Sousa Fernandes, Bruno Miguel Ramos,	anl	20.06.99	Coimbra – Municipal
	José Júlio Almeida, David Miguel Ferro			
4:12.70	Frederico Subtil Lima, Henrique Mira Godinho,	anl	23.11.02	Paços de Ferreira
	André Rodrigues Santos, Luís Filipe Alves			

Juvenil B- seleções - § (01.10.04)

4:10.63	Afonso Guilherme Rosa, Miguel Carriço Cruz,	ands	12.04.14	Abrantes
	Marco André Miguel, Bernardo José Dionísio			

4:08.04	João Pedro Dias, Duarte Anastácio Sousa,	anc	24.06.17	Coimbra (Rui Abreu)
	Rodrigo Alexandre Travassos, Tomás Pedrosa Miguel			

Grupo 1 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:26.86	Mário Jorge Sousa, Henrique Manuel Silva,	cna	01.11.96	25 Lisboa – Areiro
	Gil Maia Santos, Rui Gonçalves Lourenço			
4:23.84	Hugo José Amorim, Pedro Miguel Xavier,	cfp	09.02.97	25 Fafe
	José Fernando Ferreira, Ricardo Pinto Almeida			
4:11.57	Mário Jorge Sousa, Henrique Manuel Silva,	cna	02.03.97	25 Penafiel
	Gil Maia Santos, João Feliciano Silva			
4:09.97	Bruno Gama Freitas, Hugo Alexandre Jerónimo,	sfuap	01.02.98	25 Estoril
	Ricardo Jorge Coxo, André Filipe Sequeira			
4:09.24	Bruno Gama Freitas, Hugo Alexandre Jerónimo,	sfuap	08.02.98	25 Estoril
	Ricardo Jorge Coxo, André Filipe Sequeira			
4:05.13	Bruno Gama Freitas, Hugo Alexandre Jerónimo,	sfuap	01.03.98	25 Lousada
	Ricardo Jorge Coxo, André Filipe Sequeira			

Grupo 1 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:04.48	Pedro Miguel Martins, Bruno Miguel Ramos,	sfuap	19.03.00	25 Braga
	David Miguel Ferro, Filipe Severino Gomes			
4:03.10	João Pedro Glória, Nuno Gonçalo Quintanilha,	cvg	23.03.03	25 Braga
	Manuel Eduardo Almeida, José João Bica			

Juvenil A - clubes - § (01.10.04)

4:01.13	Miguel Reis Santos, Hugo Pon,	sad	15.12.13	Tomar
	Afonso Ribeiro Bate, Francisco Carvalho Machado			

Grupo 1 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:10.86	tempo limite			
4:10.61	Alberto José Sampaio, João Pedro Araújo,	annp	25.03.01	25 Felgueiras
	Renato Santos Matias, Hugo Pereira Pinto			
4:04.93	Adriano Miguel Niz, Vítor Campelo Ramalho,	annp	24.11.01	25 Portalegre
	Carlos Miguel Tinoco, Pedro Tiago Gomes			
4:00.11	Adriano Miguel Niz, Vítor Campelo Ramalho,	annp	16.03.02	25 Torrelavega
	Carlos Miguel Tinoco, Fábio Manuel Pereira			
3:55.62	José João Bica, Nuno Gonçalo Quintanilha,	fpn	21.06.03	25 Rio Maior
	Tiago André Venâncio, André Jorge Vieira			

Juvenil A - seleções - § (01.10.04)

3:55.62	José João Bica, Nuno Gonçalo Quintanilha,	fpn	21.06.03	25 Rio Maior
	Tiago André Venâncio, André Jorge Vieira			

Juvenil - clubes - § (01.10.13)

4:01.13	Miguel Reis Santos, Hugo Pon,	sad	15.12.13	Tomar
	Afonso Ribeiro Bate, Francisco Carvalho Machado			
3:59.81	João Francisco Lopes, Mário Jorge Veloso,	scb	06.07.14	Ponta da Barca
	Luís Filipe Ribeiro, José Pedro Fernandes			

Antiga categoria Aspirante - § (1953) # (31.12.61)

5:44.7	Sérgio Sarabando Martins, Armando Caldeira Patrão,	sad	27.07.53	33 Algés
	Orlando Manuel Bettencourt, Mário Araújo Aleixo			
5:38.8	Sérgio Sarabando Martins, Armando Caldeira Patrão,	sad	18.08.53	33 Algés
	Orlando Manuel Bettencourt, Mário Araújo Aleixo			
5:33.2	Carlos Filipe Fonseca, João Manuel Leal,	sad	19.06.58	33 Algés
	Avelino Santos Pereira, Francisco Soares Alves			
5:31.2	Carlos Filipe Fonseca, João Manuel Leal,	sad	29.06.58	25 Lisboa – São Bento
	Avelino Santos Pereira, João Manuel Ventura			
5:31.2	João Manuel Leal, João Manuel Ventura,	sad	24.08.58	33 Aveiro SCBM
	Carlos Filipe Fonseca, Avelino Santos Pereira			
5:15.4	Herlander Felga Ribeiro, Edgar Prista da Graça,	sad	29.07.59	Algés
	Luís Vaz Jorge, Eduardo José de Sousa			
5:07.5	Herlander Felga Ribeiro, Edgar Prista da Graça,	sad	08.08.59	25 Lisboa – São Bento
	Luís Vaz Jorge, Eduardo José de Sousa			

Júnior - § (01.01.62) # (31.05.98)

4:59.0	Manuel Dantas Cardoso, José Manuel Conceição,	sad	12.08.62	33 Fundão
	Vítor Manuel Fonseca, Nelson Conceição Fernandes			
4:59.0	Júlio Pais Ribeiro, Vítor Gama Cerqueira,	gdldm	20.04.67	25 AVCM
	João Manuel Vieira, Domingos Campos Ferreira			
4:57.3	Luís Bleck Silva, José Luís Almeida,	sad	24.09.71	25 Lisboa – Areiro
	Carlos Porto Ambrósio, José Gomes Pereira			
4:48.4	Luís Bleck Silva, Carlos Heitor e Silva,	fpn	28.07.72	50 Coimbra
	João Eduardo Torres Pinto, João Pinto Angelo			

4:45.5	João Filipe Queiró, Jorge Morais Torres, João Pinto Angelo, Joaquim Jesus Carvalho	aac	17.02.73	25 Coimbra – Municipal
4:45.4	João Filipe Queiró, Jorge Morais Torres, João Pinto Angelo, Joaquim Jesus Carvalho	aac	01.03.73	25 Coimbra – Municipal
4:44.7	Luís Cavaleiro Madeira, Carlos José Cruchinho, Carlos Heitor e Silva, José Carlos Simões	slb	18.08.73	50 Coimbra
4:43.8	José Pinto Santos, Jorge Madeira Santos, Joaquim Jesus Carvalho, Horácio Correia Oliveira	aac	27.03.74	25 Coimbra – Municipal
4:42.0	José Carlos Bacelar, Vítor Manuel Oliveira, António Alberto Freitas, Luís Lopes Santos	cfp	26.07.74	25 Porto – Fluvial
4:40.7	Luís Cavaleiro Madeira, Carlos José Cruchinho, Henrique Carvalho Vicêncio, José Carlos Simões	slb	10.08.74	50 Lisboa – Olivais
4:39.6	Jaime Sarabando Fidalgo, Henrique Carvalho Vicêncio, Orlando Almeida Dias, José Luís Antunes	sad	15.03.75	25 Algés
4:36.7	Jaime Sarabando Fidalgo, Henrique Carvalho Vicêncio, Orlando Almeida Dias, José Luís Antunes	sad	28.03.75	25 Porto – Fluvial
4:36.2	Eduardo Pereira Lencastre, Fernando Santos Almeida, Paulo José Frischknecht, Pedro Almeida Sousa	fcp	08.02.76	25 Porto - Antas
4:29.3	António Manuel Florim, António Pedro Mourão, Rui Pinto Abreu, Pedro Almeida Sousa	fpn	13.06.76	25 Porto – Fluvial
4:24.02	Jacob Carlos Frischknecht, Carlos Estevão Modesto, Carlos Alberto Serra, Paulo Gomes Azevedo	sad	23.04.78	25 Porto - Antas
4:17.35	Jacob Carlos Frischknecht, José Sarabando Fidalgo, Mário Nuno Soares, Paulo Gomes Azevedo	sad	12.04.79	25 Porto – Fluvial
4:15.9	João Mendes Santos, Alexandre Felske Yokochi, Manuel Pinto Barroso, Henrique Oliveira Villaret	slb	21.03.81	25 Lisboa – Areeiro
4:10.3	João Mendes Santos, Alexandre Felske Yokochi, Manuel Pinto Barroso, Henrique Oliveira Villaret	slb	10.04.81	25 Porto - Antas
4:09.4	Pedro Luz Pinto, Miguel Costa Santos, Diogo Castro Madeira, Manuel Oliveira Mendes	slb	28.02.87	25 Algés
4:05.38	Pedro Luz Pinto, Miguel Costa Santos, Diogo Castro Madeira, José Luís Gonçalves	slb	27.03.87	25 Algés
4:05.18	Miguel Arrobas Silva, Rodolfo Reis Viegas, Miguel Mendonça Cabrita, Luís Miguel Aguiar	sad	10.03.91	25 Porto - Antas
4:05.18	Bruno Sérgio Loureiro, Marco Filipe Gonçalves, Alexandre Marques Santos, Ricardo Zamith Passos	anp	29.03.92	25 Espinho
4:04.08	Ricardo Conceição Pedroso, João Pedro Coias, André Filipe Ribeiro, Nuno Miguel Dias	sad	26.02.93	25 Algés
3:58.45	Ricardo Nuno Abrantes, José Guilherme Couto, Gustavo André Reis, André Maia Vicente	scp	04.03.94	25 Braga
3:58.17	Mário Moura Carvalho, José Guilherme Couto, Ricardo Jorge Santos, Miguel Azevedo Portela	fpn	18.12.94	25 Madrid
3:55.99	Nuno Miguel Inácio, Bruno Miguel Gaspar, Tiago Azevedo Lousada, Hugo Ribeiro Durão	fcp	07.03.97	25 Estoril
Júnior - clubes - § (01.06.98)				
3:51.87	Bruno Gama Freitas, Hugo Alexandre Jerónimo, Ricardo Jorge Coxo, Eduardo Barata Correia	sfuap	24.03.00	Mealhada
Júnior - seleções - § (01.06.98)				
3:58.17	tempo limite			
Principiante - § (1953) # (31.12.54)				
5:47.7	Jorge Herédia, Vasco Silva Ribeiro, Alvaro João Roquete, José Augusto Pestana	gdep	20.08.53	33 Algés
Antiga categoria Júnior - § (1953) # (31.12.61)				
6:06.0	Daniel Azevedo Velosa, Vasco Dias Pereira, Francisco António Assencadas, Ezequiel Gameiro das Neves	sad	16.08.53	33 Algés
5:31.0	Sérgio Sarabando Martins, Artur Vicente da Silva, Orlando Manuel Bettencourt, Manuel Murta Barbeiro	sad	08.08.54	33 Algés
5:27.3	Guilherme Neves Ferreira, Artur Vicente da Silva, Ricardo Santos Marques, Sérgio Sarabando Martins	sad	11.08.55	33 Algés
5:24.0	Raul Ângelo Cerqueira, José Manuel Fonseca, José Geraldo Marques, António Miranda Rodrigues	sad	05.07.58	33 Algés
5:11.9	Raul Ângelo Cerqueira, José Manuel Fonseca, Carlos Filipe Fonseca, Avelino Santos Pereira	sad	30.08.58	50 Praia das Maçãs
Sénior - § (1953) # (31.05.98)				
5:22.8	João Pereira Bastos, Eurico Mendonça Perdigão, Eduardo Murta Barbeiro, Fernando Esteves Madeira	sad	16.08.53	33 Algés

5:20.8	Eduardo Murta Barbeiro, Eurico Mendonça Perdigão, Fernando Esteves Madeira, Guilherme José Patrone	sad	12.09.53	33 Figueira da Foz
5:02.5	Eduardo Murta Barbeiro, Eurico Mendonça Perdigão, Fernando Esteves Madeira, Guilherme José Patrone	sad	08.08.54	33 Algés
4:57.9	Ricardo Santos Marques, Eurico Mendonça Perdigão, Fernando Esteves Madeira, Eduardo Murta Barbeiro	sad	22.07.56	33 Algés
4:54.9	Eurico Rocha Surgey, Albano Fidalgo de Oliveira, Fernando Esteves Madeira, Eduardo Murta Barbeiro	fpn	17.08.57	33 Algés
4:52.9	Eurico Rocha Surgey, Albano Fidalgo de Oliveira, Fernando Esteves Madeira, Eduardo Murta Barbeiro	fpn	25.08.57	50 Cádiz
4:44.1	Raul Ângelo Cerqueira, José Manuel Fonseca, Luís Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro	sad	15.06.60	33 Algés
4:41.1	Raul Ângelo Cerqueira, José Manuel Fonseca, Luís Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro	sad	10.07.60	33 Algés
4:34.6	Raul Ângelo Cerqueira, José Manuel Fonseca, Luís Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro	fpn	13.08.60	33 Algés
4:34.3	António Bessone Basto, Eduardo José de Sousa, Luís Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro	sad	09.09.62	33 Figueira da Foz
4:30.2	António Bessone Basto, Luís Vaz Jorge, Vítor Manuel Fonseca, Herlander Felga Ribeiro	fpn	04.08.63	25 São Paulo
4:30.1	António Bessone Basto, Eduardo José de Sousa, Vítor Manuel Fonseca, Herlander Felga Ribeiro	sad	18.08.65	25 Funchal – Lido
4:27.5	José Gomes Pereira, Carlos Alberto Oliveira, Virgílio Azevedo Pereira, José Santos Silva	sad	01.03.75	25 Algés
4:26.6	António Botelho de Melo, Rui Prata Ribeiro, Jaime Carvalho Santos, António Pinto dos Santos	cac	07.04.77	25 Viseu – Municipal
4:26.4	Carlos Heitor e Silva, Carlos José Cruchinho, José Urbano Tavares, Luis Castro Lopo	slb	18.08.77	25 Sevilha
4:25.9	António Manuel Florim, António Alberto Freitas, Vítor Manuel Oliveira, José Baltar Leite	cfp	06.01.78	25 Vigo
4:24.3	António Manuel Florim, António Alberto Freitas, Vítor Manuel Oliveira, José Baltar Leite	cfp	29.01.78	25 Porto – Fluvial
4:11.64	Rui Pinto Abreu, Jaime Sarabando Fidalgo, Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira	fpn	18.03.78	25 Atenas
4:09.37	Rui Pinto Abreu, Jaime Sarabando Fidalgo, Vítor Manuel Oliveira, José Gomes Pereira	fpn	29.04.78	25 Lisboa – Areeiro
4:04.34	Rui Pinto Abreu, Jaime Sarabando Fidalgo, Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira	fpn	24.03.79	25 Atenas
4:03.39	Rui Pinto Abreu, Jaime Sarabando Fidalgo, Vítor Manuel Oliveira, Paulo José Frischknecht	fpn	28.04.79	25 Porto – Fluvial
4:00.66	Pedro Ferreira Soares, Alexandre Felske Yokochi, João Mendes Santos, Paulo José Frischknecht	fpn	17.04.83	50 Lisboa – Olivais
4:00.1	João Mendes Santos, Alexandre Felske Yokochi, Paulo José Frischknecht, Henrique Oliveira Villaret	slb	29.03.85	25 Algés
3:56.40	Pedro Ferreira Soares, Alexandre Felske Yokochi, João Mendes Santos, Sérgio Alexandre Esteves	fpn	23.08.86	50 Madrid
3:55.11	José Carlos Meinedo, Rui Paulo Borges, Sérgio Alexandre Esteves, Paulo Manuel Trindade	fcp	19.03.89	25 Algés
3:52.75	Miguel Arrobas Silva, Rui Filipe Sousa, Miguel Mendonça Cabrita, Emílio Nuno Frischknecht	sad	29.02.92	25 Algés
3:51.36	Miguel Cabral Machado, Rodolfo Pereira Nunes, Sérgio Alexandre Esteves, António Luís Portela	fcp	04.03.94	25 Braga
3:47.83	Nuno Filipe Laurentino, Emílio Nuno Frischknecht, Miguel Mendonça Cabrita, Duarte Bruno Mendonça	sad	17.03.95	25 Algés
Sénior - clubes - § (01.06.98)				
3:45.60	Nuno Filipe Laurentino, Ricardo Gomes Macedo, Duarte Bruno Mendonça, Ricardo Conceição Pedroso	sad	24.03.00	25 Mealhada
3:44.19	Bruno Gama Freitas, Bruno Miguel Ramos, Ricardo Jorge Coxo, David Miguel Ferro	sfuap	22.11.02	25 Felgueiras
3:41.01	Nuno Filipe Laurentino, Miguel Martins Pires, Duarte Rafael Mourão, Ricardo Conceição Pedroso	sad	16.12.05	25 Paços de Ferreira
3:39.54	Duarte Rafael Mourão, Jaime Marques Duarte, Simão Gomes Morgado, Fábio André Figueira	cna	04.12.09	25 Leiria
3:35.10	Duarte Rafael Mourão, Carlos Esteves Almeida, Simão Gomes Morgado, Fábio André Figueira	cna	19.12.09	25 Sto. Ant. Cavaleiros
3:34.53	Pedro Diogo Oliveira, Carlos Esteves Almeida, Duarte Rafael Mourão, João Silva Gigante	esjb	19.12.14	Porto - Fluvial
Sénior - seleções - § (01.06.98)				
3:55.84	tempo limite			
3:44.68	Mário Alexandre Pereira, Diogo Filipe Carvalho,			

3:30.21	Tiago André Venâncio, Luís Emanuel Vaz Gabriel José Lopes, Diogo Filipe Carvalho, Alexis Manaças Santos, Miguel Duarte Nascimento	fpn	09.11.14	V. R. Santo António
		fpn	11.12.16	Windsor (CAN)

Absoluto - § (1953) # (31.05.98)

5:22.8	João Pereira Bastos, Eurico Mendonça Perdigão, Eduardo Murta Barbeiro, Fernando Esteves Madeira	sad	16.08.53	33 Algés
5:20.8	Eduardo Murta Barbeiro, Eurico Mendonça Perdigão, Fernando Esteves Madeira, Guilherme José Patrone	sad	12.09.53	33 Figueira da Foz
5:02.5	Eduardo Murta Barbeiro, Eurico Mendonça Perdigão, Fernando Esteves Madeira, Guilherme José Patrone	sad	08.08.54	33 Algés
4:57.9	Ricardo Santos Marques, Eurico Mendonça Perdigão, Fernando Esteves Madeira, Eduardo Murta Barbeiro	sad	22.07.56	33 Algés
4:54.9	Eurico Rocha Surgey, Albano Fidalgo de Oliveira, Fernando Esteves Madeira, Eduardo Murta Barbeiro	fpn	17.08.57	33 Algés
4:52.9	Eurico Rocha Surgey, Albano Fidalgo de Oliveira, Fernando Esteves Madeira, Eduardo Murta Barbeiro	fpn	25.08.57	50 Cádiz
4:50.9	Raul Ângelo Cerqueira, José Manuel Fonseca, Fernando Esteves Madeira, Eduardo Murta Barbeiro	sad	23.08.58	33 Algés
4:49.2	Eurico Rocha Surgey, José Manuel Fonseca, Fernando Esteves Madeira, Adolfo Feldlauffer Júnior	fpn	12.09.58	Casablanca
4:44.1	Raul Ângelo Cerqueira, José Manuel Fonseca, Luís Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro	sad	15.06.60	33 Algés
4:41.1	Raul Ângelo Cerqueira, José Manuel Fonseca, Luís Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro	sad	10.07.60	33 Algés
4:34.6	Raul Ângelo Cerqueira, José Manuel Fonseca, Luís Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro	fpn	13.08.60	33 Algés
4:33.2	António Bessone Basto, Luís Vaz Jorge, Vitor Manuel Fonseca, Herlander Felga Ribeiro	sad	03.09.61	33 Algés
4:30.2	António Bessone Basto, Luís Vaz Jorge, Vitor Manuel Fonseca, Herlander Felga Ribeiro	fpn	04.08.63	25 São Paulo
4:30.1	António Bessone Basto, Eduardo José de Sousa, Vitor Manuel Fonseca, Herlander Felga Ribeiro	sad	18.08.65	25 Funchal – Lido
4:28.7	Carlos Alberto Oliveira, Henrique Carvalho Vicêncio, Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira	anl	28.12.74	25 Rijeka
4:27.5	José Gomes Pereira, Carlos Alberto Oliveira, Virgílio Azevedo Pereira, José Santos Silva	sad	01.03.75	25 Algés
4:15.0	António Botelho de Melo, Henrique Carvalho Vicêncio, Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira	fpn	30.05.76	25 Algés
4:09.3	António Botelho de Melo, Henrique Carvalho Vicêncio, Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira	fpn	13.06.76	25 Porto – Fluvial
4:04.34	Rui Pinto Abreu, Jaime Sarabando Fidalgo, Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira	fpn	24.03.79	25 Atenas
4:03.39	Rui Pinto Abreu, Jaime Sarabando Fidalgo, Vitor Manuel Oliveira, Paulo José Frischknecht	fpn	28.04.79	25 Porto – Fluvial
4:00.66	Pedro Ferreira Soares, Alexandre Felske Yokochi, João Mendes Santos, Paulo José Frischknecht	fpn	17.04.83	50 Lisboa – Olivais
4:00.1	João Mendes Santos, Alexandre Felske Yokochi, Paulo José Frischknecht, Henrique Oliveira Villaret	slb	29.03.85	25 Algés
3:56.40	Pedro Ferreira Soares, Alexandre Felske Yokochi, João Mendes Santos, Sérgio Alexandre Esteves	fpn	23.08.86	50 Madrid
3:55.11	José Carlos Meinedo, Rui Paulo Borges, Sérgio Alexandre Esteves, Paulo Manuel Trindade	fcp	19.03.89	25 Algés
3:52.75	Miguel Arrobas Silva, Rui Filipe Sousa, Miguel Mendonça Cabrita, Emílio Nuno Frischknecht	sad	29.02.92	25 Algés
3:51.36	Miguel Cabral Machado, Rodolfo Pereira Nunes, Sérgio Alexandre Esteves, António Luís Portela	fcp	04.03.94	25 Braga
3:47.83	Nuno Filipe Laurentino, Emílio Nuno Frischknecht, Miguel Mendonça Cabrita, Duarte Bruno Mendonça	sad	17.03.95	25 Algés

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

4:12.0	tempo limite			
4:04.1	Paulo Gomes Azevedo, Carlos Estevão Modesto, Jorge Eduardo Viegas Faria, Fernando Neves Teixeira	sad	27.03.83	25 Fafe
4:00.1	João Mendes Santos, Alexandre Felske Yokochi, Paulo José Frischknecht, Henrique Oliveira Villaret	slb	29.03.85	25 Algés
3:59.7	José Carlos Meinedo, Rui Paulo Borges, Mabílio António Albuquerque, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	24.04.88	25 Corunha
3:55.11	José Carlos Meinedo, Rui Paulo Borges, Sérgio Alexandre Esteves, Paulo Manuel Trindade	fcp	19.03.89	25 Algés
3:52.75	Miguel Arrobas Silva, Rui Filipe Sousa, Miguel Mendonça Cabrita, Emílio Nuno Frischknecht	sad	29.02.92	25 Algés

3:51.36	Miguel Cabral Machado, Rodolfo Pereira Nunes, Sérgio Alexandre Esteves, António Luís Portela	fcp	04.03.94	25 Braga
3:47.83	Nuno Filipe Laurentino, Emílio Nuno Frischknecht, Miguel Mendonça Cabrita, Duarte Bruno Mendonça	sad	17.03.95	25 Algés
3:45.60	Nuno Filipe Laurentino, Ricardo Gomes Macedo, Duarte Bruno Mendonça, Ricardo Conceição Pedroso	sad	24.03.00	Mealhada
3:43.57	João Sousa Fernandes, José Guilherme Couto, Simão Gomes Morgado, Gil Maia Santos	cna	18.05.01	Algés
3:41.01	Nuno Filipe Laurentino, Miguel Martins Pires, Duarte Rafael Mourão, Ricardo Conceição Pedroso	sad	16.12.05	Paços de Ferreira
3:39.54	Duarte Rafael Mourão, Jaime Marques Duarte, Simão Gomes Morgado, Fábio André Figueira	cna	04.12.09	Leiria
3:35.10	Duarte Rafael Mourão, Carlos Esteves Almeida, Simão Gomes Morgado, Fábio André Figueira	cna	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
3:34.53	Pedro Diogo Oliveira, Carlos Esteves Almeida, Duarte Rafael Mourão, João Silva Gigante	esjb	19.12.14	Porto - Fluvial

Absoluto - seleções - § (01.06.98)

3:55.84	tempo limite			
3:55.62	José João Bica, Nuno Gonçalo Quintanilha, Tiago André Venâncio, André Jorge Vieira	fpn	21.06.03	Rio Maior
3:44.68	Mário Alexandre Pereira, Diogo Filipe Carvalho, Tiago André Venâncio, Luís Emanuel Vaz	fpn	09.11.14	V. R. Santo António
3:30.21	Gabriel José Lopes, Diogo Filipe Carvalho, Alexis Manaças Santos, Miguel Duarte Nascimento	fpn	11.12.16	Windsor (CAN)

#NADADOR COMPLETO

Infantil - § (1980)

8:08.5	Vasco Machado Leite	slb	05.06.07.80	50 Olivais
7:57.4	100 L - 1:06.7; 100 B - 1:32.8; 100 C - 1:22.0; 100 M - 1:16.7; 200 E - 2:50.3 Celso Oliveira Ribeiro	fcp	30.31.05.81	25 Antas
7:26.6	100 L - 1:06.9; 100 B - 1:28.8; 100 C - 1:20.6; 100 M - 1:18.2; 200 E - 2:42.9 Pedro Luz Pinto	scp	18.19.02.84	25 Algés
	100 L - 1:06.3; 100 B - 1:23.7; 100 C - 1:11.3; 100 M - 1:12.6; 200 E - 2:34.7			

Juvenil - § (1980)

7:24.4	Alexandre Luz Pinto	slb	05.06.07.80	50 Olivais
7:21.8	100 L - 1:04.5; 100 B - 1:18.7; 100 C - 1:16.4; 100 M - 1:12.5; 200 E - 2:32.3 Alexandre Luz Pinto	slb	01.02.03.81	25 Areeiro
6:49.8	100 L - 1:03.9; 100 B - 1:19.6; 100 C - 1:15.0; 100 M - 1:11.6; 200 E - 2:31.7 José Carlos Moreira	fcp	30.31.05.81	25 Antas
	100 L - 0:58.6; 100 B - 1:15.9; 100 C - 1:09.3; 100 M - 1:05.2; 200 E - 2:20.8			

Júnior - § (1980)

6:58.4	João Mendes Santos	slb	05.06.07.80	50 Olivais
6:40.9	100 L - 1:00.3; 100 B - 1:21.0; 100 C - 1:07.5; 100 M - 1:04.8; 200 E - 2:24.8 João Mendes Santos	slb	01.02.03.81	25 Areeiro
6:34.3	100 L - 0:57.1; 100 B - 1:16.9; 100 C - 1:05.3; 100 M - 1:02.1; 200 E - 2:19.5 Vasco Castro Sousa	fcp	30.31.05.81	25 Antas
	100 L - 0:56.0; 100 B - 1:10.4; 100 C - 1:06.7; 100 M - 1:02.2; 200 E - 2:19.0			

Sénior - § (1980)

7:43.1	Paulo Louro Carvalho	scp	05.06.07.80	50 Olivais
6:39.4	100 L - 1:02.7; 100 B - 1:31.1; 100 C - 1:16.5; 100 M - 1:07.7; 200 E - 2:45.1 Paulo Gomes Azevedo	sad	01.02.03.81	25 Areeiro
6:24.1	100 L - 0:56.8; 100 B - 1:15.0; 100 C - 1:04.6; 100 M - 1:04.1; 200 E - 2:18.9 Vasco Castro Sousa	fcp	29.30.05.82	25 Antas, Fluvial
	100 L - 0:55.1; 100 B - 1:09.5; 100 C - 1:05.8; 100 M - 0:59.9; 200 E - 2:13.8			

Absoluto - § (1980)

6:58.4	João Mendes Santos	slb	05.06.07.80	50 Olivais
6:39.4	100 L - 1:00.3; 100 B - 1:21.0; 100 C - 1:07.5; 100 M - 1:04.8; 200 E - 2:24.8 Paulo Gomes Azevedo	sad	01.02.03.81	25 Areeiro
6:34.3	100 L - 0:56.8; 100 B - 1:15.0; 100 C - 1:04.6; 100 M - 1:04.1; 200 E - 2:18.9 Vasco Castro Sousa	fcp	30.31.05.81	25 Antas
6:24.1	100 L - 0:56.0; 100 B - 1:10.4; 100 C - 1:06.7; 100 M - 1:02.2; 200 E - 2:19.0 Vasco Castro Sousa	fcp	29.30.05.82	25 Antas, Fluvial
	100 L - 0:55.1; 100 B - 1:09.5; 100 C - 1:05.8; 100 M - 0:59.9; 200 E - 2:13.8			

TODAS AS PISCINAS / PISCINA DE 25m
PROVAS FEMININAS

50 LIVRES

Infantil - § (28.10.86) # (30.09.96)

0:29.8	tempo limite			
0:29.6	Carla Santa Bárbara	fcp	25.06.88	25 Porto - Fluvial
0:29.5	Ana Maria Alberto	gds	10.12.88	25 Vila do Conde
0:28.7	Virgília Soraya Gomes	fcp	11.02.89	50 Lisboa - Olivais

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:29.22	tempo limite			
---------	--------------	--	--	--

Infantil B - § (01.10.04)

0:28.93	Mariana Cunha Guerra	assccc	27.03.10	Leiria
0:28.89	Ana Margarida Guedes	gcvr	16.02.13	Vila Real
0:28.82	Carolina Miranda Fernandes	ancnp	04.03.17	Abrantes
0:27.89	Carolina Miranda Fernandes	cga	13.05.17	Espinho

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:28.9	tempo limite			
--------	--------------	--	--	--

Infantil A - § (01.10.04)

0:28.50	Margarida Vieira Resende	lsc	12.02.06	Estoril
0:28.40	Sofia Pavão Machado	ahbvdpd	07.07.07	Angra do Heroísmo
0:28.34	Cátia Raquel Martinheira	ldc	10.05.08	Faro
0:28.32	Inês Camacho Fernandes	scp	30.01.10	Ponte de Sôr
0:27.76	Ana Margarida Guedes	gcvr	17.05.14	Espinho

Juvenil - § (28.10.86) # (30.09.96)

0:28.72	tempo limite			
0:28.7	Sónia Cristina Sousa	abvac	16.04.88	25 Aveiro
0:28.5	Sónia Cristina Sousa	abvac	15.07.88	50 Lisboa - Olivais
0:28.2	Sónia Cristina Sousa	abvac	18.02.89	25 Algés
0:28.0	Virgília Soraya Gomes	fcp	11.02.90	25 Porto - Antas
0:27.76	Ana Gama Alegria	scb	24.02.91	25 Porto - Fluvial
0:27.7	Ana Gama Alegria	scb	25.05.91	25 Fafe

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:27.16	Harriet Larcher Smith	cfb	15.03.03	Tomar
---------	-----------------------	-----	----------	-------

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

0:26.95	Beatriz Mendes Viegas	analg	12.04.14	Abrantes
---------	-----------------------	-------	----------	----------

Juvenil B - § (01.10.13)

0:26.85	Ana Margarida Guedes	gcvr	05.07.15	Bragança
---------	----------------------	------	----------	----------

Juvenil A - § (01.10.13)

0:26.91	Sofia Pavão Machado	cnpd	02.05.09	Ponta Delgada
0:26.77	Ana Margarida Guedes	arnn	20.02.16	Abrantes

Júnior - § (28.10.86) # (30.09.13)

0:28.57	tempo limite			
0:28.1	Natacha Alexandra Sousa	anp	17.04.88	Espinho
0:28.03	Natacha Alexandra Sousa	fcp	30.04.88	Vigo
0:27.90	Natacha Alexandra Sousa	fcp	30.04.88	Vigo
0:27.63	Natacha Alexandra Sousa	fcp	18.06.88	Algés
0:27.62	Virgília Soraya Gomes	fcp	24.02.91	Porto - Fluvial
0:27.20	Ana Gama Alegria	scb	27.02.92	Algés
0:27.19	Virgília Soraya Gomes	fcp	08.03.92	Bergamo
0:27.11	Virgília Soraya Gomes	fcp	08.03.92	Bergamo
0:26.70	Ana Gama Alegria	scb	28.02.93	Algés
0:26.70	Cláudia Sofia Monteiro	cfv	22.12.07	Silves
0:26.48	Maria Carolina Rosa	scp	04.12.09	Leiria
0:26.32	Maria Carolina Rosa	scp	05.12.09	Leiria
0:26.14	Maria Carolina Rosa	scp	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros

Júnior B - § (01.10.13)

0:26.14	Maria Carolina Rosa	scp	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
---------	---------------------	-----	----------	----------------------

Júnior A - § (01.10.13)

0:26.50	Ana Filipa Pardal	cvg	10.12.05	Tomar
0:26.14	Catarina Maria Ferreira	edv	13.06.15	Braga
0:25.99	Catarina Maria Ferreira	edv	02.07.15	Ponte da Barca
0:25.95	Beatriz Mendes Viegas	tnc	12.11.16	V. R. Santo António

Sénior - § (28.10.86)

0:28.8	tempo limite			
0:28.55	Helena Antas Barros	sad	28.03.87	25 Algés
0:28.46	Ana Teresa Raimundo	fpn	28.12.87	25 Sabadell
0:28.40	Ana Teresa Raimundo	fpn	27.02.88	25 S. Compostela
0:28.23	Carla Ramalho Ortigão	fcp	18.03.89	25 Algés
0:28.2	Natacha Alexandra Sousa	fcp	06.01.90	25 Guimarães
0:28.00	Natacha Alexandra Sousa	fcp	24.02.90	25 Algés
0:27.96	Natacha Alexandra Sousa	fcp	24.02.91	25 Porto - Fluvial
0:27.8	Ana Teresa Raimundo	scp	07.03.92	25 Funchal
0:27.7	Ana Teresa Raimundo	scp	07.03.92	25 Funchal
0:27.21	Virgília Soraya Gomes	fcp	28.02.93	25 Algés
0:27.11	Virgília Soraya Gomes	fcp	06.03.94	25 Braga
0:26.67	Ana Gama Alegria	scb	03.03.96	25 Felgueiras
0:26.30	Patrícia Vilas Conceição	cfb	22.11.02	Felgueiras
0:26.23	Patrícia Vilas Conceição	cfb	28.11.04	Pinhal Novo
0:26.06	Patrícia Vilas Conceição	cfb	18.12.04	Cantanhede
0:25.03	Patrícia Vilas Conceição	cna	21.12.08	Sines
0:24.94	Patrícia Vilas Conceição	cna	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros

Absoluto - § (28.10.86)

0:28.57	tempo limite			
0:28.55	Helena Antas Barros	sad	28.03.87	25 Algés
0:28.46	Ana Teresa Raimundo	fpn	28.12.87	25 Sabadell
0:28.40	Ana Teresa Raimundo	fpn	27.02.88	25 S. Compostela
0:28.1	Natacha Alexandra Sousa	anp	17.04.88	25 Espinho
0:28.03	Natacha Alexandra Sousa	fcp	30.04.88	25 Vigo
0:27.90	Natacha Alexandra Sousa	fcp	30.04.88	25 Vigo
0:27.63	Natacha Alexandra Sousa	fcp	18.06.88	25 Algés
0:27.62	Virgília Soraya Gomes	fcp	24.02.91	25 Porto - Fluvial
0:27.20	Ana Gama Alegria	scb	27.02.92	25 Algés
0:27.19	Virgília Soraya Gomes	fcp	08.03.92	25 Bergamo
0:27.11	Virgília Soraya Gomes	fcp	08.03.92	25 Bergamo
0:26.70	Ana Gama Alegria	scb	28.02.93	25 Algés
0:26.67	Ana Gama Alegria	scb	03.03.96	25 Felgueiras
0:26.30	Patrícia Vilas Conceição	cfb	22.11.02	Felgueiras
0:26.23	Patrícia Vilas Conceição	cfb	28.11.04	Pinhal Novo
0:26.06	Patrícia Vilas Conceição	cfb	18.12.04	Cantanhede
0:25.03	Patrícia Vilas Conceição	cna	21.12.08	Sines
0:24.94	Patrícia Vilas Conceição	cna	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros

100 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

1:13.1	Luísa Cavaleiro Madeira	fpn	10.06.73	50 Neheim-Hüsten
1:11.1	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	16.06.73	25 Algés
1:11.1	Luísa Cavaleiro Madeira	fpn	29.07.73	50 Génova
1:09.4	Liliana Mendes Santos	cnlu	27.01.74	50 Luanda
1:09.2	Liliana Mendes Santos	cnlu	08.03.74	50 Luanda
1:07.9	Liliana Mendes Santos	cnlu	17.03.74	50 Luanda
1:07.8	Liliana Mendes Santos	cnlu	11.08.74	50 Lisboa - Olivais
1:06.4	Maria Paula Santana	fcp	10.01.76	25 Porto - Antas
1:04.8	Maria Paula Santana	fcp	14.03.76	25 Lisboa - Areeiro
1:04.3	Maria Paula Santana	fcp	27.03.76	25 Porto - Antas
1:04.0	Maria Paula Santana	fpn	30.05.76	25 Algés
1:02.0	Alexandra Maria Silva	fcp	15.03.80	25 Porto - Antas
1:01.4	Alexandra Maria Silva	fcp	13.04.80	25 Porto - Antas
1:01.2	Alexandra Maria Silva	fcp	12.07.80	25 Porto - Antas

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:03.82	tempo limite			
1:03.66	Joana Dias Escária	aminata	04.05.02	Tavira

Infantil B - § (01.10.04)

1:03.26	Lisa Marisa Soares	cna	01.03.07	Sines
1:03.21	Lisa Marisa Soares	cna	13.05.07	Sto. Ant. Cavaleiros
1:03.09	Isabel Pinto Abreu	cfb	20.04.08	Lisboa - Luz
1:02.47	Inês Camacho Fernandes	scp	07.03.09	Pinhal Novo
1:01.63	Inês Camacho Fernandes	scp	05.04.09	Alvalade

1:00.35	Carolina Miranda Fernandes	cga	25.03.17	Mealhada
1:00.13	Carolina Miranda Fernandes	cga	08.04.17	Mealhada
Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
1:01.14	tempo limite			
Infantil A - § (01.10.04)				
1:00.80	Lisa Marisa Soares	cna	24.02.08	Setúbal
1:00.34	Cátia Raquel Martinheira	ldc	10.05.08	Faro
1:00.29	Isabel Pinto Abreu	cfb	14.02.09	Setúbal
0:59.32	Isabel Pinto Abreu	cfb	05.04.09	Alvalade
0:59.20	Inês Camacho Fernandes	scp	07.03.10	Tavira
Iniciado - § (17.07.44) # (31.12.61)				
1:33.0	Lucília Silva Angeja	sad	15.10.44	33 Algés
1:27.0	Luísa Malheiro da Silva	sad	24.07.49	33 Algés
1:25.8	Luísa Malheiro da Silva	sad	21.08.49	33 Algés
1:25.2	Luísa Malheiro da Silva	sad	13.09.49	33 Algés
1:19.1	Eiza Maria Ferreira	aac	22.07.55	33 Coimbra – Municipal
1:18.3	Eiza Maria Ferreira	aac	04.08.55	33 Coimbra – Municipal
Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)				
1:17.2	Conceição Tito Abreu	gdIm	12.01.64	25 AVCM
1:17.0	Bernardete Santos Campos	gdIm	01.02.64	25 AVCM
1:16.6	Deolinda Chabert da Silva	sad	16.08.64	25 Lisboa – São Bento
1:16.5	Susana Pinto Abreu	gdIm	27.03.66	25 AVCM
1:15.7	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	08.04.66	33 GDLM
1:15.6	Maria do Céu Castelo Branco	fpn	15.07.66	50 Évora
1:14.8	Maria do Céu Castelo Branco	sad	23.08.66	25 Lisboa – São Bento
1:13.5	Maria do Céu Castelo Branco	sad	14.09.66	33 Algés
Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)				
1:12.8	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	02.04.67	25 AVCM
1:12.7	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	08.04.67	33 GDLM
1:12.0	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	08.04.67	33 GDLM
1:11.8	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	15.04.67	33 GDLM
1:11.1	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	16.04.67	33 GDLM
1:10.1	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	23.04.67	25 AVCM
1:09.0	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	25.07.67	50 Lisboa – Olivais
1:08.3	Dulce Miranda Gouveia	fpn	30.07.67	50 Lisboa – Olivais
1:08.1	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	09.08.67	25 Lisboa – São Bento
1:07.7	Ana Canas Cunha	sad	17.06.72	33 Algés
1:07.6	Ana Maria Banha	sad	24.02.73	25 Algés
1:07.2	Maria Graça Guimarães	cdna	25.08.74	25 Algés
1:06.1	Liliana Mendes Santos	slb	03.08.75	50 Lisboa – Olivais
1:05.1	Liliana Mendes Santos	slb	21.08.75	50 Coimbra
1:05.0	Liliana Mendes Santos	slb	12.08.76	50 Lisboa – Olivais
1:03.4	Maria Paula Santana	cfp	07.04.77	25 Viseu – Municipal
1:02.70	Maria Paula Santana	fpn	18.03.78	25 Atenas
1:02.2	Maria Paula Santana	cfp	01.04.78	25 Porto – Fluvial
1:01.7	Alexandra Maria Silva	fcp	21.03.81	25 Porto – Antas
1:01.6	Alexandra Maria Silva	fcp	10.04.81	25 Porto – Antas
1:01.3	Alexandra Maria Silva	anp	21.06.81	25 Porto – Fluvial
1:01.1	Alexandra Maria Silva	fcp	18.07.81	25 Porto – Antas
1:00.8	Alexandra Maria Silva	fcp	27.03.82	25 Lisboa – Areeiro
1:00.50	Catarina Tavares Brandão	cfp	23.02.90	25 Algés
0:59.95	Ana Gama Alegria	scb	08.03.91	25 Porto – Antas
Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
0:59.70	Harriet Larcher Smith	cfb	28.02.03	Setúbal
Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)				
0:59.46	Isabel Pinto Abreu	anl	10.04.10	Abrantes
0:59.33	Mariana Cunha Guerra	assscc	11.12.11	Cantanhede
Juvenil B - § (01.10.13)				
0:59.25	Ana Margarida Guedes	gcvr	06.06.15	Algés
0:59.09	Camila Rodrigues Rebelo	aln	03.12.16	Ponte da Barca
Juvenil A - § (01.10.13)				
0:58.04	Inês Camacho Fernandes	scp	02.12.11	Mealhada
0:57.52	Raquel Gomes Pereira	sad	10.05.15	Algés
Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)				
1:48.6	Margarida Machado Neves	sad	31.08.52	25 Oliveira de Azeméis
1:19.5	Maria Graça Paiva	gdIm	31.01.53	L. Marques
1:18.0	Eiza Maria Ferreira	aac	04.09.55	33 Figueira da Foz

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)				
1:17.9	Maria Rosalina Castro	sad	19.06.63	25 Algés
1:16.4	Maria Rosalina Castro	sad	23.06.63	25 Lisboa – São Bento
1:15.9	Maria Rosalina Castro	sad	17.07.63	33 Algés
1:14.8	Maria Rosalina Castro	sad	18.07.63	33 Algés
1:13.2	Maria Rosalina Castro	fpn	01.08.63	50 Belém
1:11.2	Ana Gaspar Monteiro	sad	23.08.66	25 Lisboa – São Bento
1:11.2	Susana Pinto Abreu	gdIm	16.04.67	33 GDLM
1:10.8	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	09.12.67	25 AVCM
1:09.8	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	21.01.68	25 AVCM
1:09.6	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	28.01.68	33 GDLM
1:07.7	Dulce Miranda Gouveia	fpn	28.07.68	50 Madrid
1:07.7	Ana Rosa Jorge	ind	12.05.72	25 Lisboa – Areeiro
1:07.5	Francisca Pessanha Teixeira	fcp	26.07.73	25 Porto – Fluvial
1:06.7	Ana Maria Banha	sad	16.02.75	25 Algés
1:05.4	Palmira Manuela Andrade	fcp	24.07.76	25 Porto – Fluvial
1:05.1	Liliana Mendes Santos	slb	02.07.77	25 Porto – Fluvial
1:04.97	Liliana Mendes Santos	slb	06.08.77	50 Coimbra
1:04.73	Liliana Mendes Santos	slb	13.08.77	25 Elvas
1:04.7	Liliana Mendes Santos	slb	17.08.77	25 Sevilha
1:04.5	Liliana Mendes Santos	slb	01.04.78	25 Lisboa – Areeiro
1:03.3	Maria Paula Santana	cfp	07.01.79	25 Porto – Antas
1:02.59	Doroteia Maria Coelho	ind	04.03.79	25 Montreux
1:02.37	Doroteia Maria Coelho	ind	04.03.79	25 Montreux
1:02.2	Maria Paula Santana	cfp	29.07.79	33 Funchal – C. Club
1:01.8	Maria Paula Santana	cfp	12.04.80	25 Porto – Antas
1:01.5	Maria Paula Santana	cfp	12.07.80	25 Porto – Antas
1:01.47	Alexandra Maria Silva	fcp	06.02.83	25 Lisboa – Areeiro
1:00.9	Helena Antas Barros	sad	12.02.83	25 Lisboa – Areeiro
1:00.8	Helena Antas Barros	sad	13.02.83	25 Lisboa – Areeiro
1:00.5	Alexandra Maria Silva	fcp	26.03.83	25 Fafe
1:00.1	Natacha Alexandra Sousa	fcp	25.03.88	25 Porto – Antas
0:59.97	Natacha Alexandra Sousa	anp	25.03.88	25 Porto – Antas
0:59.6	Natacha Alexandra Sousa	anp	17.04.88	25 Espinho
0:58.52	Ana Gama Alegria	scb	29.02.92	25 Algés
0:57.40	Ana Gama Alegria	scb	25.02.93	25 Algés
0:56.78	Maria Carolina Rosa	scp	04.12.09	Leiria
Júnior B - § (01.10.13)				
0:56.78	Maria Carolina Rosa	scp	04.12.09	Leiria
Júnior A - § (01.10.13)				
0:56.54	Diana Margarida Durães	fcp	07.12.12	Porto – Fluvial
Principiante - # (31.12.54)				
1:29.9	Ana Dinis Linheiro	cfb	20.08.44	33 Algés
1:28.2	Ana Dinis Linheiro	cfb	15.10.44	33 Algés
1:24.3	Luísa Malheiro da Silva	sad	22.08.50	33 Algés
Antiga categoria Júnior - § (1937) # (31.12.61)				
1:35.4/5	Maria Vitória Santos	sad	12.08.37	33 Algés
1:33.2/5	Genoveva Moitinho Almeida	sad	21.08.37	25 Covilhã
1:28.0	Maria Lourdes Bessone Basto	sad	18.07.43	33 Algés
1:22.6	Ana Dinis Linheiro	cfb	22.07.45	33 Algés
1:19.4	Maria Graça Paiva	gdIm	30.03.53	L. Marques
1:18.6	Isabel Maria Barrué	gcf	06.09.59	33 Aveiro SCBM
1:16.3	Amélia Silva Santos	gdIm	19.03.61	25 AVCM
Sénior - § (1937)				
1:26.0	Maria Gourinho	sad	24.05.36	33 Algés
1:22.3/5	Maria Gourinho	sad	10.07.38	33 Algés
1:15.5	Maria Graça Paiva	gdIm	07.02.55	L. Marques
1:14.6	Luísa Bessone Basto	fpn	13.08.60	33 Algés
1:13.7	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	21.08.66	25 Lisboa – Pedrouços
1:12.8	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	14.09.66	33 Algés
1:09.8	Ana Gaspar Monteiro	sad	27.05.67	25 Lisboa – Areeiro
1:09.6	Ana Gaspar Monteiro	sad	25.07.67	50 Lisboa – Olivais
1:09.1	Ana Gaspar Monteiro	sad	15.08.67	25 Lisboa – São Bento
1:08.5	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	13.07.69	25 Coimbra – Municipal
1:07.4	Dulce Miranda Gouveia	fpn	20.07.69	50 Belém
1:07.3	Dulce Miranda Gouveia	fpn	24.07.69	50 Fortaleza
1:07.0	Dulce Miranda Gouveia	fpn	25.07.69	50 Recife
1:06.9	Dulce Miranda Gouveia	fpn	29.07.69	50 Salvador

1:06.5	Dulce Miranda Gouveia	gdml	27.07.72	50 Coimbra
1:06.4	Dulce Miranda Gouveia	gdml	20.08.72	50 Évora
1:04.5	Maria Teresa Faria	cac	01.04.78	25 Coimbra – Municipal
1:03.74	Maria Teresa Faria	cac	23.04.78	25 Porto - Antas
1:02.81	Maria Paula Santana	fjn	21.12.80	25 Antibes
1:02.4	Maria Paula Santana	fcp	21.03.81	25 Porto - Antas
1:01.6	Maria Paula Santana	fcp	10.04.81	25 Porto - Antas
1:01.5	Sandra Cabral Neves	slb	15.02.87	25 Algés
1:00.6	Sandra Cabral Neves	slb	28.02.87	25 Algés
1:00.4	Sandra Cabral Neves	slb	31.05.87	25 Algés
0:59.90	Natasha Alexandra Sousa	fcp	23.02.90	25 Algés
0:59.2	Natasha Alexandra Sousa	fcp	22.06.91	25 Algés
0:59.03	Virgínia Soraya Gomes	fcp	02.05.93	25 Vigo
0:57.48	Ana Gama Alegria	scb	02.12.93	25 Palma de Maiorca
0:56.53	Ana Gama Alegria	scb	29.02.96	25 Felgueiras
0:55.74	Sara Beatriz Loureiro	fjn	11.12.08	Rijeka
0:55.43	Patrícia Vilas Conceição	cna	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros

Absoluto - § (1930)

1:45.3/5	Ilda Costa e Silva	cnn	19.10.30	33 Algés
1:44.0	Ilda Costa e Silva	cnn	02.08.31	33 Algés
1:42.2/5	Ilda Costa e Silva	cnn	28.09.31	33 Algés
1:41.1/5	Ilda Costa e Silva	cnn	04.10.31	33 Algés
1:37.2/5	Ilda Costa e Silva	cnn	28.08.32	33 Algés
1:32.1/5	Ilda Costa e Silva	cnn	30.07.33	33 Algés
1:32.0	Ilda Costa e Silva	cnn	24.09.33	33 Algés
1:31.1/5	Maria Vitoria Santos	sad	04.10.35	33 Algés
1:26.0	Maria Gourinho	sad	24.05.36	33 Algés
1:22.3/5	Maria Gourinho	sad	10.07.38	33 Algés
1:22.6	Ana Dinis Linheiro	cfb	22.07.45	33 Algés
1:19.5	Maria Graça Paiva	gdml	31.01.53	L. Marques
1:19.4	Maria Graça Paiva	gdml	30.03.53	L. Marques
1:15.5	Maria Graça Paiva	gdml	07.02.55	L. Marques
1:14.6	Luísa Bessone Basto	fjn	13.08.60	33 Algés
1:13.2	Maria Rosalina Castro	fjn	01.08.63	50 Belém
1:11.2	Ana Gaspar Monteiro	sad	23.08.66	25 Lisboa – São Bento
1:11.2	Susana Pinto Abreu	gdml	16.04.67	33 GDLM
1:11.1	Dulce Miranda Gouveia	gdml	16.04.67	33 GDLM
1:10.1	Dulce Miranda Gouveia	gdml	23.04.67	25 AVCM
1:09.8	Ana Gaspar Monteiro	sad	27.05.67	25 Lisboa – Areeiro
1:09.0	Dulce Miranda Gouveia	gdml	25.07.67	50 Lisboa – Olivais
1:08.3	Dulce Miranda Gouveia	fjn	30.07.67	50 Lisboa – Olivais
1:08.1	Dulce Miranda Gouveia	gdml	09.08.67	25 Lisboa – São Bento
1:07.7	Dulce Miranda Gouveia	fjn	28.07.68	50 Madrid
1:07.4	Dulce Miranda Gouveia	fjn	20.07.69	50 Belém
1:07.3	Dulce Miranda Gouveia	fjn	24.07.69	50 Fortaleza
1:07.0	Dulce Miranda Gouveia	fjn	25.07.69	50 Recife
1:06.9	Dulce Miranda Gouveia	fjn	29.07.69	50 Salvador
1:06.5	Dulce Miranda Gouveia	gdml	27.07.72	50 Coimbra
1:06.4	Dulce Miranda Gouveia	gdml	20.08.72	50 Évora
1:06.1	Liliana Mendes Santos	slb	03.08.75	50 Lisboa – Olivais
1:05.1	Liliana Mendes Santos	slb	21.08.75	50 Coimbra
1:04.8	Maria Paula Santana	fcp	14.03.76	25 Lisboa – Areeiro
1:04.3	Maria Paula Santana	fcp	27.03.76	25 Porto - Antas
1:04.0	Maria Paula Santana	fjn	30.05.76	25 Algés
1:03.4	Maria Paula Santana	cfp	07.04.77	25 Viseu – Municipal
1:02.70	Maria Paula Santana	fjn	18.03.78	25 Atenas
1:02.2	Maria Paula Santana	cfp	01.04.78	25 Porto – Fluvial
1:02.0	Alexandra Maria Silva	fcp	15.03.80	25 Porto - Antas
1:01.8	Maria Paula Santana	cfp	12.04.80	25 Porto - Antas
1:01.4	Alexandra Maria Silva	fcp	13.04.80	25 Porto - Antas
1:01.2	Alexandra Maria Silva	fcp	12.07.80	25 Porto - Antas
1:01.1	Alexandra Maria Silva	fcp	18.07.81	25 Porto - Antas
1:00.8	Alexandra Maria Silva	fcp	27.03.82	25 Lisboa – Areeiro
1:00.8	Helena Antas Barros	sad	13.02.83	25 Lisboa – Areeiro
1:00.5	Alexandra Maria Silva	fcp	26.03.83	25 Fafe
1:00.4	Sandra Cabral Neves	slb	31.05.87	25 Algés
1:00.1	Natasha Alexandra Sousa	fcp	25.03.88	25 Porto - Antas
0:59.97	Natasha Alexandra Sousa	fcp	25.03.88	25 Porto - Antas
0:59.6	Natasha Alexandra Sousa	anp	17.04.88	25 Espinho
0:59.2	Natasha Alexandra Sousa	fcp	22.06.91	25 Algés
0:58.52	Ana Gama Alegria	scb	29.02.92	25 Algés

0:57.40	Ana Gama Alegria	scb	25.02.93	25 Algés
0:56.53	Ana Gama Alegria	scb	29.02.96	25 Felgueiras
0:55.74	Sara Beatriz Loureiro	fjn	11.12.08	Rijeka
0:55.43	Patrícia Vilas Conceição	cna	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros

200 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

2:50.6	Paula Vasconcelos Morais	sad	10.06.73	25 Algés
2:38.8	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	25.08.73	50 Lisboa – Olivais
2:36.7	Liliana Mendes Santos	cnu	08.01.74	50 Luanda
2:36.5	Paula Barata Alves	sad	27.01.74	25 Algés
2:30.5	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	15.03.74	25 Lisboa – Areeiro
2:30.5	Liliana Mendes Santos	fjn	07.04.74	25 Luxemburgo
2:30.5	Liliana Mendes Santos	cnu	20.07.74	50 Luanda
2:27.5	Liliana Mendes Santos	cnu	08.08.74	50 Lisboa – Olivais
2:26.2	Maria Paula Barbeiro	ind	16.04.76	25 Porto - Antas
2:26.2	Maria Cláudia Osório	fjn	28.05.77	50 Neheim-Hüsten
2:24.53	Maria Cláudia Osório	fcp	09.08.77	50 Coimbra
2:24.1	Alexandra Maria Nogueira	slb	16.06.79	25 SFUAP
2:15.2	Alexandra Maria Silva	fjn	22.07.79	50 Génova
2:12.0	Alexandra Maria Silva	fcp	19.01.80	25 Lisboa – Areeiro
2:11.43	Alexandra Maria Silva	fjn	18.04.80	50 Madrid

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:17.97	tempo limite			
2:15.12	Susana PMiguel	sfnuap	20.04.02	Mealhada

Infantil B - § (01.10.04)

2:14.73	Alexandra Couto Frazão	cfb	10.05.14	Pedrolha Coimbra
2:11.27	Carolina Miranda Fernandes	cga	25.03.17	Mealhada

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:12.0	tempo limite			
2:10.81	Susana Patrícia Miguel	sfnuap	04.05.03	Odivelas

Infantil A - § (01.10.04)

2:09.50	Isabel Pinto Abreu	cfb	08.03.09	Pinhal Novo
2:09.46	Inês Camacho Fernandes	scp	05.03.10	Tavira
2:08.89	Alexandra Couto Frazão	cna	08.03.15	Setúbal

Iniciado - § (1959) # (31.12.61)

3:31.4	Cecília Costa e Silva	cnn	26.07.59	25 Lisboa – São Bento
3:20.0	Cecília Costa e Silva	cnn	08.08.59	25 Lisboa – São Bento
3:12.1	Luísa Gama Ochoa	avcm	19.12.59	25 AVCM
3:09.3	Luísa Gama Ochoa	avcm	20.12.59	25 AVCM
3:06.6	Luísa Gama Ochoa	avcm	13.04.60	25 AVCM
3:01.7	Maria Rosalina Castro	sad	07.09.61	33 Algés

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

3:00.9	Augusta Louzeiro Cunha	sad	17.08.63	25 Lisboa – São Bento
2:59.8	Augusta Louzeiro Cunha	sad	22.09.63	25 Lisboa – São Bento
2:55.8	Conceição Tito Abreu	gdml	11.01.64	25 AVCM
2:55.3	Bernardete Santos Campos	gdml	15.02.64	33 GDLM
2:49.5	Deolinda Chalbert da Silva	sad	15.08.64	25 Lisboa – São Bento
2:47.8	Dulce Miranda Gouveia	gdml	12.02.66	25 AVCM
2:47.1	Maria do Céu Castelo Branco	sad	24.07.66	33 Algés
2:44.4	Maria do Céu Castelo Branco	sad	18.08.66	33 Algés

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

2:43.3	Dulce Miranda Gouveia	gdml	01.04.67	25 AVCM
2:39.0	Dulce Miranda Gouveia	gdml	02.04.67	25 AVCM
2:36.3	Dulce Miranda Gouveia	gdml	19.08.67	25 Porto – Fluvial
2:34.9	Ana Rosa Jorge	sad	08.07.70	50 Lisboa – Olivais
2:34.8	Manuela Mendes Silva	aac	16.06.72	25 Coimbra – Municipal
2:34.0	Ana Canas Cunha	sad	18.06.72	25 Algés
2:30.2	Ana Maria Banha	sad	14.01.73	25 Algés
2:28.6	Maria Graça Guimarães	cdna	12.07.73	50 Luanda
2:28.5	Maria Graça Guimarães	cdna	16.03.74	50 Luanda
2:28.2	Ana Maria Banha	sad	16.06.74	25 Algés
2:27.1	Cristina Müller e Sousa	sad	19.01.75	25 Algés
2:23.5	Liliana Mendes Santos	slb	03.08.75	50 Lisboa – Olivais
2:22.6	Liliana Mendes Santos	slb	24.08.75	50 Coimbra
2:22.46	Liliana Mendes Santos	fjn	08.08.76	50 Modena
2:22.0	Liliana Mendes Santos	slb	15.08.76	50 Lisboa – Olivais
2:20.6	Maria Paula Barbeiro	ind	26.02.77	25 Wiesbaden

2:20.5	Maria Paula Santana	cfp	20.11.77	25 Porto - Antas
2:19.3	Maria Cláudia Osório	fcp	21.01.78	25 Porto - Antas
2:17.7	Maria Cláudia Osório	fcp	11.02.78	25 Lisboa - Areeiro
2:17.2	Maria Cláudia Osório	fcp	18.06.78	25 Porto - Antas
2:15.0	Maria Cláudia Osório	fcp	12.07.78	25 Porto - Fluvial
2:14.62	Maria Cláudia Osório	fcp	13.01.79	25 Porto - Antas
2:12.94	Alexandra Maria Silva	fcp	05.12.80	25 Lisboa - Areeiro
2:08.49	Alexandra Maria Silva	fpn	20.12.80	25 Antibes
Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
2:08.18	Susana Patrícia Miguel	sfuap	19.03.04	Penafiel
2:07.82	Ana Cláudia Santos	sfuap	21.03.04	Penafiel
2:06.53	Ana Cláudia Santos	sfuap	17.04.04	Mealhada
Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)				
Juvenil B - § (01.10.13)				
2:06.53	Ana Cláudia Santos	sfuap	17.04.04	Mealhada
2:04.38	Camila Rodrigues Rebelo	anc	25.06.17	Coimbra (Rui Abreu)
Juvenil A - § (01.10.13)				
2:04.62	Ana Cláudia Santos	sfuap	19.12.04	Cantanhede
2:04.01	Alexandra Couto Frazão	anc	25.06.17	Coimbra (Rui Abreu)
Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)				
3:00.8	Maria Graça Paiva	gdlim	01.02.53	33 GDLM
2:55.0	Elza Maria Ferreira	aac	03.09.55	33 Figueira da Foz
2:53.5	Elza Maria Ferreira	gdlim	02.04.56	33 GDLM
Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)				
2:49.4	Maria Rosalina Castro	sad	17.08.63	25 Lisboa - São Bento
2:44.6	Ana Gaspar Monteiro	sad	18.08.66	33 Algés
2:41.3	Ana Gaspar Monteiro	sad	25.08.66	25 Lisboa - São Bento
2:38.2	Susana Pinto Abreu	gdlim	19.08.67	25 Porto - Fluvial
2:34.5	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	21.01.68	25 AVCM
2:33.4	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	27.01.68	33 GDLM
2:32.2	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	17.08.68	50 Vila Franca de Xira
2:30.3	Ana Rosa Jorge	ind	15.06.72	25 Lisboa - Areeiro
2:28.0	Ana Rosa Jorge	ind	19.08.72	50 Évora
2:27.5	Francisca Pessanha Teixeira	fcp	27.07.73	25 Porto - Fluvial
2:26.4	Manuela Mendes Silva	fpn	17.03.74	25 Coimbra - Municipal
2:25.1	Ana Maria Castro	fcp	01.08.76	25 Porto - Fluvial
2:23.9	Palmira Manuela Andrade	fcp	01.08.76	25 Porto - Fluvial
2:21.06	Liliana Mendes Santos	slb	09.08.77	50 Coimbra
2:20.90	Liliana Mendes Santos	slb	23.07.78	50 Lisboa - Olivais
2:17.1	Maria Paula Santana	cfp	06.01.79	25 Porto - Antas
2:14.58	Maria Paula Barbeiro	ind	31.03.79	25 Darmstadt
2:13.9	Maria Paula Santana	cfp	05.12.79	25 Porto - Antas
2:12.6	Maria Cláudia Osório	fcp	06.08.80	25 Porto - Fluvial
2:07.56	Alexandra Maria Silva	anp	19.02.83	25 Madrid - Canoe
2:07.27	Natacha Alexandra Sousa	anp	10.06.89	25 Corunha
2:05.77	Ana Gama Alegria	scb	28.02.92	25 Algés
2:02.72	Ana Gama Alegria	scb	26.02.93	25 Algés
2:02.42	Andreia Catarina Gomes	vsc	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
Júnior B - § (01.10.13)				
2:02.42	Andreia Catarina Gomes	vsc	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
Júnior A - § (01.10.13)				
2:02.89	Diana Margarida Durães	fcp	09.12.12	Porto - Fluvial
Principiante - # (31.12.54)				
4:31.8	Maria José Simões	aac	02.10.41	33 Algés
3:32.0	Ana Dinis Linheiro	cfb	05.10.44	33 Algés
3:22.4	Luclia Silva Angeja	sad	29.07.45	33 Algés
3:12.7	Luísa Malheiro da Silva	sad	22.08.50	33 Algés
Antiga categoria Júnior - § (1937) # (31.12.61)				
3:30.1/5	Genoveva Moitinho Almeida	sad	12.08.37	33 Algés
3:16.2	Ana Dinis Linheiro	cfb	29.07.45	33 Algés
3:03.7	Maria Graça Paiva	gdlim	30.03.53	L. Marques
2:56.3	Luísa Bessone Basto	fpn	23.08.59	33 Aveiro SCBM
2:52.4	Luísa Bessone Basto	sad	05.09.59	33 Aveiro SCBM
Sénior - § (1937)				
3:14.1/5	Maria Gourinho	sad	07.06.36	33 Algés
3:11.1/5	Maria Gourinho	sad	17.07.38	33 Algés

3:10.0	Maria Gourinho	sad	23.07.39	33 Algés
3:02.8	Maria Teresa Montoya	sad	29.07.59	Algés
3:01.7	Luísa Bessone Basto	sad	24.09.59	33 Algés
2:52.1	Luísa Bessone Basto	sad	24.06.60	25 Lisboa - São Bento
2:44.7	Luísa Bessone Basto	sad	26.07.60	33 Algés
2:41.9	Luísa Bessone Basto	fpn	06.08.60	33 Figueira da Foz
2:39.2	Ana Gaspar Monteiro	sad	02.09.67	50 Beja
2:36.0	Ana Gaspar Monteiro	sad	24.08.68	50 Beja
2:35.1	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	08.03.69	25 AVCM
2:32.5	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	09.03.69	25 AVCM
2:32.1	Susana Pinto Abreu	gdlim	07.02.70	25 AVCM
2:30.9	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	06.02.71	25 AVCM
2:27.8	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	14.02.71	25 AVCM
2:27.0	Maria Helena Varela	sad	24.06.73	25 Algés
2:27.0	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	16.08.73	50 Coimbra
2:26.1	Maria Helena Varela	sad	31.07.74	25 Algés
2:25.49	Maria Teresa Faria	cac	11.02.78	25 Lisboa - Areeiro
2:20.76	Maria Teresa Faria	cac	11.02.78	25 Lisboa - Areeiro
2:20.3	Liliana Mendes Santos	slb	16.06.79	25 SFUAP
2:18.9	Liliana Mendes Santos	slb	22.07.79	25 Algés
2:18.19	Maria Paula Santana	fpn	15.02.81	50 Barcelona
2:16.8	Maria Paula Santana	fcp	26.07.81	25 Porto - Antas
2:15.9	Teresa Paula Figueiras	fcp	18.12.83	25 Porto - Fluvial
2:11.8	Teresa Paula Figueiras	fcp	11.02.84	25 Porto - Antas
2:11.8	Alexandra Maria Silva	fcp	02.02.85	25 Porto - Antas
2:09.7	Alexandra Maria Silva	fcp	17.03.85	25 Porto - Antas
2:08.5	Alexandra Maria Silva	fcp	31.03.85	25 Algés
2:07.70	Ana Teixeira de Carvalho	sad	24.02.90	25 Algés
2:06.18	Ana Antas de Barros	sad	28.02.92	25 Algés
2:06.17	Ana Antas de Barros	sad	25.02.93	25 Algés
2:02.58	Ana Gama Alegria	fpn	03.12.93	25 Palma de Maiorca
2:02.02	Ana Gama Alegria	fpn	22.03.94	25 Sheffield
2:01.36	Ana Gama Alegria	fpn	01.12.95	25 Rio de Janeiro
2:01.34	Sara Beatriz Loureiro	fpn	14.12.08	Rijeka
2:01.11	Sara Beatriz Loureiro	fcp	06.12.09	Leiria
2:00.20	Marta Vieira Marinho	fcp	04.12.10	Porto - Fluvial
1:59.98	Diana Margarida Durães	fcp	21.12.13	Felgueiras
1:59.53	Diana Margarida Durães	fcp	13.12.15	Porto - Fluvial
Absoluto - § (1930)				
4:03.4/5	Ilda Costa e Silva	cnn	19.10.30	33 Algés
3:54.4/5	Ilda Costa e Silva	cnn	04.10.31	33 Algés
3:30.0	Ilda Costa e Silva	cnn	14.09.33	33 Algés
3:29.3/5	Ilda Costa e Silva	cnn	23.09.33	33 Algés
3:26.0	Maria Gourinho	sad	24.06.34	33 Algés
3:14.1/5	Maria Gourinho	sad	07.06.36	33 Algés
3:11.1/5	Maria Gourinho	sad	17.07.38	33 Algés
3:10.0	Maria Gourinho	sad	23.07.39	33 Algés
3:00.8	Maria Graça Paiva	gdlim	01.02.53	33 GDLM
2:55.0	Elza Maria Ferreira	aac	03.09.55	33 Figueira da Foz
2:53.5	Elza Maria Ferreira	gdlim	02.04.56	33 GDLM
2:52.4	Luísa Bessone Basto	sad	05.09.59	33 Aveiro SCBM
2:52.1	Luísa Bessone Basto	sad	24.06.60	25 Lisboa - São Bento
2:44.7	Luísa Bessone Basto	sad	26.07.60	33 Algés
2:41.9	Luísa Bessone Basto	fpn	06.08.60	33 Figueira da Foz
2:41.3	Ana Gaspar Monteiro	sad	25.08.66	25 Lisboa - São Bento
2:39.0	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	02.04.67	25 AVCM
2:36.3	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	19.08.67	25 Porto - Fluvial
2:34.5	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	21.01.68	25 AVCM
2:33.4	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	27.01.68	33 GDLM
2:32.2	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	17.08.68	50 Vila Franca de Xira
2:32.1	Susana Pinto Abreu	gdlim	07.02.70	25 AVCM
2:30.9	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	06.02.71	25 AVCM
2:27.8	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	14.02.71	25 AVCM
2:27.0	Maria Helena Varela	sad	24.06.73	25 Algés
2:27.0	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	16.08.73	50 Coimbra
2:26.4	Manuela Mendes Silva	fpn	17.03.74	25 Coimbra - Municipal
2:26.1	Maria Helena Varela	sad	31.07.74	25 Algés
2:23.5	Liliana Mendes Santos	slb	03.08.75	50 Lisboa - Olivais
2:22.6	Liliana Mendes Santos	slb	24.08.75	50 Coimbra
2:22.46	Liliana Mendes Santos	fpn	08.08.76	50 Modena
2:22.0	Liliana Mendes Santos	slb	15.08.76	50 Lisboa - Olivais

2:20.6	Maria Paula Barbeiro	ind	26.02.77	25 Wiesbaden
2:20.5	Maria Paula Santana	cfp	20.11.77	25 Porto - Antas
2:19.3	Maria Cláudia Osório	fcp	21.01.78	25 Porto - Antas
2:17.7	Maria Cláudia Osório	fcp	11.02.78	25 Lisboa - Areeiro
2:17.2	Maria Cláudia Osório	fcp	18.06.78	25 Porto - Antas
2:15.0	Maria Cláudia Osório	fcp	12.07.78	25 Porto - Fluvial
2:14.58	Maria Paula Barbeiro	ind	31.03.79	25 Darmstadt
2:13.9	Maria Paula Santana	cfp	05.12.79	25 Porto - Antas
2:12.0	Alexandra Maria Silva	fcp	19.01.80	25 Lisboa - Areeiro
2:11.43	Alexandra Maria Silva	fpn	18.04.80	50 Madrid
2:08.49	Alexandra Maria Silva	fpn	20.12.80	25 Antibes
2:07.56	Alexandra Maria Silva	anp	19.02.83	25 Madrid - Canoe
2:07.27	Natacha Alexandra Sousa	anp	10.06.89	25 Corunha
2:05.77	Ana Gama Alegria	scb	28.02.92	25 Algés
2:02.72	Ana Gama Alegria	scb	26.02.93	25 Algés
2:02.58	Ana Gama Alegria	fpn	03.12.93	25 Palma de Maiorca
2:02.02	Ana Gama Alegria	fpn	22.03.94	25 Sheffield
2:01.36	Ana Gama Alegria	fpn	01.12.95	25 Rio de Janeiro
2:01.34	Sara Beatriz Loureiro	fpn	14.12.08	Rijeka
2:01.11	Sara Beatriz Loureiro	fcp	06.12.09	Leiria
2:00.20	Marta Vieira Marinho	fcp	04.12.10	Porto - Fluvial
1:59.98	Diana Margarida Durães	fcp	21.12.13	Felgueiras
1:59.53	Diana Margarida Durães	fcp	13.12.15	Porto - Fluvial

#300 LIVRES

Principiante - # (1953)

6:59.4/5	Olinda Rodrigues	cfuc	27.09.42	33 Coimbra - Fluvial
----------	------------------	------	----------	----------------------

Antiga categoria Júnior - # (1953)

6:17.1/5	Maria Isabel Ferreira	spcc	27.09.42	33 Coimbra - Fluvial
5:14.8	Lucília Silva Angeja	sad	04.07.48	33 Algés

Sénior - # (1953)

6:01.3/5	Natália Veiga	aac	27.09.42	33 Coimbra - Fluvial
----------	---------------	-----	----------	----------------------

Absoluto - # (1953)

6:01.3/5	Natália Veiga	aac	27.09.42	33 Coimbra - Fluvial
5:14.8	Lucília Silva Angeja	sad	04.07.48	33 Algés

400 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

5:46.7	Paula Barata Alves	fpn	09.06.73	50 Neheim-Hüsten
5:36.6	Paula Barata Alves	sad	17.06.73	25 Algés
5:31.0	Isabel Pessanha Teixeira	fcp	26.07.73	25 Porto - Fluvial
5:24.2	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	04.08.73	25 Porto - Fluvial
5:22.9	Liliana Mendes Santos	cnlu	22.01.74	50 Luanda
5:21.7	Paula Barata Alves	sad	03.03.74	25 Algés
5:19.0	Liliana Mendes Santos	cnlu	07.03.74	50 Luanda
5:10.0	Liliana Mendes Santos	cnlu	14.07.74	50 Luanda
5:03.4	Liliana Mendes Santos	cnlu	09.08.74	50 Lisboa - Olivais
5:03.2	Maria Paula Barbeiro	ind	28.03.76	25 Lisboa - Areeiro
4:57.1	Maria Paula Barbeiro	ind	16.04.76	25 Porto - Antas
4:56.6	Maria Paula Santana	fcp	19.06.76	25 Porto - Antas
4:56.6	Aida Leite da Silva	fcp	31.07.76	25 Porto - Fluvial
4:56.4	Maria Cláudia Osório	fcp	25.06.77	25 Porto - Fluvial
4:56.11	Olga Cató Camacho	sad	24.04.78	25 Porto - Antas
4:55.34	Alexandra Maria Silva	fcp	13.04.79	25 Porto - Fluvial
4:50.9	Alexandra Maria Silva	fcp	20.05.79	25 Aveiro
4:42.6	Alexandra Maria Silva	fcp	14.07.79	25 Porto - Antas
4:41.0	Alexandra Maria Silva	fcp	29.07.79	33 Funchal - C. Club
4:30.9	Alexandra Maria Silva	fcp	01.03.80	25 Porto - Antas
4:29.0	Alexandra Maria Silva	fcp	15.03.80	25 Porto - Antas
4:27.6	Alexandra Maria Silva	fcp	12.04.80	25 Porto - Antas
4:25.3	Alexandra Maria Silva	fcp	19.07.80	25 Porto - Antas

Grupo 3 - (01.10.96) # (30.09.04)

4:41.0	tempo limite			
--------	--------------	--	--	--

Infantil B - § (01.10.04)

4:38.40	Filipa Vilas Ruivo	dnmg	13.06.09	Alcobaça
---------	--------------------	------	----------	----------

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)
Infantil A - § (01.10.04)
4:25.3 tempo limite

Iniciado - § (1959) # (31.12.61)
7:43.2 Cecília Costa e Silva cnn 06.08.59 33 Algés
7:11.7 Bernardete Furtado Castro sad 14.09.59 33 Algés
6:42.2 Luísa Gama Ochoa avcm 19.12.59 25 AVCM
6:28.0 Luísa Gama Ochoa avcm 13.04.60 25 AVCM

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)
6:23.5 Fátima Rosas de Almeida fcp 24.08.63 50 Espinho
6:20.2 Augusta Louzeiro Cunha sad 15.09.63 25 Lisboa - São Bento
6:10.2 Augusta Louzeiro Cunha sad 22.09.63 25 Lisboa - São Bento
6:07.6 Deolinda Chalbert da Silva sad 20.09.64 33 Algés
6:04.5 Maria do Céu Castelo Branco sad 18.08.65 25 Funchal - Lido
6:04.4 Júlia Garcês Sousa csm 18.09.65 25 Funchal - Lido
5:59.9 Maria do Céu Castelo Branco sad 15.06.66 25 Lisboa - São Bento
5:56.5 Maria do Céu Castelo Branco fpn 15.07.66 50 Évora
5:55.9 Ondina Oliveira Carmo cnn 04.09.66 33 Figueira da Foz
5:48.5 Maria do Céu Castelo Branco sad 15.09.66 33 Algés

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)
5:45.2 Dulce Miranda Gouveia gdmlm 01.04.67 25 AVCM
5:44.8 Dulce Miranda Gouveia gdmlm 12.04.67 33 GDLM
5:42.2 Dulce Miranda Gouveia gdmlm 20.04.67 25 AVCM
5:30.0 Dulce Miranda Gouveia gdmlm 09.08.67 25 Lisboa - São Bento
5:30.0 Ana Rosa Jorge sad 30.08.70 50 Beja
5:25.7 Manuela Mendes Silva aac 14.07.71 25 Coimbra - Municipal
5:23.5 Ana Canas Cunha sad 12.08.71 25 Coimbra - Municipal
5:21.4 Ana Canas Cunha fpn 28.07.72 50 Coimbra
5:16.6 Ana Maria Banha sad 18.03.73 25 Algés
5:11.6 Ana Maria Banha sad 23.06.73 25 Algés
5:05.6 Maria Graça Guimarães cdna 12.07.73 50 Luanda
4:59.9 Maria Graça Guimarães cdna 24.08.74 25 Algés
4:54.5 Maria Paula Barbeiro ind 30.01.77 25 Stadtallendorf
4:51.6 Aida Leite da Silva fcp 08.04.77 25 Viseu - Municipal
4:50.1 Maria Cláudia Osório fcp 19.11.77 25 Porto - Antas
4:47.58 Maria Paula Barbeiro ind 15.01.78 25 Hallenbad
4:47.42 Maria Paula Barbeiro ind 29.01.78 25 Frankfurt
4:45.48 Maria Cláudia Osório fcp 18.03.78 25 Atenas
4:43.85 Maria Cláudia Osório fcp 24.04.78 25 Porto - Antas
4:39.59 Maria Cláudia Osório fcp 10.02.79 25 Lisboa - Areeiro
4:38.57 Maria Cláudia Osório fpn 28.04.79 25 Porto - Fluvial
4:37.7 Maria Cláudia Osório fcp 17.07.79 25 Porto - Antas
4:27.92 Alexandra Maria Silva fpn 20.12.80 25 Antibes
4:26.77 Alexandra Maria Silva fpn 21.12.80 25 Antibes
4:24.67 Alexandra Maria Silva fcp 28.03.82 25 Lisboa - Areeiro
4:23.0 Alexandra Maria Silva anp 03.07.82 25 Coimbra - Municipal

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)
4:26.77 tempo limite
4:23.08 Susana Patrícia Miguel sfuap 15.05.04 Alhandra

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)
Juvenil B - § (01.10.13)
4:23.08 Susana Patrícia Miguel sfuap 15.05.04 Alhandra

Juvenil A - § (01.10.13)
4:18.39 Ana Cláudia Santos sfuap 20.12.04 Cantanhede

Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)
6:39.2 Maria Graça Paiva gdmlm 21.02.53 L. Marques
6:21.2 Elza Maria Ferreira gdmlm 03.03.56 33 GDLM
6:02.2 Luísa Bessone Basto sad 29.07.59 Algés

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)
6:01.0 Maria Rosalina Castro sad 18.08.63 25 Lisboa - São Bento
5:53.1 Manuela Gourinho Oliveira gdmlm 10.01.67 33 GDLM
5:44.0 Manuela Gourinho Oliveira gdmlm 20.04.67 25 AVCM
5:41.8 Ondina Oliveira Carmo cnn 24.07.67 25 Lisboa - São Bento
5:35.5 Ondina Oliveira Carmo cnn 09.08.67 25 Lisboa - São Bento
5:32.8 Dulce Miranda Gouveia gdmlm 17.02.68 25 AVCM
5:29.0 Dulce Miranda Gouveia fpn 27.07.68 50 Madrid

5:24.3	Dulce Miranda Gouveia	gdml	18.08.68	50 Vila Franca de Xira
5:21.8	Clotilde Botelho de Melo	gdml	13.02.71	33 GDLM
5:20.5	Ana Rosa Jorge	ind	17.09.71	25 Lisboa – Areeiro
5:20.2	Ana Rosa Jorge	ind	26.03.72	25 Porto - Antas
5:14.6	Clotilde Botelho de Melo	gdml	22.07.72	50 Beira
5:13.6	Francisca Pessanha Teixeira	fcp	21.07.73	25 Porto – Fluvial
5:06.9	Manuela Mendes Silva	aac	23.03.74	25 Coimbra – Municipal
5:03.2	Maria Lurdes Silva	sfuap	28.03.76	25 Lisboa – Areeiro
5:02.5	Ana Maria Castro	fcp	12.06.76	25 Porto – Fluvial
5:01.9	Ana Maria Castro	fcp	10.07.76	25 Porto - Antas
5:00.8	Maria Teresa Faria	cac	02.01.77	25 Coimbra – Municipal
4:59.5	Maria Teresa Faria	cac	29.01.77	25 Coimbra – Municipal
4:58.9	Liliana Mendes Santos	slb	28.05.77	25 Lisboa – Areeiro
4:55.5	Liliana Mendes Santos	slb	03.07.77	25 Porto – Fluvial
4:51.57	Liliana Mendes Santos	slb	24.04.78	25 Porto - Antas
4:49.6	Maria Paula Barbeiro	ind	10.02.79	25 Lisboa – Areeiro
4:49.35	Maria Paula Barbeiro	ind	10.02.79	25 Lisboa – Areeiro
4:45.0	Maria Paula Barbeiro	ind	17.02.79	25 Offenbach
4:42.91	Maria Paula Barbeiro	ind	01.04.79	25 Darmstadt
4:35.6	Maria Cláudia Osório	fcp	15.03.80	25 Porto - Antas
4:32.8	Maria Cláudia Osório	fcp	12.04.80	25 Porto - Antas
4:30.7	Maria Cláudia Osório	fcp	19.07.80	25 Porto - Antas
4:19.4	Alexandra Maria Silva	fcp	05.02.83	25 Lisboa – Areeiro
4:18.39	Ana Cláudia Santos	sfuap	20.12.04	Cantanhede

Júnior B - § (01.10.13)

4:19.15	Ana Cláudia Santos	sfuap	10.12.05	Tomar
4:18.68	Joana Filipa Santos	vsc	07.12.08	Guimarães
4:16.18	Tamila Hryhorivna Holub	scb	15.11.14	Felgueiras
4:15.43	Tamila Hryhorivna Holub	scb	20.12.14	Porto - Fluvial

Júnior A - § (01.10.13)

4:14.95	Joana Aguiar Rodrigues	fcp	09.12.09	Leiria
4:12.72	Tamila Hryhorivna Holub	scb	15.11.15	Felgueiras
4:10.52	Tamila Hryhorivna Holub	scb	12.12.15	Porto – Fluvial

Antiga categoria Júnior - § (1937) # (31.12.61)

7:21.2/5	Genoveva Moitinho Almeida	sad	08.08.37	33 Algés
7:05.0	Lucília Silva Angeja	sad	04.07.48	33 Algés
6:24.5	Elza Maria Ferreira	gdml	30.08.58	50 Praia das Maças
6:08.4	Luísa Bessone Basto	fcp	22.08.59	33 Aveiro SCBM
6:05.3	Luísa Bessone Basto	sad	06.09.59	33 Aveiro SCBM

Sénior - § (1937)

6:44.2/5	Maria Gourinho	sad	14.06.36	33 Algés
6:38.2	Elza Maria Ferreira	gdml	06.09.58	50 Luso
6:14.2	Luísa Bessone Basto	sad	24.09.59	33 Algés
6:09.3	Luísa Bessone Basto	sad	10.07.60	33 Algés
5:45.8	Luísa Bessone Basto	sad	26.07.60	33 Algés
5:41.0	Luísa Bessone Basto	fcp	06.08.60	33 Figueira da Foz
5:30.2	Dulce Miranda Gouveia	gdml	08.02.69	33 GDLM
5:28.9	Dulce Miranda Gouveia	gdml	08.03.69	33 GDLM
5:25.9	Dulce Miranda Gouveia	gdml	26.08.70	50 Lisboa – Olivais
5:21.5	Dulce Miranda Gouveia	gdml	13.02.71	33 GDLM
5:18.3	Clotilde Botelho de Melo	gdml	30.01.73	25 AVCM
5:17.5	Maria Helena Varela	sad	02.03.73	25 Lisboa – Areeiro
5:11.7	Maria Helena Varela	sad	18.03.73	25 Algés
5:09.0	Clotilde Botelho de Melo	gdml	24.03.73	25 CFM
5:07.3	Maria Helena Varela	sad	07.04.74	25 Lisboa – Areeiro
5:07.2	Maria Helena Varela	sad	16.06.74	25 Algés
4:59.8	Maria Helena Varela	sad	31.07.74	25 Algés
4:53.8	Maria Teresa Faria	cac	01.04.78	25 Coimbra – Municipal
4:48.0	Maria Paula Santana	fcp	25.07.81	25 Porto - Antas
4:37.5	Doroteia Maria Coelho	ind	06.03.82	25 Marselha
4:36.3	Alexandra Maria Nogueira	fcp	15.12.84	25 Porto - Antas
4:33.3	Alexandra Maria Nogueira	fcp	16.12.84	25 Porto - Antas
4:32.9	Alexandra Maria Silva	fcp	02.02.85	25 Porto - Antas
4:30.9	Alexandra Maria Nogueira	sad	03.02.85	25 Algés
4:30.5	Alexandra Maria Silva	fcp	16.03.85	25 Porto - Antas
4:24.5	Alexandra Maria Silva	fcp	30.03.85	25 Algés
4:22.15	Maria Luísa Costa	fcp	27.02.92	25 Algés
4:21.86	Ana Gama Alegria	scb	13.02.94	25 Felgueiras

4:18.12	Ana Gama Alegria	scb	05.03.94	25 Braga
4:16.90	Ana Gama Alegria	fcp	02.12.95	25 Rio de Janeiro
4:16.83	Ana Gama Alegria	fcp	02.12.95	25 Rio de Janeiro
4:16.32	Ana Gama Alegria	scb	15.02.97	25 Viana do Castelo
4:13.97	Sara Beatriz Loureiro	fcp	05.12.09	Leiria
4:11.62	Diana Margarida Durães	fcp	07.11.15	Vila Real Stº António
4:10.22	Diana Margarida Durães	fcp	12.12.15	Porto - Fluvial
4:05.39	Diana Margarida Durães	slb	12.11.16	V. R. Santo António
4:05.38	Diana Margarida Durães	fcp	02.08.17	Moscovo

Absoluto - § (1930)

9:33.4/5	Silvina Vieira Alves	sad	12.10.30	33 Algés
8:14.2/5	Silvina Vieira Alves	sad	05.10.31	33 Algés
7:35.1/5	Ilda Costa e Silva	cnn	17.09.33	33 Algés
6:44.2/5	Maria Gourinho	sad	14.06.36	33 Algés
6:39.2	Maria Graça Paiva	gdml	21.02.53	L. Marques
6:36.5	Maria Graça Paiva	gdml	29.03.53	L. Marques
6:21.2	Elza Maria Ferreira	gdml	03.03.56	33 GDLM
6:02.2	Luísa Bessone Basto	sad	29.07.59	Algés
5:45.8	Luísa Bessone Basto	sad	26.07.60	33 Algés
5:41.0	Luísa Bessone Basto	fcp	06.08.60	33 Figueira da Foz
5:30.0	Dulce Miranda Gouveia	gdml	09.08.67	25 Lisboa – São Bento
5:29.0	Dulce Miranda Gouveia	fcp	27.07.68	50 Madria
5:24.3	Dulce Miranda Gouveia	gdml	18.08.68	50 Vila Franca de Xira
5:21.5	Dulce Miranda Gouveia	gdml	13.02.71	33 GDLM
5:20.5	Ana Rosa Jorge	ind	17.09.71	25 Lisboa – Areeiro
5:20.2	Ana Rosa Jorge	ind	26.03.72	25 Porto - Antas
5:19.8	Ana Maria Banha	sad	13.07.72	25 Algés
5:14.6	Clotilde Botelho de Melo	gdml	22.07.72	50 Beira
5:11.7	Maria Helena Varela	sad	18.03.73	25 Algés
5:09.0	Clotilde Botelho de Melo	gdml	24.03.73	25 CFM
5:05.6	Maria Graça Guimarães	cdna	12.07.73	50 Luanda
4:59.8	Maria Helena Varela	sad	31.07.74	25 Algés
4:57.1	Maria Paula Barbeiro	ind	16.04.76	25 Porto - Antas
4:56.6	Maria Paula Santana	fcp	19.06.76	25 Porto - Antas
4:56.6	Aida Leite da Silva	fcp	31.07.76	25 Porto – Fluvial
4:54.5	Maria Paula Barbeiro	ind	30.01.77	25 Stadtallendorf
4:51.6	Aida Leite da Silva	fcp	08.04.77	25 Viseu – Municipal
4:50.1	Maria Cláudia Osório	fcp	19.11.77	25 Porto - Antas
4:47.58	Maria Paula Barbeiro	ind	15.01.78	25 Hallenbad
4:47.42	Maria Paula Barbeiro	ind	29.01.78	25 Frankfurt
4:45.48	Maria Cláudia Osório	fcp	18.03.78	25 Atenas
4:43.85	Maria Cláudia Osório	fcp	24.04.78	25 Porto - Antas
4:39.59	Maria Cláudia Osório	fcp	10.02.79	25 Lisboa – Areeiro
4:38.57	Maria Cláudia Osório	fcp	28.04.79	25 Porto – Fluvial
4:37.7	Maria Cláudia Osório	fcp	17.07.79	25 Porto - Antas
4:30.9	Alexandra Maria Silva	fcp	01.03.80	25 Porto - Antas
4:29.0	Alexandra Maria Silva	fcp	15.03.80	25 Porto - Antas
4:27.6	Alexandra Maria Silva	fcp	12.04.80	25 Porto - Antas
4:25.3	Alexandra Maria Silva	fcp	19.07.80	25 Porto - Antas
4:23.0	Alexandra Maria Silva	anp	03.07.82	25 Coimbra – Municipal
4:19.4	Alexandra Maria Silva	fcp	05.02.83	25 Lisboa – Areeiro
4:18.12	Ana Gama Alegria	scb	05.03.94	25 Braga
4:16.90	Ana Gama Alegria	fcp	02.12.95	25 Rio de Janeiro
4:16.83	Ana Gama Alegria	fcp	02.12.95	25 Rio de Janeiro
4:16.32	Ana Gama Alegria	scb	15.02.97	25 Viana do Castelo
4:13.97	Sara Beatriz Loureiro	fcp	05.12.09	Leiria
4:11.62	Diana Margarida Durães	fcp	07.11.15	Vila Real Stº António
4:10.22	Diana Margarida Durães	fcp	12.12.15	Porto - Fluvial
4:05.39	Diana Margarida Durães	slb	12.11.16	V. R. Santo António
4:05.38	Diana Margarida Durães	fcp	02.08.17	Moscovo

800 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

12:05.7	Paula Vasconcelos Morais	sad	24.06.73	25 Algés
11:17.5	Isabel Pessanha Teixeira	fcp	27.07.73	25 Porto – Fluvial
11:11.1	Maria Teresa Faria	aac	03.08.73	25 Porto – Fluvial
11:00.2	Paula Barata Alves	sad	27.01.74	25 Algés
10:57.4	Paula Barata Alves	sad	18.05.74	25 Algés
10:27.2	Liliana Mendes Santos	cnlu	10.08.74	50 Lisboa – Olivais

10:21.6	Maria Paula Barbeiro	ind	28.03.76	25 Lisboa – Areiro
10:19.7	Maria Paula Santana	fcp	28.03.76	25 Porto - Antas
10:16.9	Maria Paula Barbeiro	ind	17.04.76	25 Porto - Antas
10:08.70	Maria Paula Barbeiro	ind	27.06.76	50 Colónia
10:05.8	Maria Cláudia Osório	fcp	09.04.77	25 Viseu – Municipal
10:05.75	Olga Cató Camacho	sad	06.08.78	50 Lisboa – Olivais
09:48.9	Alexandra Maria Silva	fcp	26.06.79	25 Porto - Antas
09:23.0	Alexandra Maria Silva	fcp	07.12.79	25 Porto - Antas
09:14.8	Alexandra Maria Silva	fcp	08.03.80	25 Porto - Antas
09:13.6	Alexandra Maria Silva	fcp	16.03.80	25 Porto – Fluvial
09:03.9	Alexandra Maria Silva	fcp	13.07.80	25 Porto - Antas
Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
09:48.9	tempo limite			
Infantil B - § (01.10.04)				
09:45.38	Mara Lisboa Silva	asal	08.07.05	Caldas da Rainha
09:38.19	Diana Ramos Rocha	edv	06.07.06	Arcos de Valdevez
09:33.95	Filipa Vilas Ruivo	dnmg	16.05.09	Nazaré
Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
Infantil A - § (01.10.04)				
09:03.9	tempo limite			
Juvenil - # (30.09.96)				
13:14.5	Lucília Maria Vieira	gdml	23.12.66	33 GDLM
12:40.7	Dulce Miranda Gouveia	gdml	30.01.67	33 GDLM
12:16.9	Dulce Miranda Gouveia	gdml	04.03.67	33 GDLM
11:48.5	Dulce Miranda Gouveia	gdml	01.04.67	25 AVCM
11:28.0	Clotilde Botelho de Melo	gdml	24.08.68	50 Beja
11:22.7	Ana Rosa Jorge	sad	13.07.70	50 Lisboa – Olivais
11:20.6	Ana Rosa Jorge	sad	29.08.70	50 Beja
11:12.2	Manuela Mendes Silva	aac	30.07.71	25 Coimbra – Municipal
10:43.7	Ana Maria Banha	sad	17.06.73	25 Algés
10:35.3	Maria Graça Guimarães	cdna	18.08.73	50 Coimbra
10:31.5	Maria Graça Guimarães	cdna	11.03.74	50 Luanda
10:29.8	Maria Graça Guimarães	cdna	16.03.74	50 Luanda
10:28.9	Maria Graça Guimarães	cdna	10.08.74	50 Lisboa – Olivais
10:25.2	Cristina Müller e Sousa	sad	18.01.75	25 Algés
10:21.6	Liliana Mendes Santos	slb	22.08.75	50 Coimbra
10:21.51	Liliana Mendes Santos	fpn	06.08.76	50 Modena
10:19.9	Liliana Mendes Santos	slb	13.08.76	50 Lisboa – Olivais
10:04.30	Maria Paula Barbeiro	ind	29.01.77	25 Stadtallendorf
09:50.50	Maria Paula Barbeiro	ind	26.02.77	25 Wiesbaden
09:49.27	Maria Cláudia Osório	fpn	19.03.78	25 Atenas
09:48.16	Maria Cláudia Osório	fcp	24.04.78	25 Porto - Antas
09:44.93	Maria Paula Barbeiro	ind	09.06.78	50 Darmstadt
09:43.94	Maria Paula Barbeiro	ind	06.08.78	50 Lisboa – Olivais
09:41.0	Maria Cláudia Osório	fcp	18.03.79	25 Porto – Fluvial
09:39.06	Maria Cláudia Osório	fpn	25.03.79	25 Atenas
09:31.83	Maria Cláudia Osório	fpn	29.04.79	25 Porto – Fluvial
09:14.0	Alexandra Maria Silva	fcp	29.11.80	25 Porto - Antas
09:00.27	Alexandra Maria Silva	fpn	20.12.80	25 Antibes
08:55.1	Alexandra Maria Silva	fcp	11.07.82	25 Porto - Antas
Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
09:00.27	tempo limite			
Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)				
Juvenil B - § (01.10.13)				
09:00.27	Alexandra Maria Silva	fpn	20.12.80	Antibes
Juvenil A - § (01.10.13)				
08:46.74	Ana Cláudia Santos	sfuap	19.12.04	Cantanhede
Antiga categoria Aspirante - § (1959) # (31.12.61)				
12:37.5	Luísa Bessone Basto	sad	06.08.59	33 Algés
Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)				
12:34.9	Manuela Gourinho Oliveira	gdml	30.01.67	33 GDLM
12:30.3	Manuela Gourinho Oliveira	gdml	12.03.67	25 AVCM
12:29.6	Manuela Gourinho Oliveira	gdml	01.04.67	25 AVCM
12:22.7	Manuela Gourinho Oliveira	gdml	12.04.67	33 GDLM
11:36.8	Manuela Gourinho Oliveira	gdml	02.09.67	50 Beja
11:26.4	Dulce Miranda Gouveia	gdml	10.03.68	25 AVCM
11:23.6	Clotilde Botelho de Melo	gdml	16.03.69	25 AVCM

11:15.3	Clotilde Botelho de Melo	gdml	29.08.70	50 Beja
10:59.8	Clotilde Botelho de Melo	gdml	07.02.71	25 AVCM
10:51.5	Clotilde Botelho de Melo	gdml	15.07.72	50 Beira
10:37.5	Clotilde Botelho de Melo	gdml	14.08.72	50 Coimbra
10:31.8	Maria Lurdes Silva	sfuap	17.04.76	25 Porto - Antas
10:26.5	Ana Maria Castro	fpn	13.06.76	25 Porto – Fluvial
10:18.2	Ana Maria Castro	fcp	25.07.76	25 Porto – Fluvial
10:18.0	Liliana Mendes Santos	slb	09.04.77	25 Viseu – Municipal
10:14.5	Maria Teresa Faria	cac	15.07.77	25 Coimbra – Municipal
10:13.27	Liliana Mendes Santos	slb	07.08.77	50 Coimbra
09:49.4	Aida Leite da Silva	fcp	18.03.79	25 Porto – Fluvial
09:41.6	Maria Paula Barbeiro	ind	30.03.79	25 Darmstadt
09:36.80	Maria Cláudia Osório	fcp	02.03.80	50 Palma de Maiorca
09:26.8	Aida Leite da Silva	fcp	08.03.80	25 Porto - Antas
09:21.5	Maria Cláudia Osório	fcp	13.04.80	25 Porto - Antas
09:19.0	Alexandra Maria Nogueira	sad	15.01.83	25 Lisboa – Luz
09:00.0	Alexandra Maria Silva	fcp	15.01.83	25 Porto - Antas
08:55.0	Alexandra Maria Silva	fcp	04.06.83	25 Porto - Antas
08:52.24	Ana Gama Alegria	scb	26.02.93	25 Algés
08:46.74	Ana Cláudia Santos	sfuap	19.12.04	Cantanhede
Júnior B - § (01.10.13)				
08:52.24	Ana Gama Alegria	scb	26.02.93	Algés
08:45.98	Tamila Hryhorivna Holub	scb	16.11.14	Felgueiras
08:45.41	Tamila Hryhorivna Holub	scb	21.12.14	Porto - Fluvial
Júnior A - § (01.10.13)				
08:45.91	Marta Andreia Ferreira	fpn	13.12.02	Riesa
08:36.75	Tamila Hryhorivna Holub	scb	14.11.15	Felgueiras
08:33.66	Tamila Hryhorivna Holub	fpn	02.12.15	Netanya
08:32.83	Tamila Hryhorivna Holub	scb	13.12.15	Porto - Fluvial
Antiga categoria Júnior - § (1957) # (31.12.61)				
15:15.8	Maria Teresa Montoya	sad	28.08.58	33 Algés
12:50.9	Luísa Bessone Basto	sad	01.09.59	33 Algés
Sénior - § (1957)				
14:08.7	Maria Teresa Montoya	sad	02.09.59	33 Algés
12:47.2	Luísa Bessone Basto	sad	24.09.59	33 Algés
12:08.3	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	17.08.66	25 Lisboa – São Bento
12:01.8	Manuela Gourinho Oliveira	gdml	02.03.68	33 GDLM
11:58.6	Ana Gaspar Monteiro	sad	24.08.68	50 Beja
11:38.4	Dulce Miranda Gouveia	gdml	01.03.69	33 GDLM
11:35.5	Dulce Miranda Gouveia	gdml	28.01.70	25 AVCM
11:29.9	Dulce Miranda Gouveia	gdml	29.08.70	50 Beja
11:19.5	Dulce Miranda Gouveia	gdml	07.02.71	25 AVCM
11:10.3	Dulce Miranda Gouveia	gdml	14.08.72	50 Coimbra
10:54.4	Clotilde Botelho de Melo	gdml	28.01.73	33 GDLM
10:35.6	Clotilde Botelho de Melo	gdml	03.03.73	25 CFM
10:35.6	Maria Helena Varela	sad	20.01.74	25 Lisboa – Areiro
10:27.0	Maria Helena Varela	sad	18.01.75	25 Algés
10:10.8	Maria Teresa Faria	cac	08.04.78	25 Coimbra – Municipal
10:09.1	Liliana Mendes Santos	slb	15.07.79	25 Lisboa – São Bento
10:00.3	Maria Paula Santana	fcp	06.06.81	25 Matosinhos
09:39.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	10.07.83	25 Porto - Antas
09:33.4	Maria Teresa Villaret	sad	07.01.84	25 Algés
09:28.8	Alexandra Maria Nogueira	sad	02.12.84	25 Algés
09:15.2	Alexandra Maria Nogueira	fpn	15.12.84	25 Porto - Antas
09:08.0	Alexandra Maria Silva	fcp	02.02.85	25 Porto - Antas
09:05.5	Alexandra Maria Silva	fcp	31.03.85	25 Algés
09:00.50	Alexandra Maria Nogueira	fpn	07.02.86	25 Bona
08:59.71	Ana Antas de Barros	sad	16.06.90	25 Algés
08:52.78	Ana Gama Alegria	scb	04.03.94	25 Braga
08:47.28	Ana Gama Alegria	scb	01.03.96	25 Felgueiras
08:45.91	Marta Andreia Ferreira	fpn	13.12.02	Riesa
08:41.65	Angélica Maria André	lsc	09.12.12	Porto – Fluvial
08:39.01	Angélica Maria André	cfp	11.12.15	Porto - Fluvial
08:36.74	Diana Margarida Durães	fcp	13.12.15	Porto - Fluvial
08:33.54	Diana Margarida Durães	slb	13.11.16	V. R. Santo António
08:24.09	Diana Margarida Durães	fpn	03.08.17	Moscovo
Absoluto - § (1957)				

15:15.8	Maria Teresa Montoya	sad	28.08.58	33 Algés
12:37.5	Luísa Bessone Basto	sad	06.08.59	33 Algés
12:08.3	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	17.08.66	25 Lisboa – São Bento
11:48.5	Dulce Miranda Gouveia	gdml	01.04.67	25 AVCM
11:36.8	Manuela Gourinho Oliveira	gdml	02.09.67	50 Beja
11:26.4	Dulce Miranda Gouveia	gdml	10.03.68	25 AVCM
11:23.6	Clotilde Botelho de Melo	gdml	16.03.69	25 AVCM
11:22.7	Ana Rosa Jorge	sad	13.07.70	50 Lisboa – Olivais
11:15.3	Clotilde Botelho de Melo	gdml	29.08.70	50 Beja
10:59.8	Clotilde Botelho de Melo	gdml	07.02.71	25 AVCM
10:56.8	Ana Maria Banha	sad	06.07.72	25 Algés
10:51.5	Clotilde Botelho de Melo	gdml	15.07.72	50 Beira
10:37.5	Clotilde Botelho de Melo	gdml	14.08.72	50 Coimbra
10:35.6	Clotilde Botelho de Melo	gdml	03.03.73	25 CFM
10:35.3	Maria Graça Guimarães	cdna	18.08.73	50 Coimbra
10:31.5	Maria Graça Guimarães	cdna	11.03.74	50 Luanda
10:29.8	Maria Graça Guimarães	cdna	16.03.74	50 Luanda
10:27.2	Liliana Mendes Santos	cnlu	10.08.74	50 Lisboa – Olivais
10:25.2	Cristina Müller e Sousa	sad	18.01.75	25 Algés
10:21.6	Liliana Mendes Santos	slb	22.08.75	50 Coimbra
10:21.6	Maria Paula Barbeiro	ind	28.03.76	25 Lisboa – Areeiro
10:19.7	Maria Paula Santana	fcp	28.03.76	25 Porto - Antas
10:16.9	Maria Paula Barbeiro	ind	17.04.76	25 Porto - Antas
10:08.70	Maria Paula Barbeiro	ind	27.06.76	50 Colónia
10:04.30	Maria Paula Barbeiro	ind	29.01.77	25 Stadtallendorf
09:50.50	Maria Paula Barbeiro	ind	26.02.77	25 Wiesbaden
09:49.27	Maria Cláudia Osório	fpn	19.03.78	25 Atenas
09:48.16	Maria Cláudia Osório	fcp	24.04.78	25 Porto - Antas
09:44.93	Maria Paula Barbeiro	ind	09.06.78	50 Darmstadt
09:43.94	Maria Paula Barbeiro	ind	06.08.78	50 Lisboa – Olivais
09:41.0	Maria Cláudia Osório	fcp	18.03.79	25 Porto – Fluvial
09:39.06	Maria Cláudia Osório	fpn	25.03.79	25 Atenas
09:31.83	Maria Cláudia Osório	fpn	29.04.79	25 Porto – Fluvial
09:23.0	Alexandra Maria Silva	fcp	07.12.79	25 Porto - Antas
09:14.8	Alexandra Maria Silva	fcp	08.03.80	25 Porto - Antas
09:13.6	Alexandra Maria Silva	fcp	16.03.80	25 Porto – Fluvial
09:03.9	Alexandra Maria Silva	fcp	13.07.80	25 Porto - Antas
09:00.27	Alexandra Maria Silva	fcp	20.12.80	25 Antibes
09:00.0	Alexandra Maria Silva	fcp	15.01.82	25 Porto - Antas
08:55.1	Alexandra Maria Silva	fcp	11.07.82	25 Porto - Antas
08:55.0	Alexandra Maria Silva	fcp	04.06.83	25 Porto - Antas
08:52.24	Ana Gama Alegria	scb	26.02.93	25 Algés
08:47.28	Ana Gama Alegria	scb	01.03.96	25 Felgueiras
08:45.91	Marta Andreia Ferreira	fpn	13.12.02	Riesa
08:41.65	Angélica Maria André	lsc	09.12.12	Porto – Fluvial
08:36.75	Tamila Hryhorivna Holub	scb	14.11.15	Felgueiras
08:33.66	Tamila Hryhorivna Holub	fpn	02.12.15	Netanya
08:32.83	Tamila Hryhorivna Holub	scb	13.12.15	Porto - Fluvial
08:24.09	Diana Margarida Durães	fpn	03.08.17	Moscovo

1500 LIVRES

Infantil - # (30.09.96)

17:42.0	Alexandra Maria Silva	fcp	07.12.79	25 Porto - Antas
17:18.2	Alexandra Maria Silva	fcp	23.07.80	25 Porto - Antas

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

19:17.4	tempo limite			
19:14.70	Sara Beatriz Loureiro	scb	15.05.99	Braga
18:53.60	Susana Patrícia Miguel	sfuap	16.02.02	Damaia

Infantil B - § (01.10.04)

18:28.43	Mafalda Sofia Rosa	cnrm	14.03.15	Coruche
----------	--------------------	------	----------	---------

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Infantil A - § (01.10.04)

17:18.2	tempo limite			
---------	--------------	--	--	--

Juvenil - § (1972) # (30.09.96)

24:05.1	Margarida Maria Simões	sad	01.08.72	50 Lisboa – Olivais
22:09.4	Olímpia Maria Otão	gdml	19.02.73	25 AVCM
20:25.0	Cristina Müller e Sousa	sad	02.02.75	25 Algés

19:50.2	Aida Leite da Silva	fcp	15.05.77	25 Porto - Antas
19:15.5	Aida Leite da Silva	fcp	08.12.77	25 Porto - Antas
18:57.9	Olga Cató Camacho	sad	27.06.79	25 Algés
18:17.6	Maria Cláudia Osório	fcp	03.07.79	25 Porto - Antas
17:18.7	Alexandra Maria Silva	fcp	17.03.81	25 Porto - Antas

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

17:17.43	Tamila Hryhorivna Holub	scb	30.06.13	Vila Praia Ancora
----------	-------------------------	-----	----------	-------------------

Juvenil B - § (01.10.13)

17:17.43	Tamila Hryhorivna Holub	scb	30.06.13	Vila Praia Ancora
----------	-------------------------	-----	----------	-------------------

Juvenil A - § (01.10.13)

17:19.40	Bárbara Marques Rodrigues	ad	08.07.12	Algés
16:54.39	Tamila Hryhorivna Holub	scb	16.03.14	V. P. Ancora

Júnior - # (30.09.13)

23:31.2	Manuela Gourinho Oliveira	gdml	12.04.67	33 GDLM
22:30.7	Dulce Miranda Gouveia	gdml	17.03.68	25 AVCM
21:39.1	Clotilde Botelho de Melo	gdml	16.03.69	25 AVCM
20:47.9	Clotilde Botelho de Melo	gdml	08.07.72	50 Beira
20:43.0	Ana Maria Banha	sad	02.02.75	25 Algés
19:50.8	Ana Maria Castro	fcp	15.05.77	25 Porto - Antas
19:34.8	Liliana Mendes Santos	slb	18.07.78	25 Algés
19:30.2	Ana Cristina Yokochi	slb	27.06.79	25 Algés
18:05.0	Maria Cláudia Osório	fcp	07.12.79	25 Porto - Antas
17:43.0	Maria Cláudia Osório	fcp	23.07.80	25 Porto - Antas
17:28.7	Alexandra Maria Nogueira	sad	15.01.83	25 Lisboa – Luz
16:48.2	Alexandra Maria Silva	fcp	15.01.83	25 Porto - Antas

Júnior B - § (01.10.13)

16:44.26	Tamila Hryhorivna Holub	scb	19.12.14	Porto - Fluvial
----------	-------------------------	-----	----------	-----------------

Júnior A - § (01.10.13)

16:55.8	Alexandra Maria Silva	fcp	14.01.84	Porto - Antas
16:11.67	Tamila Hryhorivna Holub	scb	11.12.15	Porto - Fluvial

Antiga categoria Júnior - § (1957) # (31.12.61)

29:03.9	Maria Teresa Montoya	sad	28.08.58	33 Algés
24:22.4	Luísa Bessone Basto	sad	01.09.59	33 Algés

Sénior

27:08.1/5	Maria Gourinho	sad	12.07.36	33 Algés
24:04.3	Luísa Bessone Basto	sad	24.09.59	33 Algés
23:12.4	Manuela Gourinho Oliveira	gdml	17.03.68	25 AVCM
21:56.4	Dulce Miranda Gouveia	gdml	16.03.69	25 AVCM
20:59.8	Clotilde Botelho de Melo	gdml	19.02.73	25 AVCM
19:54.5	Maria Helena Varela	sad	02.02.75	25 Algés
19:37.9	Maria Lurdes Silva	cdcp	18.07.78	25 Algés
19:08.0	Cristina Bessa Oliveira	fcp	30.01.82	25 Porto - Antas
19:03.3	Marina Patrício Alvares	cdcp	29.01.83	25 Algés
18:58.1	Maria Paula Barbeiro	sad	07.01.84	25 Algés
18:05.4	Maria Teresa Villaret	sad	07.01.84	25 Algés
17:48.4	Alexandra Maria Nogueira	sad	02.12.84	25 Algés
17:28.1	Alexandra Maria Nogueira	sad	05.01.85	25 Lisboa – Luz
17:13.5	Alexandra Maria Nogueira	sad	04.01.86	25 Algés
17:08.45	Ana Gama Alegria	scb	04.12.94	25 Porto - Antas
17:00.76	Teresa Manuela Ferreira	fcp	25.04.04	Matosinhos
16:46.74	Angélica Maria André	lsc	12.05.12	Lousada
16:46.48	Angélica Maria André	cfp	30.11.13	Felgueiras
16:31.95	Angélica Maria André	cfp	21.12.13	Felgueiras
16:31.25	Angélica Maria André	cfp	19.12.14	Porto - Fluvial
16:22.79	Angélica Maria André	cfp	11.12.15	Porto - Fluvial

Absoluto

27:08.1/5	Maria Gourinho	sad	12.07.36	33 Algés
24:22.4	Luísa Bessone Basto	sad	01.09.59	33 Algés
24:04.3	Luísa Bessone Basto	sad	24.09.59	33 Algés
23:31.2	Manuela Gourinho Oliveira	gdml	12.04.67	33 GDLM
22:30.7	Dulce Miranda Gouveia	gdml	17.03.68	25 AVCM
21:39.1	Clotilde Botelho de Melo	gdml	16.03.69	25 AVCM
20:47.9	Clotilde Botelho de Melo	gdml	08.07.72	50 Beira

19:54.5	Maria Helena Varela	sad	02.02.75	25 Algés
19:50.2	Aida Leite da Silva	fcp	15.05.77	25 Porto - Antas
19:15.5	Aida Leite da Silva	fcp	08.12.77	25 Porto - Antas
18:57.9	Olga Cató Camacho	sad	27.06.79	25 Algés
18:17.6	Maria Cláudia Osório	fcp	03.07.79	25 Porto - Antas
17:42.0	Alexandra Maria Silva	fcp	07.12.79	25 Porto - Antas
17:18.2	Alexandra Maria Silva	fcp	23.07.80	25 Porto - Antas
16:48.2	Alexandra Maria Silva	fcp	15.01.83	25 Porto - Antas
16:46.74	Angélica Maria André	lsc	12.05.12	Lousada
16:46.48	Angélica Maria André	cfp	30.11.13	Felgueiras
16:31.95	Angélica Maria André	cfp	21.12.13	Felgueiras
16:31.25	Angélica Maria André	cfp	19.12.14	Porto - Fluvial
16:11.67	Tamila Hryhorivna Holub	scb	11.12.15	Porto - Fluvial

4X50 LIVRES

Júnior - clubes - § (01.10.04)

1:53.17 tempo limite

1:51.55	Sara Margarida Nunes, Cláudia Sofia Monteiro, Soraia Vanessa Ribeiro, Marta Alexandra Figueiredo	cfv	14.12.07	Óbidos
1:51.24	Filipa Vilas Tiago, Maria Carolina Rosa, Alexandra Ribeiro Paula, Mafalda Gomes Beleza	scp	06.12.08	Guimarães
1:46.86	Maria Carolina Rosa, Patrícia Garcia Marinho, Filipa Vilas Tiago, Mafalda Gomes Beleza	scp	04.12.09	Leiria

Júnior - seleções - § (01.10.04)

sem tempo limite

Sénior - clubes - § (01.10.04)

1:48.87 tempo limite

1:48.76	Filipa Ferreira Silva, Ana Rita Rolo, Raquel Sousa Gomes, Ana Rita Martins	cna	09.12.05	Tomar
1:46.28	Sara Beatriz Loureiro, Sara Freitas Oliveira, Cláudia Marques Moreno, Alexandra Paiva Oliveira	fcp	06.12.08	Guimarães
1:43.49	Sara Beatriz Loureiro, Sara Freitas Oliveira, Alexandra Paiva Oliveira, Marta Vieira Marinho	fcp	04.12.09	Leiria

Sénior - seleções - § (01.10.04)

sem tempo limite

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

2:04.0 tempo limite

1:58.3	Maria Paula Santana, Aida Leite da Silva, Alexandra Maria Silva, Teresa Paula Figueiras	fcp	17.01.81	25 Porto - Antas
1:56.41	Ana Teresa Raimundo, Luísa Tamaki Yokochi, Patrícia Melo Alves, Sandra Cabral Neves	slb	14.05.87	50 Lisboa - Olivais
1:54.1	Carla Ramalho Ortigão, Virgília Soraya Gomes, Rita Lopes Fernandes, Natacha Alexandra Sousa	fcp	25.02.89	50 Lisboa - Olivais
1:54.08	Virgília Soraya Gomes, Carla Ramalho Ortigão, Rita Lopes Fernandes, Natacha Alexandra Sousa	fcp	28.01.90	50 Lisboa - Olivais
1:53.78	Carla Ramalho Ortigão, Carla Santa Bárbara, Rita Lopes Fernandes, Natacha Alexandra Sousa	fcp	05.05.90	50 Turim
1:53.32	Carla Ramalho Ortigão, Carla Santa Bárbara, Rita Lopes Fernandes, Natacha Alexandra Sousa	fcp	05.05.90	50 Turim
1:52.43	Virgília Soraya Gomes, Sandra Santa Bárbara, Carla Santa Bárbara, Natacha Alexandra Sousa	fcp	05.05.91	50 Eindhoven
1:51.08	Petra Quintela Chaves, Carla Sobral Cruz, Ana Antas de Barros, Ana Isabel Nobre	sad	19.06.94	25 Algés
1:50.11	Inês Páscoa Águas, Susana Marques Castro, Diana Quintela Chaves, Ana Rita Magalhães	sad	22.11.02	Felgueiras
1:48.87	Filipa Ferreira Silva, Ana Rita Rolo, Ana Rita Martins, Raquel Sousa Gomes	cna	21.11.03	Paços de Ferreira
1:48.58	Harriet Larcher Smith, Joana Neves Bernardes, Joana Margarida Oliveira, Patrícia Vilas Conceição	cfb	19.12.04	Cantanhede
1:48.37	Marta Vieira Marinho, Cláudia Marques Moreno, Sara Beatriz Loureiro, Sara Freitas Oliveira	fcp	24.11.06	Felgueiras
1:48.21	Ana Filipa Pardal, Maria Inês Pereira, Sara Alexandra Madeira, Ana Beatriz Pereira	cvg	14.12.07	Óbidos
1:46.28	Sara Beatriz Loureiro, Sara Freitas Oliveira, Cláudia Marques Moreno, Alexandra Paiva Oliveira	fcp	06.12.08	Guimarães
1:43.49	Sara Beatriz Loureiro, Sara Freitas Oliveira,			

Alexandra Paiva Oliveira, Marta Vieira Marinho fcp 04.12.09 Leiria

Absoluto - seleções - § (01.10.04)

sem tempo limite

4X100 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

6:02.3	Ana Gomes Pinto, Ana Maria Chocalhinho, Maria Lurdes Silva, Ana Piedade Pedro	sfuap	07.07.73	25 SFUAP
5:22.0	Paula Vasconcelos Morais, Paula Barata Alves, Susana Watts Serra, Helena Barata Alves	sad	14.07.73	25 Algés
5:04.0	Isabel Pessanha Teixeira, Ana Maria Castro, Maria Paula Andrade, Isabel Cruz Pinheiro	fcp	31.07.73	25 Porto - Fluvial
4:57.6	Maria João Quintas, Maria Joana Andrade, Maria Teresa Andrade, Aida Leite da Silva	fcp	29.03.75	25 Porto - Fluvial
4:53.1	Maria Joana Andrade, Maria João Quintas, Maria Paula Santana, Maria Teresa Andrade	fcp	10.06.75	25 Porto - Fluvial
4:47.0	Aida Leite da Silva, Maria Joana Andrade, Maria João Quintas, Maria Paula Santana	fcp	20.07.75	25 Porto - Fluvial
4:45.96	Ana Viegas Faria, Maria Teresa Sousa, Helena Antas Barros, Olga Cató Camacho	sad	08.08.78	50 Lisboa - Olivais
4:43.7	Alexandra Maria Silva, Maria João Taborda, Marta von Hafe Roboredo, Isabel Silva Mota	fcp	01.03.80	25 Porto - Antas
4:35.1	Marta von Hafe Roboredo, Maria João Taborda, Isabel Silva Mota, Alexandra Maria Silva	fcp	16.03.80	25 Porto - Fluvial
4:30.8	Alexandra Maria Silva, Marta von Hafe Roboredo, Maria João Taborda, Isabel Silva Mota	fcp	13.04.80	25 Porto - Antas
4:27.3	Maria João Taborda, Marta von Hafe Roboredo, Isabel Silva Mota, Alexandra Maria Silva	fcp	20.07.80	25 Porto - Antas
4:27.3	Maria Rosário Rebelo, Luísa Pinto Rosa, Manuela Queirós Martins, Natacha Alexandra Sousa	fcp	04.08.85	25 SFUAP
4:24.4	Carla Santa Bárbara, Raquel Costa Martins, Sandra Santa Bárbara, Rita Gama Alegria	fcp	18.03.88	25 Fafe
4:22.4	Carla Santa Bárbara, Catarina Tavares Brandão, Rita Gama Alegria, Sandra Santa Bárbara	anp	17.04.88	25 Espinho
4:20.86	Luísa Maria Portela, Carla Sobral Cruz, Raquel Costa Martins, Virgília Soraya Gomes	fcp	23.03.89	25 Guimarães
4:20.41	Virgília Soraya Gomes, Luísa Maria Portela, Raquel Costa Martins, Catarina Tavares Brandão	fcp	02.04.89	50 Lisboa - Olivais
4:19.1	Catarina Tavares Brandão, Raquel Costa Martins, Luísa Maria Portela, Virgília Soraya Gomes	anp	22.04.89	25 Porto - Antas

Grupo 3 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:19.1	Catarina Tavares Brandão, Raquel Costa Martins, Luísa Maria Portela, Virgília Soraya Gomes	anp	22.04.89	25 Porto - Antas
--------	--	-----	----------	------------------

Grupo 3 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:19.1 tempo limite

Infantil B - clubes - § (01.10.04)

4:28.19	Ana Silva Costa, Carla Luísa Alves, Catarina Alexandra Jardim, Bárbara Nogueira Gonçalves	gdnfama	07.03.10	Ponte da Barca
4:23.50	Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Leonor Ferreira Sequeira, Lara Rodrigues Vasconcelos	cga	21.05.17	Mealhada

Grupo 3 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

Infantil B - seleções - § (01.10.04)

sem tempo limite

Grupo 2 - § (01.10.96)

5:09.37	Diana Santos Ferreira, Maria Sofia Martins, Rita Lopes Ventura, Ana Sousa Costa	cnac	17.11.96	25 Coimbra - Municipal
4:35.80	Inês Páscoa Águas, Cláudia Henriques Abrantes, Liliana Sofia Fonseca, Ana Maria Vasco	anl	15.12.96	25 Estremoz
4:34.87	Daniela Liliana Campos, Ana Carolina Cordeiro, Marta Ferreira Couteiro, Diana Vaz Saleiro	cfv	23.02.97	25 Guimarães
4:29.88	Ana Salgueiro Rego, Inês Páscoa Águas, Patrícia Silveira Ramos, Diana Cristina Abrantes	sad	16.03.97	25 Alcobça
4:28.35	Sara Freitas Oliveira, Catarina Saavedra Conde, Cláudia Cecília Sousa, Keissy Joselyn Sousa	fcp	22.02.98	25 Guimarães
4:27.66	Vanessa Paixão Neves, Ana Celina Vicente, Raquel Sousa Gomes, Filipa Ferreira Silva	cna	22.02.98	25 Estoril

4:23.66	Vanessa Paixão Neves, Ana Celina Vicente, Raquel Sousa Gomes, Filipa Ferreira Silva	cna	15.03.98	25 Algés
Grupo 2 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
4:21.66	Ana Isabel Serralheiro, Marta Jesus Ribeiro, Ana Filipa Leite, Inês Ferrinha Cunha	aac	07.03.99	Alcobaça
4:20.83	Inês Ribeiro Viseu, Sara Beatriz Loureiro, Helena Ferreira Neves, Leonor Borges Faria	scb	02.04.00	Penafiel
4:18.98	Inês Ribeiro Viseu, Leonor Borges Faria, Helena Ferreira Neves, Sara Beatriz Loureiro	scb	02.07.00	Braga
4:18.89	Susana Patrícia Miguel, Patrícia Marinho Campos, Liliana Raquel Rafael, Ana Cláudia Santos	sfuap	28.06.03	Reboleira
4:18.82	Daniela Filipa Ferreira, Helena Leitão Sá, Marta Isabel Jordão, Ana Paula Couto	gdnfama	04.04.04	Bragança
Infantil A - clubes - § (01.10.04)				
4:17.32	Cláudia Sofia Monteiro, Soraia Vanessa Ribeiro, Sara Margarida Nunes, Marta Alexandra Figueiredo	cfv	25.06.05	Vila do Conde
4:16.63	Inês Catarina Agostinho, Sofia Oliveira Pinto, Raquel Paulo Ranito, Vera Patrícia Pinto	slb	11.03.07	Setúbal
4:16.39	Inês Catarina Agostinho, Sofia Oliveira Pinto, Vera Patrícia Pinto, Raquel Paulo Ranito	slb	01.04.07	Sines
4:15.30	Carla Luísa Alves, Ana Silva Costa, Catarina Alexandra Jardim, Bárbara Nogueira Gonçalves	gdnfama	13.03.11	Viseu
4:14.93	Vera Inês Aguilár, Laura Catarina Abreu, Beatriz Jong Rosa, Maria Leonor Gomes	cdn	25.07.13	Funchal
4:14.71	Maria Margarida Belo, Carolina Barros Domingos, Madalena Maria Ferreira, Leonor Camacho Fernandes	scp	29.03.15	Silves
Grupo 2 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
4:19.41	tempo limite			
4:16.97	Cátia Santos Ramalho, Mariana Sampaio Silva, Marisa Santos Freitas, Cristiana Oliveira Marques	annp	20.06.99	Coimbra – Municipal
Infantil A - seleções - § (01.10.04)				
4:11.77	Mariana Cunha Guerra, Rita Mateus Lopes, Vanessa Branco Machado, Maria Malaguerra Costa	anc	09.04.11	Abrantes
4:11.11	Laura Sanchez Rodrigues, Sofia Alexandra Nunes, Raquel Gomes Pereira, Catarina Martins Mestre	anl	13.04.13	Abrantes
Infantil - clubes - § (01.10.13)				
4:14.71	Maria Margarida Belo, Carolina Barros Domingos, Madalena Maria Ferreira, Leonor Camacho Fernandes	scp	29.03.15	Silves
Iniciado - # (31.12.61)				
8:03.8	Ercília Franco Gil, Regina Dinis Mendes, Suzette Silva Rodrigues, Fernanda Gomes Cunha	sad	24.07.47	33 Algés
7:19.0	Inês Santos Teixeira, Maria Luísa Abreu, Margarida Machado Neves, Manuela Rodrigues Gonçalves	sad	17.08.50	33 Algés
7:13.4	Maria Antónia Pinto, Olga Rosa Silva, Maria Odete Santos, Maria Teresa Montoya	sad	19.08.56	33 Algés
6:49.6	Maria Antónia Pinto, Olga Rosa Silva, Maria Odete Santos, Maria Teresa Montoya	sad	22.09.56	Algés
6:26.2	Laura Silva Madureira, Maria Antónia Pinto, Ana Furtado de Castro, Maria Odete Santos	sad	04.08.57	Algés
6:14.3	Luísa Gama Ochoa, Graça Maria Espinha, Ana Maria Abelha, Maria Manuela Costa	avcm	10.04.60	25 AVCM
Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.67)				
5:57.8	Bernardete Santos Campos, Conceição Tito Abreu, Lili Pinto de Oliveira, Marília Ribeiro Bragança	gdln	22.03.63	33 GDLM
5:53.4	Maria Isabel Encarnação, Deolinda Chalbert da Silva, Augusta Louzeiro Cunha, Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	18.08.63	25 Lisboa – São Bento
5:45.6	Augusta Louzeiro Cunha, Deolinda Chalbert da Silva, Maria Isabel Encarnação, Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	20.10.63	33 Algés
5:41.5	Bernardete Santos Campos, Conceição Tito Abreu, Isabel Ferreira de Carvalho, Ana Margarida Couto	gdln	11.01.64	25 AVCM
5:27.5	Bernardete Santos Campos, Ana Margarida Couto, Conceição Tito Abreu, Isabel Ferreira de Carvalho	gdln	16.08.64	25 Lisboa – São Bento
Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)				
5:24.1	Clotilde Botelho de Melo, Lucília Maria Vieira, Anabela Miranda Gouveia, Maria Alice Aleixo	gdln	14.01.68	33 GDLM
5:16.3	Lisete Santos Silva, Anabela Miranda Gouveia, Maria Alice Aleixo, Ana Paula Pinto	gdln	12.02.69	33 GDLM

5:13.3	Maria Alice Aleixo, Anabela Miranda Gouveia, Lucília Maria Vieira, Ana Paula Pinto	gdln	15.03.69	25 AVCM
5:12.3	Maria Alice Aleixo, Anabela Miranda Gouveia, Lucília Maria Vieira, Ana Paula Pinto	gdln	13.04.69	33 GDLM
5:05.3	Lucília Maria Vieira, Anabela Miranda Gouveia, Ana Paula Pinto, Maria Alice Aleixo	gdln	24.08.69	50 Évora
5:02.8	Maria Manuela Banha, Ana Maria Patacas, Ana Rosa Jorge, Ana Canas Cunha	sad	05.08.70	50 Lisboa – Olivais
4:59.7	Maria Manuela Banha, Ana Rosa Jorge, Ana Maria Patacas, Ana Canas Cunha	sad	17.08.70	33 Algés
4:57.8	Maria Manuela Banha, Ana Rosa Jorge, Ana Maria Patacas, Ana Canas Cunha	sad	09.10.70	33 Algés
4:51.0	Ana Maria Banha, Cristina Maria Casinhas, Maria José Lamas, Cristina Müller e Sousa	sad	06.04.74	25 Lisboa – Areiro
4:47.2	Maria Paula Andrade, Isabel Cruz Pinheiro, Ana Maria Castro, Maria Isabel Amorim	fcp	29.03.75	25 Porto – Fluvial
4:47.2	Isabel Alexandra Aguiar, Maria Joana Andrade, Maria João Quintas, Maria Teresa Andrade	fcp	16.04.76	25 Porto - Antas
4:36.8	Luísa Cavaleiro Madeira, Maria João Quintas, Paula Barata Alves, Eugénia Maria Cunha	fpn	13.06.76	25 Porto – Fluvial
4:35.3	Maria Joana Andrade, Maria Teresa Andrade, Aida Leite da Silva, Cristina Bessa Oliveira	fcp	13.03.77	25 Porto - Antas
4:34.9	Maria João Quintas, Maria Paula Santana, Isabel Alexandra Aguiar, Isabel Oliveira Martins	cfp	08.04.77	25 Viseu – Municipal
4:34.9	Maria Paula Santana, Isabel Oliveira Martins, Maria Eulália Silva, Maria João Quintas	cfp	25.06.77	25 Porto – Fluvial
4:25.9	Aida Leite da Silva, Cristina Bessa Oliveira, Maria Cláudia Osório, Teresa Paula Figueiras	fcp	18.07.78	25 Porto – Fluvial
4:24.1	Marina Patrícia Alvares, Paula Marisa Lamego, Ana Viegas Faria, Helena Antas Barros	anl	21.06.80	25 Porto – Fluvial
4:22.1	Marta von Hafe Roboredo, Maria João Taborda, Maria Fernanda Gonçalves, Alexandra Maria Silva	fcp	22.03.81	25 Porto - Antas
4:17.3	Alexandra Maria Silva, Marta von Hafe Roboredo, Maria João Taborda, Maria Fernanda Gonçalves	fcp	11.04.81	25 Porto - Antas
4:16.8	Sónia Tarré de Sousa, Isabel Silva Mota, Alexandra Maria Nogueira, Marta von Hafe Roboredo	fpn	04.07.82	25 Coimbra – Municipal
4:14.33	Natacha Alexandra Sousa, Luísa Pinto Rosa, Manuela Queirós Martins, Rita Lopes Fernandes	fcp	28.03.87	25 Algés
4:13.0	Ana Isabel Nobre, Vanda Martins Pereira, Raquel Fernandes Anjos, Sónia Cristina Sousa	anl	06.05.89	25 Algés
4:09.1	Sandra Santa Bárbara, Carla Santa Bárbara, Virgília Soraya Gomes, Luísa Maria Portela	fcp	09.02.90	25 Porto - Antas
4:08.57	Sandra Santa Bárbara, Carla Santa Bárbara, Virgília Soraya Gomes, Luísa Maria Portela	fcp	23.02.90	25 Algés
Grupo 1 - § (01.10.96) # (31.05.98)				
Grupo 1 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
4:08.57	tempo limite			
4:08.36	Maria Inês Leitão, Joana Filipa Viana, Maria João Soares, Ana Rita Rolo	scp	10.03.02	Guimarães
Juvenil - clubes - § (01.10.04) # (30.09.13)				
Juvenil B - clubes - § (01.10.13)				
4:08.36	Maria Inês Leitão, Joana Filipa Viana, Maria João Soares, Ana Rita Rolo	scp	10.03.02	Guimarães
Grupo 1 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
4:13.0	tempo limite			
4:09.11	Keissy Joselyn Sousa, Bárbara Sousa Ferreira, Sara Freitas Oliveira, Maria Manuela Fonseca	annp	15.05.99	Funchal
4:08.82	Maria Carmo Vilas-Boas, Márcia Santos Freitas, Maria João Gomes, Cátia Sofia Fernandes	annp	16.03.02	Torrelavega
4:07.37	Daniela Guerra Inácio, Diana Duarte Gomes, Sara Rodrigues Cerdas, Harriet Larcher Smith	fpn	21.06.03	Rio Maior
Juvenil - seleções - § (01.10.04) # (30.09.13)				
4:06.18	Inês Alexandra Paiva, Isabel Pinto Abreu, Patrícia Miguel Mendes, Rita Fernandes Leitão	anl	10.04.10	Abrantes
Juvenil B - seleções - § (01.10.13)				
4:06.18	Inês Alexandra Paiva, Isabel Pinto Abreu, Patrícia Miguel Mendes, Rita Fernandes Leitão	anl	10.04.10	Abrantes
Juvenil A - clubes - § (01.10.13)				
4:08.36	tempo limite			

4:05.16	Maria Francisca Cabral, Sara Vitória Ramos, Marta Alexandra Canedo, Ana Rita Faria	fcp	14.12.14	Estarreja
---------	--	-----	----------	-----------

Juvenil A - seleções - § (01.10.13)

4:06.16	tempo limite			
4:02.04	Raquel Gomes Pereira, Sofia Alexandra Nunes, Catarina Martins Mestre, Laura Sanchez Rodrigues	anl	21.02.15	Abrantes

Juvenil - clubes - § (01.10.13)

4:08.36	tempo limite			
Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)				
7:18.8	Maria Alice Meles, Maria Hortênsia Castro, Inês Santa Clara, Maria Helena Costa	sad	22.08.54	33 Figueira da Foz
6:52.1	Maria Inês Costa, Fernanda Ferreira Costa, Teresa Mantá Pereira, Maria Hortênsia Castro	sad	04.09.55	33 Figueira da Foz
6:34.1	Luísa Bessone Basto, Isabel Pereira Machado, Berta Maria Madeira, Josefina Freitas Lomelino	sad	01.08.59	25 Lisboa – São Bento
6:22.6	Estela Silva Rodrigues, Manuela Mullen Silva, Amélia Silva Santos, Bernardete Sousa e Brito	gdml	13.02.60	33 GDLM

Júnior - § (01.01.62) # (31.05.98)

6:05.3	Graça Maria Espinha, Maria Lucília Capelo, Maria Manuela Costa, Ana Maria Abelha	avcm	07.04.62	25 AVCM
5:54.3	Fernanda Silva Nunes, Helena Prista da Graça, Manuela Silva Nunes, Maria Rosalina Castro	sad	05.08.62	25 Lisboa – São Bento
5:51.2	Fernanda Silva Nunes, Helena Prista da Graça, Manuela Silva Nunes, Maria Rosalina Castro	sad	12.08.62	33 Fundão
5:49.7	Isabel Ferreira de Carvalho, Isabel Santos Meneses, Cristina Gourinho Oliveira, Anabela Nóvoa Cortez	gdml	14.02.65	33 GDLM
5:49.4	Amélia Gonçalves Sampaio, Paula Craveiro Lopes, Fernanda Martins Fernandes, Jeanete Carmo Azevedo	avcm	14.03.65	25 AVCM
5:46.1	Amélia Gonçalves Sampaio, Paula Craveiro Lopes, Fernanda Martins Fernandes, Jeanete Carmo Azevedo	avcm	20.03.65	25 AVCM
5:30.0	Conceição Tito Abreu, Bernardete Santos Campos, Isabel Ferreira de Carvalho, Anabela Nóvoa Cortez	gdml	11.04.65	25 AVCM
5:26.6	Bernardete Santos Campos, Paula Silva Valadão, Isabel Ferreira de Carvalho, Manuela Gourinho Oliveira	gdml	20.03.66	25 AVCM
5:23.4	Ana Cristina Patacas, Ana Paula Matos, Graça Guedes Maia, Isaura Jesus Martins	sad	24.08.69	50 Évora
5:20.8	Ana Cristina Patacas, Isaura Jesus Martins, Ana Paula Matos, Lígia Fernandes Marques	sad	23.08.70	50 Lisboa - Olivais
5:17.0	Mafalda Moura Relvas, Maria Teresa Oliveira, Maria Isabel Godinho, Cristina Carrington Costa	aac	13.03.72	25 Coimbra - Municipal
5:15.5	Maria Teresa Oliveira, Cristina Carrington Costa, Lucília Tavares Santos, Maria Isabel Godinho,	aac	21.03.72	25 Coimbra - Municipal
4:54.4	Francisca Pessanha Teixeira, Helena Maria Fernandes, Branca Sousa Couto, Maria Cândida Oliveira	fcp	25.03.72	25 Porto – Antas
4:45.9	Maria Cândida Oliveira, Francisca Pessanha Teixeira, Helena Maria Fernandes, Laurinda Maria Fernandes	fcp	21.07.73	25 Porto – Fluvial
4:40.6	Ana Maria Castro, Maria Paula Andrade, Maria Salomé Fernandes, Palmira Manuela Andrade	fcp	16.04.76	25 Porto - Antas
4:35.4	Maria Teresa Faria, Maria Luz Mendes, Eugénia Maria Cunha, Margarida Mendes Silva	cac	18.03.77	25 Coimbra – Municipal
4:33.5	Maria Teresa Faria, Maria Luz Mendes, Eugénia Maria Cunha, Margarida Mendes Silva	cac	08.04.77	25 Viseu – Municipal
4:32.46	Aida Leite da Silva, Cristina Bessa Oliveira, Maria Joana Andrade, Maria Teresa Andrade	fcp	13.04.79	25 Porto – Fluvial
4:29.90	Aida Leite da Silva, Cristina Bessa Oliveira, Maria Teresa Andrade, Maria Joana Andrade	fcp	15.07.79	25 Porto - Antas
4:23.42	Maria Paula Santana, Maria Cláudia Osório, Cristina Bessa Oliveira, Isabel Alexandra Aguiar	fcp	23.12.79	25 Lisboa – Areiro
4:22.7	Aida Leite da Silva, Maria Teresa Andrade, Maria Cláudia Osório, Cristina Bessa Oliveira	fcp	13.04.80	25 Porto - Antas
4:21.8	Ana von Hafe Roboredo, Teresa Paula Figueiras, Aida Leite da Silva, Cristina Bessa Oliveira	fcp	11.04.81	25 Porto - Antas
4:16.9	Marta von Hafe Roboredo, Ana Maria Fernandes, Maria Fernanda Gonçalves, Alexandra Maria Silva	fcp	27.03.83	25 Fafe
4:12.4	Júlia Louro Matos, Luísa Tamaki Yokochi, Suzete Costa Ruivo, Sandra Cabral Neves	slb	01.02.86	25 Algés
4:10.14	Nátacha Alexandra Sousa, Luísa Pinto Rosa, Maria Filipa Costa, Carla Ramalho Ortigão	fcp	25.03.88	25 Porto - Antas

4:06.76	Maria Carlos Santos, Ana Gama Alegria, Carla Sofia Marques, Susana Margarida Sousa	fpn	17.04.93	50 Lisboa – Olivais
---------	--	-----	----------	---------------------

Júnior - clubes - § (01.06.98)

4:09.17	tempo limite			
4:04.63	Maria Manuela Fonseca, Ana Trovisco dos Santos, Cristiana Raquel Martins, Bárbara Sousa Ferreira	lsc	25.03.00	Mealhada
4:01.48	Maria Inês Leitão, Márcia Calado Pissarra, Maria João Dores, Inês Maria Alves	scp	02.11.03	Pinhal Novo
3:56.01	Maria Carolina Rosa, Patrícia Garcia Marinho, Filipa Vilas Tiago, Mafalda Gomes Beleza	scp	06.12.09	Leiria

Júnior - seleções - § (01.06.98)

4:08.26	tempo limite			
4:07.74	Mariana Sampaio Silva, Sara Catarina Oliveira, Cristiana Oliveira Marques, Cátia Santos Ramalho	annp	22.04.01	Ponferrada
4:04.76	Cristiana Oliveira Marques, Sara Catarina Oliveira, Marisa Santos Freitas, Mariana Sampaio Silva	annp	14.04.02	Segóvia

Principiante - # (31.12.54)

8:27.4	Rita Emília Bruno, Maria Fernanda Gaiola, Maria Luísa Araújo, Maria Rosário Nunes	sad	01.08.46	33 Algés
8:07.1	Maria Rosário Nunes, Maria Fernanda Gaiola, Olga Martins Xeira, Maria Luísa Araújo	sad	29.09.46	33 Algés
7:48.8	Maria Fernanda Gaiola, Rita Emília Bruno, Maria Rosário Nunes, Maria Luísa Araújo	sad	25.05.47	33 Algés
6:50.9	Odete Maria Nobre, Fernanda Cardoso Ferreira, Vera Pereira Cabral, Maria Arlette Silva	gdep	17.07.47	33 Algés

Antiga categoria Júnior - § (1937) # (31.12.61)

6:46.0	Maria Ester Cabral, Genoveva Moitinho Almeida, Maria Luisa M. Pereira, Maria Vitória Santos	sad	15.08.37	33 Algés
6:22.1	Maria Regina Barreto, Felícia Santana Barreto, Isabel Furtado de Castro, Maria Teresa Montoya	sad	31.08.57	50 Luso
6:15.0	Felícia Santana Barreto, Fernanda Ferreira Costa, Isabel Furtado de Castro, Maria Teresa Montoya	sad	30.07.58	25 Lisboa – São Bento
5:46.0	Isabel Furtado de Castro, Maria Odete Santos, Maria Antónia Pinto, Maria Teresa Montoya	sad	30.08.58	50 Praia das Maças

Sénior - § (1937)

6:29.3/5	Ernesta de Almeida, Genoveva Moitinho Almeida, Maria Luisa M. Pereira, Maria Vitória Santos	sad	29.09.35	33 Algés
6:02.8	Isabel Furtado de Castro, Felícia Santana Barreto, Maria Teresa Montoya, Maria Odete Santos	sad	06.09.58	50 Luso
5:39.3	Isabel Pereira Machado, Irma Felske Delgado, Maria Teresa Montoya, Luísa Bessone Basto	sad	25.08.60	25 Lisboa – São Bento
5:17.6	Manuela Silva Nunes, Maria Lurdes Pessoa Duarte, Helena Prista da Graça, Maria Rosalina Castro	sad	13.09.64	33 Elvas
5:01.6	Dulce Miranda Gouveia, Clotilde Botelho de Melo, Lídia Miranda Gouveia, Anabela Miranda Gouveia	gdml	30.01.73	25 AVCM
4:58.6	Dulce Miranda Gouveia, Lídia Miranda Gouveia, Clotilde Botelho de Melo, Celeste Maria Otão	gdml	09.02.74	25 CFM
4:56.8	Celeste Maria Otão, Lídia Miranda Gouveia, Clotilde Botelho de Melo, Dulce Miranda Gouveia	gdml	16.03.74	25 CFM
4:55.2	Celeste Maria Otão, Lídia Miranda Gouveia, Clotilde Botelho de Melo, Dulce Miranda Gouveia	gdml	24.03.74	25 AVCM
4:44.9	Maria Teresa Oliveira, Dulce Miranda Gouveia, Manuela Mendes Silva, Luísa Maria Pereira	cac	29.03.75	25 Porto – Fluvial
4:37.6	Laurinda Maria Fernandes, Helena Maria Fernandes, Maria Salomé Fernandes, Palmira Manuela Andrade	fcp	24.07.77	25 Porto - Antas
4:25.72	Eugénia Maria Cunha, Maria Luz Mendes, Maria Teresa Faria, Teresa Belard Silvano	cac	13.04.79	25 Porto – Fluvial
4:25.5	Helena Antas Barros, Sílvia Maria Morais, Maria Teresa Sousa, Alexandra Maria Nogueira	sad	09.03.85	25 Algés
4:17.1	Maria José Sá, Ana Maria Fernandes, Teresa Paula Figueiras, Alexandra Maria Silva	fcp	30.03.85	25 Algés
4:16.7	Sónia Tarré de Sousa, Ana Antas de Barros, Alexandra Maria Nogueira, Helena Antas Barros	sad	08.03.87	25 Algés
4:12.08	Alexandra Maria Nogueira, Sónia Tarré de Sousa, Ana Antas de Barros, Helena Antas Barros	sad	28.03.87	25 Algés
4:08.84	Luísa Tamaki Yokochi, Ana Teresa Raimundo,			

4:08.03	Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves Ana Teresa Raimundo, Paula Marisa Lamego, Luísa Tamaki Yokochi, Sandra Cabral Neves	slb	25.03.88	25 Porto - Antas
4:07.93	Helena Antas Barros, Sandra Maria Oliveira, Ana Antas de Barros, Alexandra Maria Nogueira	sad	17.03.89	25 Algés
4:06.59	Rita Lopes Fernandes, Carla Ramalho Ortigão, Maria Filipa Costa, Natacha Alexandra Sousa	fcp	23.02.90	25 Algés
4:03.94	Joana Maria Vitoriano, Rita Lopes Fernandes, Carla Santa Bárbara, Maria Luísa Costa	fcp	28.02.92	25 Algés
4:02.11	Maria Luísa Costa, Sandra Santa Bárbara, Carla Santa Bárbara, Virgília Soraya Gomes	fcp	27.02.93	25 Algés
4:00.93	Virgília Soraya Gomes, Maria Luísa Costa, Rita Lopes Fernandes, Alexandra Maria Jorge	fcp	05.03.94	25 Braga
4:00.41	Rita Lopes Fernandes, Susete Rocha Vieira, Maria Luísa Costa, Inês Areal Rothes	fcp	02.03.96	25 Felgueiras
4:00.19	Maria Luísa Costa, Rita Gama Alegria, Raquel Maria Felgueiras, Ana Gama Alegria	scb	08.03.97	25 Estoril

Sénior - clubes - § (01.06.98)

3:58.01	Vânia Cristina Oliveira, Raquel Maria Felgueiras, Diana Fernandes Couto, Ana Gama Alegria	scb	25.03.00	Mealhada
3:56.28	Márcia Calado Pissarra, Maria Inês Leitão, Maria João Soares, Marta Andreia Ferreira	scp	19.12.04	Cantanhede
3:52.79	Maria Inês Leitão, Maria João Soares, Márcia Calado Pissarra, Marta Andreia Ferreira	scp	11.12.05	Tomar
3:51.70	Filipa Ferreira Silva, Raquel Sousa Gomes, Susana Patrícia Miguel, Diana Duarte Gomes	cna	21.12.07	Silves
3:50.48	Maria Vieira Marinho, Sara Freitas Oliveira, Cláudia Marques Moreno, Sara Beatriz Loureiro	fcp	08.12.08	Guimarães
3:48.78	Fabíola Rodrigues, Ana Filipa Pardal, Sara Alexandra Madeira, Ana Beatriz Pereira	ldc	20.12.08	Sines
3:47.14	Sara Beatriz Loureiro, Joana Aguiar Rodrigues, Sara Freitas Oliveira, Marta Vieira Marinho	fcp	06.12.09	Leiria
3:45.59	Diana Duarte Gomes, Ana Rita Rolo, Filipa Ferreira Silva, Patrícia Vilas Conceição	cna	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
3:44.99	Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro, Alexandra Paiva Oliveira, Marta Vieira Marinho	fcp	04.12.10	Porto - Fluvial

Sénior - seleções - § (01.06.98)

4:01.24	tempo limite			
3:52.90	Diana Margarida Durães, Joana Patrícia Pinto, Victoria Kaminskaya, Ana Sofia Leite	fpn	09.11.14	V. R. Santo António

Absoluto - § (1930) # (31.05.98)

8:20.3/5	Maria Teresa Leça, Regina Freitas, Geneveva Moitinho Almeida, Silvína Vieira Alves	sad	02.08.31	33 Algés
7:13.3/5	Maria Gourinho, Maria Luíza Sanchez, Adelaide da Conceição Neves, Ilda Costa e Silva	cnm	29.07.33	33 Algés
6:46.1/5	Silvína Vieira Alves, Maria Vitória Santos, Ernesta de Almeida, Geneveva Moitinho Almeida	sad	07.10.34	33 Algés
6:29.3/5	Ernesta de Almeida, Geneveva Moitinho Almeida, Maria Luísa M. Pereira, Maria Vitória Santos	sad	29.09.35	33 Algés
6:18.3	Bebiana Ferreira Fonseca, Regina Dinis Mendes, Inês Santos Teixeira, Lucília Silva Angeja	sad	30.08.51	33 Algés
5:57.1	Maria Antónia Pinto, Isabel Furtado de Castro, Maria Teresa Montoya, Luísa Bessone Basto	sad	05.08.58	25 Lisboa - São Bento
5:46.0	Isabel Furtado de Castro, Maria Odete Santos, Maria Antónia Pinto, Maria Teresa Montoya	sad	30.08.58	50 Praia das Maçãs
5:33.0	Elza Maria Ferreira, Bernardete Sousa e Brito, Fernanda Santos Campos, Maria Graça Paiva	anlm	03.09.58	25 Lisboa - São Bento
5:32.6	Isabel Maria Barrué, Maria Teresa Montoya, Isabel Pereira Machado, Luísa Bessone Basto	fpn	22.08.59	33 Aveiro SCBM
5:16.8	Luísa Bessone Basto, Isabel Maria Barrué, Maria Teresa Montoya, Amélia Silva Santos	fpn	13.08.60	33 Algés
5:12.1	Bernardete Santos Campos, Susana Pinto Abreu, Dulce Miranda Gouveia, Manuela Gourinho Oliveira	gdml	17.03.66	25 AVCM
5:07.6	Maria Lurdes Pessoa Duarte, Maria do Céu Castelo Branco, Ana Gaspar Monteiro, Deolinda Chalbert da Silva	sad	29.06.66	25 Algés
5:04.1	Dulce Miranda Gouveia, Bernardete Santos Campos, Susana Pinto Abreu, Manuela Gourinho Oliveira	gdml	08.04.67	33 GDLM
5:03.8	Susana Pinto Abreu, Dulce Miranda Gouveia, Bernardete Santos Campos, Manuela Gourinho Oliveira	gdml	22.04.67	25 AVCM
4:39.9	Ana Gaspar Monteiro, Susana Pinto Abreu,			

4:38.9	Manuela Gourinho Oliveira, Dulce Miranda Gouveia, Dulce Miranda Gouveia, Clotilde Botelho de Melo, Graça Guedes Maia, Susana Pinto Abreu	fpn	30.07.67	50 Lisboa - Olivais
4:38.7	Dulce Miranda Gouveia, Ana Canas Cunha, Maria Teresa Oliveira, Ana Rosa Jorge	gdml	23.08.70	50 Lisboa - Olivais
4:37.8	Maria Teresa Oliveira, Ana Rosa Jorge, Maria Graça Guimarães, Maria Júlia Ferreira,	fpn	28.07.72	50 Coimbra
4:37.8	Filipa Lima Mendonça, Lílina Mendes Santos, Cristina Müller e Sousa, Isabel Lobo d' Eça,	apda	16.08.74	50 Lisboa - Olivais
4:37.8	Luísa Cavaleiro Madeira, Maria Helena Varela, Helena Maria Fernandes, Maria Paula Santana,	anl	16.08.74	50 Lisboa - Olivais
4:36.5	Ana Maria Castro, Maria Paula Andrade, Maria Paula Santana, Palmira Manuela Andrade,	fcp	20.07.75	25 Porto - Fluvial
4:28.1	Lílina Mendes Santos, Maria Teresa Faria, Maria Paula Santana, Maria Teresa Faria,	fpn	30.05.76	25 Algés
4:24.4	Palmira Manuela Andrade, Lílina Mendes Santos, Maria Paula Santana, Maria Paula Barbeiro,	fpn	13.06.76	25 Porto - Fluvial
4:14.67	Maria Paula Santana, Doroteia Maria Coelho, Maria Paula Barbeiro, Maria Cláudia Osório	fpn	18.03.78	25 Atenas
4:12.57	Maria Paula Barbeiro, Maria Cláudia Osório, Maria Paula Santana, Alexandra Maria Nogueira,	fpn	28.04.79	25 Porto - Fluvial
4:10.79	Marina Patrício Alvares, Alexandra Maria Silva, Natacha Alexandra Sousa, Ana Teresa Raimundo,	fpn	23.04.81	50 Guadalupe
4:04.60	Sandra Cabral Neves, Helena Antas Barros, Luísa Tamaki Yokochi, Ana Teresa Raimundo,	fpn	27.02.88	25 S. Compostela
4:03.76	Carla Ramalho Ortigão, Natacha Alexandra Sousa, Rita Lopes Fernandes, Virgília Soraya Gomes,	fpn	04.03.89	25 Algés
4:02.64	Carla Santa Bárbara, Maria Luísa Costa, Maria Luísa Costa, Sandra Santa Bárbara,	fcp	09.03.92	25 Bergamo
4:02.11	Carla Santa Bárbara, Virgília Soraya Gomes, Virgília Soraya Gomes, Maria Luísa Costa,	fcp	27.02.93	25 Algés
4:00.93	Rita Lopes Fernandes, Alexandra Maria Jorge, Rita Lopes Fernandes, Susete Rocha Vieira,	fcp	05.03.94	25 Braga
4:00.41	Maria Luísa Costa, Inês Areal Rothes, Maria Luísa Costa, Rita Gama Alegria,	fcp	02.03.96	25 Felgueiras
4:00.19	Raquel Maria Felgueiras, Ana Gama Alegria, Cátia Pinto Carnide, Ana Gama Alegria,	scb	08.03.97	25 Estoril
3:56.22	Maria Luísa Costa, Vânia Cristina Oliveira	scb	23.05.98	25 Braga

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

4:16.0	tempo limite			
4:13.0	Maria Paula Santana, Marta von Hafe Roboredo, Aida Leite da Silva, Alexandra Maria Silva	fcp	02.04.81	25 Porto - Antas
4:11.8	Isabel Silva Mota, Teresa Paula Figueiras, Marta von Hafe Roboredo, Alexandra Maria Silva	fcp	26.06.82	25 Porto - Fluvial
4:08.84	Luísa Tamaki Yokochi, Ana Teresa Raimundo, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves	slb	25.03.88	25 Porto - Antas
4:08.6	Alexandra Maria Nogueira, Sandra Maria Oliveira, Ana Antas de Barros, Helena Antas Barros	sad	17.02.89	25 Algés
4:07.93	Helena Antas Barros, Sandra Maria Oliveira, Ana Antas de Barros, Alexandra Maria Nogueira	sad	17.03.89	25 Algés
4:06.59	Rita Lopes Fernandes, Carla Ramalho Ortigão, Maria Filipa Costa, Natacha Alexandra Sousa	fcp	23.02.90	25 Algés
4:06.00	Rita Lopes Fernandes, Virgília Soraya Gomes, Carla Santa Bárbara, Maria Luísa Costa	fcp	05.08.90	50 Póvoa de Varzim
4:03.94	Joana Maria Vitoriano, Rita Lopes Fernandes, Carla Santa Bárbara, Maria Luísa Costa	fcp	28.02.92	25 Algés
4:02.64	Rita Lopes Fernandes, Virgília Soraya Gomes, Carla Santa Bárbara, Maria Luísa Costa	fcp	09.03.92	25 Bergamo
4:02.11	Maria Luísa Costa, Sandra Santa Bárbara, Carla Santa Bárbara, Virgília Soraya Gomes	fcp	27.02.93	25 Algés
4:00.93	Virgília Soraya Gomes, Maria Luísa Costa, Rita Lopes Fernandes, Alexandra Maria Jorge	fcp	05.03.94	25 Braga
4:00.41	Rita Lopes Fernandes, Susete Rocha Vieira, Maria Luísa Costa, Inês Areal Rothes	fcp	02.03.96	25 Felgueiras
4:00.19	Maria Luísa Costa, Rita Gama Alegria, Raquel Maria Felgueiras, Ana Gama Alegria	scb	08.03.97	25 Estoril
3:56.22	Cátia Pinto Carnide, Ana Gama Alegria, Maria Luísa Costa, Vânia Cristina Oliveira	scb	23.05.98	25 Braga
3:52.79	Maria Inês Leitão, Maria João Soares, Márcia Calado Pissarra, Marta Andreia Ferreira	scp	11.12.05	Tomar
3:51.70	Filipa Ferreira Silva, Raquel Sousa Gomes, Susana Patrícia Miguel, Diana Duarte Gomes	cna	21.12.07	Silves

3:50.48	Marta Vieira Marinho, Sara Freitas Oliveira, Cláudia Marques Moreno, Sara Beatriz Loureiro	fcp	08.12.08	Guimarães
3:48.78	Fabiola Rodrigues, Ana Filipa Pardal, Sara Alexandra Madeira, Ana Beatriz Pereira	ldc	20.12.08	Sines
3:47.14	Sara Beatriz Loureiro, Joana Aguiar Rodrigues, Sara Freitas Oliveira, Marta Vieira Marinho	fcp	06.12.09	Leiria
3:45.59	Diana Duarte Gomes, Ana Rita Rolo, Filipa Ferreira Silva, Patrícia Vilas Conceição	cna	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
3:44.99	Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro, Alexandra Paiva Oliveira, Marta Vieira Marinho	fcp	04.12.10	Porto – Fluvial

Absoluto - seleções - § (01.06.98)

4:01.24	tempo limite			
3:52.90	Diana Margarida Durães, Joana Patrícia Pinto, Victoria Kaminskaya, Ana Sofia Leite	fpn	09.11.14	V. R. Santo António

4X200LIVRES

Infantil - § (01.10.83) # (30.09.96)

11:08.8	Maria Filipa Costa, Maria Rosário Rebelo, Cristina Silva Mota, Marta Sofia Costa	fcp	18.12.83	25 Porto – Fluvial
10:37.2	Carla Ramalho Ortigão, Maria Rosário Rebelo, Luísa Pinto Rosa, Estela Guedes Silva	fcp	02.06.84	25 Porto – Fluvial
10:27.8	Carla Alexandra Gameiro, Ana Alves Conceição, Carla Lebre Rosário, Patrícia Melo Alves	slb	17.06.84	50 Lisboa – Olivais
10:07.9	Patrícia Melo Alves, Ana Alves Conceição, Rita Emília Ferreira, Carla Alexandra Gameiro	slb	07.07.84	25 Algés
10:02.1	Maria Filipa Costa, Manuela Queirós Martins, Natacha Alexandra Sousa, Luísa Pinto Rosa	fcp	27.01.85	25 Porto – Fluvial
09:55.0	Luísa Pinto Rosa, Manuela Queirós Martins, Maria Filipa Costa, Natacha Alexandra Sousa	fcp	20.07.85	50 Porto – Campanhã
09:42.7	Luísa Pinto Rosa, Manuela Queirós Martins, Maria Filipa Costa, Natacha Alexandra Sousa	fcp	03.08.85	25 SFUAP
09:36.5	Catarina Tavares Brandão, Alexandra Maria Jorge, Marília Alves Fernandes, Sandra Oliveira Araújo	cfp	19.03.88	25 Fafe
09:36.45	Carla Santa Bárbara, Sónia Marisa Correia, Rita Gama Alegria, Sara Alexandra Gameiro	fpn	04.04.88	50 Patra
09:35.2	Carla Santa Bárbara, Rita Gama Alegria, Raquel Costa Martins, Sandra Santa Bárbara	fcp	23.07.88	50 Porto – Campanhã
09:28.71	Alexandra Maria Jorge, Patrícia Duarte Areosa, Joana Magalhães Soutinho, Catarina Tavares Brandão	cfp	24.03.89	25 Guimarães
09:27.4	Virgília Soraya Gomes, Raquel Costa Martins, Luísa Maria Portela, Catarina Tavares Brandão	anp	22.04.89	25 Porto - Antas
09:25.15	Luísa Maria Portela, Virgília Soraya Gomes, Alexandra Maria Jorge, Catarina Tavares Brandão	anp	10.06.89	25 Corunha

Grupo 3 - § (01.10.96) # (31.05.98)

09:25.15	Luísa Maria Portela, Virgília Soraya Gomes, Alexandra Maria Jorge, Catarina Tavares Brandão	anp	10.06.89	25 Corunha
----------	---	-----	----------	------------

Grupo 3 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

09:25.15	Luísa Maria Portela, Virgília Soraya Gomes, Alexandra Maria Jorge, Catarina Tavares Brandão	anp	10.06.89	25 Corunha
----------	---	-----	----------	------------

Infantil B - clubes - § (01.10.04)

09:32.41	Ana Silva Costa, Carla Luísa Alves, Bárbara Nogueira Gonçalves, Catarina Alexandra Jardim	gdnfama	05.03.10	Ponte da Barca
----------	---	---------	----------	----------------

Grupo 3 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

09:25.15	tempo limite			
09:37.43	Ana Matos Cabral, Marisa Isabel Nobre, Manuela Paccola Junqueira, Beatriz Ferreiras Loaisas	anc	25.06.17	Coimbra (Rui Abreu)

Grupo 2 - § (01.10.96) # (31.05.98)

10:35.40	Elisabete Silva Ferreira, Joana Isabel Antunes, Iva Sofia Oliveira, Vânia Morais Correia	scb	16.11.96	25 Viana do Castelo
09:53.68	Joana Silva Gonçalves, Susana Pinto Almeida, Mariana Lopes Rodrigues, Sofia Martiniano Afonso	cfp	21.02.97	25 Guimarães
09:39.03	Ana Salgueiro Rego, Inês Páscoa Águas, Patrícia Silveira Ramos, Diana Cristina Abrantes	sad	14.03.97	25 Alcoçaba
09:34.36	Maria Manuela Fonseca, Patrícia Silva Lopes, Cristiana Raquel Martins, Bárbara Sousa Ferreira	lsc	13.03.98	25 Algés

Grupo 2 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

09:27.91	Raquel Sousa Gomes, Ana Celina Vicente, Cláudia Cardoso Silva, Filipa Ferreira Silva	cna	05.07.98	Reboleira
09:23.70	Sara Beatriz Loureiro, Joana Filipa Antunes, Inês Ribeiro Viseu, Leonor Borges Faria	scb	31.03.00	Penafiel
09:15.67	Inês Ribeiro Viseu, Sara Beatriz Loureiro, Helena Ferreira Neves, Leonor Borges Faria	scb	30.06.00	Braga
09:14.58	Susana Patrícia Miguel, Patrícia Marinho Campos, Liliana Raquel Rafael, Ana Cláudia Santos	sfuap	04.05.03	Odivelas

Infantil A - clubes - § (01.10.04)

09:05.75	Ana Silva Costa, Carla Luísa Alves, Catarina Alexandra Jardim, Bárbara Nogueira Gonçalves	gdnfama	11.03.11	Viseu
----------	---	---------	----------	-------

Grupo 2 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

Infantil A - seleções - § (01.10.04)

09:25.15	Luísa Maria Portela, Virgília Soraya Gomes, Alexandra Maria Jorge, Catarina Duarte Brandão	anp	10.06.89	Corunha
09:20.59	Carolina Carreira Dias, Ana Carolina Monteiro, Matilde Alves Florêncio, Joana Francisco Rodrigues	anc	25.06.17	Coimbra (Rui Abreu)

Infantil - clubes - § (01.10.13)

9:05.75	tempo limite			
---------	--------------	--	--	--

Juvenil - § (01.10.83) # (30.09.96)

10:19.8	Margarida Freitas Costa, Mónica Faria Azevedo, Vladimira Silva Chaves, Maria João Faria	fcp	18.12.83	25 Porto – Fluvial
09:51.6	Maria Leonor Dantas, Sandra Maria Oliveira, Catarina Augusta Clemente, Ana Antas de Barros	sad	17.06.84	50 Lisboa – Olivais
09:33.8	Maria Leonor Dantas, Sílvia Mateus Marques, Sandra Maria Oliveira, Ana Antas de Barros	sad	21.07.84	25 Algés
09:05.5	Natacha Alexandra Sousa, Maria Filipa Costa, Rita Lopes Fernandes, Luísa Pinto Rosa	fcp	07.06.87	25 Porto - Antas
08:59.7	Virgília Soraya Gomes, Luísa Maria Portela, Sandra Santa Bárbara, Carla Santa Bárbara	fcp	11.02.90	25 Porto - Antas

Grupo 1 - § (01.10.96) # (31.05.98)

08:59.7	Virgília Soraya Gomes, Luísa Maria Portela, Sandra Santa Bárbara, Carla Santa Bárbara	fcp	11.02.90	25 Porto – Antas
---------	---	-----	----------	------------------

Grupo 1 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

08:59.7	tempo limite			
08:56.42	Inês Ribeiro Viseu, Sara Beatriz Loureiro, Leonor Borges Faria, Helena Ferreira Neves	scb	16.03.01	Pinhal Novo

Juvenil - clubes - § (01.10.04) # (30.09.13)

08:52.76	Francisca Gomes Azevedo, Bárbara Marques Rodrigues, Carolina Sanchez Rodrigues, Joana Catarina Ribeiro	sad	04.06.11	Algés
----------	--	-----	----------	-------

Juvenil B - clubes - § (01.10.13)

08:52.76	Francisca Gomes Azevedo, Bárbara Marques Rodrigues, Carolina Sanchez Rodrigues, Joana Catarina Ribeiro	sad	04.06.11	Algés
----------	--	-----	----------	-------

Grupo 1 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

09:33.82	tempo limite			
09:06.56	Mariana Sampaio Silva, Andreia Raquel Alves, Cátia Santos Ramalho, Margarida Cristina Barbosa	annp	25.03.00	Medina del Campo
08:59.08	Márcia Santos Freitas, Cátia Sofia Fernandes, Ana Sofia Cerqueira, Maria Carmo Vilas-Boas	annp	17.03.02	Torrelavega

Juvenil - seleções - § (01.10.04) # (30.09.13)

Juvenil B - seleções - § (01.10.13)

08:59.08	Márcia Santos Freitas, Cátia Sofia Fernandes, Ana Sofia Cerqueira, Maria Carmo Vilas-Boas	annp	17.03.02	Torrelavega
08:45.79	Camila Rodrigues Rebelo, Camila Alexandra Silva, Maria João Pellaio, Maria Carlota Rebelo	anc	25.06.17	Coimbra (Rui Abreu)

Juvenil A - clubes - § (01.10.13)

08:52.76	tempo limite			
----------	--------------	--	--	--

Juvenil A - seleções - § (01.10.13)

08:59.08	tempo limite			
08:51.54	Maria Francisca Cabral, Iris Cunha Santos, Ana Sofia Ramos, Ana Rita Faria	fcp	12.12.14	Estarreja

08:44.75 Alexandra Couto Frazão, Ana Sequeira Florindo, Ana Rita Queiroz, Inês Pereira Silva anc 25.06.17 Coimbra (Rui Abreu)

Juvenil - clubes - § (01.10.13)
8:52.76 tempo limite

Júnior - § (01.10.83)

09:31.3 Marta von Hafe Roboredo, Maria Alexandra Leal, Alexandra Maria Silva, Ana Maria Fernandes fcp 18.12.83 25 Porto – Fluvial
09:21.9 Alexandra Maria Nogueira, Sílvia Maria Morais, Vanda Maria Ribeiro, Sónia Tarré de Sousa sad 21.07.84 25 Algés
09:21.7 Sandra Cabral Neves, Júlia Louro Matos, Luísa Tamaki Yokochi, Suzete Costa Ruiivo slb 14.12.85 25 Porto - Antas
09:01.5 Luísa Pinto Rosa, Natacha Alexandra Sousa, Rita Lopes Fernandes, Maria Filipa Costa fcp 29.11.87 25 Porto - Antas
08:59.19 Natacha Alexandra Sousa, Rita Lopes Fernandes, Luísa Pinto Rosa, Carla Ramalho Ortigão fcp 26.03.88 25 Porto - Antas
08:56.21 Rita Lopes Fernandes, Maria Filipa Costa, Luísa Pinto Rosa, Natacha Alexandra Sousa fcp 18.03.89 25 Algés
08:53.58 Carla Santa Bárbara, Virgília Soraya Gomes, Sandra Santa Bárbara, Luísa Maria Portela fcp 09.03.91 25 Porto - Antas
08:50.13 Helena Sofia Sousa, Patrícia Pinto Gonçalves, Ana Lúcia Cabral, Lara Marina Gomes fcp 03.03.94 25 Braga
08:50.06 Diana Fernandes Couto, Tatiana Martins Soares, Ana Catarina Sousa, Vânia Cristina Oliveira scb 05.03.98 25 Felgueiras

Júnior - clubes - § (01.06.98)

08:48.23 Maria Manuela Fonseca, Ana Trovisco dos Santos, Cristiana Raquel Martins, Bárbara Sousa Ferreira lsc 23.03.00 Mealhada
08:43.95 Daniela Guerra Inácio, Sara Almeida Amaral, Ana Rita Santos, Harriet Larcher Smith cfb 22.11.03 Paços de Ferreira
08:29.70 Maria Carolina Rosa, Patrícia Garcia Marinho, Leonor Mourinho Neves, Mafalda Gomes Beleza scp 05.12.09 Leiria

Júnior - seleções - § (01.06.98)

08:56.11 Mariana Santos Ferreira, Sara Sofia Alves, Teresa Miguel Veloso, Andreia Brito Pereira anc 25.06.17 Coimbra (Rui Abreu)

Sénior - § (01.10.83)

09:47.7 Teresa Paula Figueiras, Maria Fernanda Gonçalves, Ana von Hafe Roboredo, Ana Cristina Lobo fcp 18.12.83 25 Porto – Fluvial
08:53.46 Sandra Maria Oliveira, Ana Antas de Barros, Helena Antas Barros, Alexandra Maria Nogueira sad 26.03.88 25 Porto - Antas
08:52.28 Helena Antas Barros, Alexandra Maria Nogueira, Sandra Maria Oliveira, Ana Antas de Barros sad 18.03.89 25 Algés
08:50.46 Ana Teixeira de Carvalho, Rita Fernandes Anjos, Sandra Maria Oliveira, Ana Antas de Barros sad 24.02.90 25 Algés
08:46.99 Maria Luísa Costa, Rita Lopes Fernandes, Joana Maria Vitoriano, Carla Santa Bárbara fcp 01.03.92 25 Algés
08:44.78 Maria Luísa Costa, Virgília Soraya Gomes, Sandra Santa Bárbara, Carla Santa Bárbara fcp 25.02.93 25 Algés
08:44.04 Virgília Soraya Gomes, Rita Lopes Fernandes, Alexandra Maria Jorge, Maria Luísa Costa fcp 03.03.94 25 Braga
08:40.55 Rita Lopes Fernandes, Alexandra Maria Jorge, Helena Sofia Sousa, Maria Luísa Costa fcp 16.03.95 25 Algés
08:39.52 Ana Gama Alegria, Raquel Maria Felgueiras, Ana Sousa Caldas, Rita Gama Alegria scb 15.02.96 25 Braga
08:39.49 Inês Areal Rothes, Maria Luísa Costa, Helena Sofia Sousa, Rita Lopes Fernandes fcp 29.02.96 25 Felgueiras
08:38.86 Ana Gama Alegria, Rita Gama Alegria, Raquel Maria Felgueiras, Maria Luísa Costa scb 07.12.96 25 Porto - Antas
08:37.07 Ana Gama Alegria, Maria Luísa Costa, Raquel Maria Felgueiras, Rita Gama Alegria scb 13.02.97 25 Viana do Castelo
08:35.43 Rita Gama Alegria, Maria Luísa Costa, Raquel Maria Felgueiras, Ana Gama Alegria scb 06.03.97 25 Estoril

Sénior - clubes - § (01.06.98)

08:30.50 Raquel Maria Felgueiras, Diana Fernandes Couto, Vânia Cristina Oliveira, Ana Gama Alegria scb 11.03.99 Estoril
08:25.81 Márcia Calado Pissarra, Maria Inês Leitão, Maria João Soares, Marta Andreia Ferreira scp 16.12.05 Paços de Ferreira

08:22.52 Filipa Ferreira Silva, Raquel Sousa Gomes, Diana Duarte Gomes, Susana Patrícia Miguel cna 22.12.07 Silves
08:21.04 Alexandra Paiva Oliveira, Sara Beatriz Loureiro, Sara Freitas Oliveira, Marta Vieira Marinho fcp 21.12.08 Sines
08:19.18 Sara Freitas Oliveira, Joana Aguiar Rodrigues, Alexandra Paiva Oliveira, Marta Vieira Marinho fcp 05.12.09 Leiria
08:18.93 Joana Aguiar Rodrigues, Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro, Marta Vieira Marinho fcp 20.12.09 Sto. Ant. Cavaleiros
08:18.69 Sara Beatriz Loureiro, Alexandra Paiva Oliveira, Joana Aguiar Rodrigues, Marta Vieira Marinho fcp 14.11.10 Paços de Ferreira
08:14.13 Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro, Joana Aguiar Rodrigues, Marta Vieira Marinho fcp 05.12.10 Porto – Fluvial

Sénior - seleções - § (01.06.98)
sem tempo limite

Absoluto - § (01.10.83) # (31.05.98)

11:08.8 Maria Filipa Costa, Maria Rosário Rebelo, Cristina Silva Mota, Marta Sofia Costa fcp 18.12.83 25 Porto – Fluvial
09:31.3 Marta von Hafe Roboredo, Maria Alexandra Leal, Alexandra Maria Silva, Ana Maria Fernandes fcp 19.12.83 25 Porto – Fluvial
08:58.41 Alexandra Maria Nogueira, Marta von Hafe Roboredo, Helena Antas Barros, Alexandra Maria Silva fcp 17.03.84 50 Merida MEX
08:53.24 Alexandra Maria Nogueira, Sandra Cabral Neves, Ana Antas de Barros, Ana Teresa Raimundo fcp 27.12.86 25 Gijón
08:50.70 Ana Teresa Raimundo, Alexandra Maria Nogueira, Ana Antas de Barros, Sandra Cabral Neves fcp 22.02.87 25 Porto - Antas
08:46.35 Natacha Alexandra Sousa, Alexandra Maria Nogueira, Ana Teresa Raimundo, Sandra Cabral Neves fcp 28.02.88 25 S. Compostela
08:44.78 Maria Luísa Costa, Virgília Soraya Gomes, Sandra Santa Bárbara, Carla Santa Bárbara fcp 25.02.93 25 Algés
08:39.95 Ana Gama Alegria, Ana Antas de Barros, Natacha Alexandra Sousa, Rita Gama Alegria fcp 03.04.93 50 Florença
08:39.89 Rita Gama Alegria, Raquel Maria Felgueiras, Susana Maria Felgueiras, Ana Gama Alegria scb 01.12.94 25 Porto - Antas
08:39.58 Rita Gama Alegria, Raquel Maria Felgueiras, Ana Sousa Caldas, Ana Gama Alegria scb 08.12.95 25 Porto - Antas
08:39.52 Ana Gama Alegria, Raquel Maria Felgueiras, Ana Sousa Caldas, Rita Gama Alegria scb 15.02.96 25 Braga
08:39.49 Inês Areal Rothes, Maria Luísa Costa, Helena Sofia Sousa, Rita Lopes Fernandes fcp 29.02.96 25 Felgueiras
08:38.86 Ana Gama Alegria, Rita Gama Alegria, Raquel Maria Felgueiras, Maria Luísa Costa scb 07.12.96 25 Porto - Antas
08:37.07 Ana Gama Alegria, Maria Luísa Costa, Raquel Maria Felgueiras, Rita Gama Alegria scb 13.02.97 25 Viana do Castelo
08:35.43 Rita Gama Alegria, Maria Luísa Costa, Raquel Maria Felgueiras, Ana Gama Alegria scb 06.03.97 25 Estoril

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

09:12.0 tempo limite
09:06.5 Ana Antas de Barros, Sónia Tarré de Sousa, Maria Leonor Dantas, Alexandra Maria Nogueira sad 30.11.86 25 Porto - Antas
09:05.5 Natacha Alexandra Sousa, Maria Filipa Costa, Rita Lopes Fernandes, Luísa Pinto Rosa fcp 07.06.87 25 Porto - Antas
08:53.46 Sandra Maria Oliveira, Ana Antas de Barros, Helena Antas Barros, Alexandra Maria Nogueira sad 26.03.88 25 Porto - Antas
08:52.28 Helena Antas Barros, Alexandra Maria Nogueira, Sandra Maria Oliveira, Ana Antas de Barros sad 18.03.89 25 Algés
08:50.46 Ana Teixeira de Carvalho, Rita Fernandes Anjos, Sandra Maria Oliveira, Ana Antas de Barros sad 24.02.90 25 Algés
08:48.95 Maria Luísa Costa, Carla Santa Bárbara, Rita Lopes Fernandes, Sandra Santa Bárbara fcp 17.06.90 25 Algés
08:46.99 Maria Luísa Costa, Rita Lopes Fernandes, Joana Maria Vitoriano, Carla Santa Bárbara fcp 01.03.92 25 Algés
08:44.78 Maria Luísa Costa, Virgília Soraya Gomes, Sandra Santa Bárbara, Carla Santa Bárbara fcp 25.02.93 25 Algés
08:44.04 Virgília Soraya Gomes, Rita Lopes Fernandes, Alexandra Maria Jorge, Maria Luísa Costa fcp 03.03.94 25 Braga
08:39.89 Rita Gama Alegria, Raquel Maria Felgueiras, Susana Maria Felgueiras, Ana Gama Alegria scb 01.12.94 25 Porto - Antas
08:39.58 Rita Gama Alegria, Raquel Maria Felgueiras, Ana Sousa Caldas, Ana Gama Alegria scb 08.12.95 25 Porto - Antas

08:39.52	Ana Gama Alegria, Raquel Maria Felgueiras, Ana Sousa Caldas, Rita Gama Alegria	scb	15.02.96	25 Braga
08:39.49	Inês Areal Rothes, Maria Luísa Costa, Helena Sofia Sousa, Rita Lopes Fernandes	fcp	29.02.96	25 Felgueiras
08:38.86	Ana Gama Alegria, Rita Gama Alegria, Raquel Maria Felgueiras, Maria Luísa Costa	scb	07.12.96	25 Porto - Antas
08:37.07	Ana Gama Alegria, Maria Luísa Costa, Raquel Maria Felgueiras, Rita Gama Alegria	scb	13.02.97	25 Viana do Castelo
08:35.43	Rita Gama Alegria, Maria Luísa Costa, Raquel Maria Felgueiras, Ana Gama Alegria	scb	06.03.97	25 Estoril
08:30.50	Raquel Maria Felgueiras, Diana Fernandes Couto, Vânia Cristina Oliveira, Ana Gama Alegria	scb	11.03.99	Estoril
08:25.81	Márcia Calado Pissarra, Maria Inês Leitão, Maria João Soares, Marta Andreia Ferreira	scp	16.12.05	Paços de Ferreira
08:22.52	Filipa Ferreira Silva, Raquel Sousa Gomes, Diana Duarte Gomes, Susana Patrícia Miguel	cna	22.12.07	Silves
08:21.04	Alexandra Paiva Oliveira, Sara Beatriz Loureiro, Sara Freitas Oliveira, Marta Vieira Marinho	fcp	21.12.08	Sines
08:19.18	Sara Freitas Oliveira, Joana Aguiar Rodrigues, Alexandra Paiva Oliveira, Marta Vieira Marinho	fcp	05.12.09	Leiria
08:18.93	Joana Aguiar Rodrigues, Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro, Marta Vieira Marinho	fcp	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
08:18.69	Sara Beatriz Loureiro, Alexandra Paiva Oliveira, Joana Aguiar Rodrigues, Marta Vieira Marinho	fcp	14.11.10	Paços de Ferreira
08:14.13	Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro, Joana Aguiar Rodrigues, Marta Vieira Marinho	fcp	05.12.10	Porto - Fluvial
Absoluto - seleções - § (01.06.98)				
09:04.67	tempo limite			
08:59.08	Márcia Santos Freitas, Cátia Sofia Fernandes, Ana Sofia Cerqueira, Maria Carmo Vilas-Boas	annp	17.03.02	Torrelavega
08:44.75	Alexandra Couto Frazão, Ana Sequeira Florindo, Ana Rita Queiroz, Inês Pereira Silva	anc	25.06.17	Coimbra (Rui Abreu)

10X100 LIVRES

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

11:10.0 tempo limite

50 BRUÇOS

Júnior - § (01.10.04)

0:32.81 tempo limite

0:32.55	Diana Duarte Gomes	fjn	09.12.04	Viana
0:32.30	Ana Pinho Rodrigues	aej	05.12.09	Leiria
0:31.95	Ana Pinho Rodrigues	aej	05.12.09	Leiria
0:31.66	Ana Pinho Rodrigues	aej	06.12.09	Leiria
0:31.46	Ana Pinho Rodrigues	aej	06.12.09	Leiria

Júnior B - § (01.10.13)

0:31.46 Ana Pinho Rodrigues

0:31.46	Ana Pinho Rodrigues	aej	06.12.09	Leiria
---------	---------------------	-----	----------	--------

Júnior A - § (01.10.13)

0:32.11 Ana Pinho Rodrigues

0:32.09	Raquel Gomes Pereira	sad	11.12.16	Funchal
---------	----------------------	-----	----------	---------

Sénior - § (01.10.04)

0:32.24 tempo limite

0:32.15	Diana Duarte Gomes	fjn	12.02.06	Belo Horizonte
0:31.54	Diana Duarte Gomes	fjn	11.11.09	Estocolmo
0:31.48	Diana Duarte Gomes	fjn	10.12.09	Istambul
0:31.43	Diana Duarte Gomes	cna	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros

Absoluto - § (01.06.98)

0:32.27 tempo limite

0:32.24	Joana Maria Lopes	fcp	23.03.00	Mealhada
0:32.15	Diana Duarte Gomes	fjn	12.02.06	Belo Horizonte
0:31.54	Diana Duarte Gomes	fjn	11.11.09	Estocolmo
0:31.46	Ana Pinho Rodrigues	aej	06.12.09	Leiria
0:31.43	Diana Duarte Gomes	cna	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros

100 BRUÇOS

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

1:34.6	Paula Barata Alves	fjn	10.06.73	50 Neheim-Hüsten
1:26.9	Isabel Cruz Pinheiro	fcp	26.06.73	25 Porto - Fluvial
1:26.9	Isabel Cruz Pinheiro	fcp	26.07.73	25 Porto - Fluvial
1:25.6	Isabel Cruz Pinheiro	fcp	03.08.73	25 Porto - Fluvial
1:25.0	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	09.08.74	50 Lisboa - Olivais
1:25.0	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	24.08.74	25 Algés
1:24.6	Maria Paula Santana	fcp	27.12.75	25 Porto - Antas
1:21.6	Maria Paula Santana	fcp	07.03.76	25 Porto - Antas
1:21.45	Maria Paula Santana	fjn	21.03.76	25 Trento
1:21.2	Maria Paula Santana	fcp	10.07.76	25 Porto - Antas
1:20.6	Alexandra Lourenço Carreira	sfuap	23.03.85	25 Viana do Castelo
1:19.3	Alexandra Lourenço Carreira	sfuap	20.07.85	25 Algés
1:17.79	Mariana Alves Cunha	aac	19.03.95	25 Coimbra - Municipal

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Infantil B - § (01.10.04)

1:17.79 tempo limite

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:16.24 tempo limite

Infantil A - § (01.10.04)

1:15.83	Ana Pinho Rodrigues	aej	01.04.07	Braga
1:15.72	Filipa Vilas Ruivo	dnmg	01.05.10	Caldas da Rainha
1:14.34	Raquel Gomes Pereira	sad	17.02.13	Estoril
1:13.43	Raquel Gomes Pereira	anl	13.04.13	Abrantes

Iniciado - § (17.07.44)

1:54.8	Maria Lourdes Mendes	sad	01.10.44	33 Algés
1:50.8	Fernanda Silveira da Cunha	sad	25.05.47	33 Algés
1:50.2	Fernanda Silveira da Cunha	sad	21.06.47	33 Algés
1:47.2	Fernanda Silveira da Cunha	sad	29.07.47	33 Algés
1:29.3	Regina Freitas Veloso	gdml	08.02.55	33 GDLM

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

1:29.3	Graça Guedes Maia	sad	05.04.68	25 Lisboa - Areeiro
1:28.5	Maria Manuela Banha	sad	18.07.70	25 Porto - Antas
1:28.4	Maria Manuela Banha	sad	06.04.71	25 Lisboa - Areeiro
1:28.1	Maria Manuela Banha	sad	26.06.71	Algés
1:27.1	Francisca Pessanha Teixeira	fcp	14.07.71	25 Porto - Antas
1:27.0	Isabel Morais Torres	aac	18.03.73	25 Algés
1:26.9	Isabel Morais Torres	aac	24.06.73	25 Porto - Fluvial
1:26.7	Isabel Morais Torres	adc	09.06.74	25 Algés
1:25.6	Paula Barata Alves	sad	07.12.74	25 Algés
1:25.4	Paula Barata Alves	sad	25.01.75	25 Lisboa - Areeiro
1:25.1	Paula Barata Alves	sad	02.03.75	25 Algés
1:24.8	Isabel Cruz Pinheiro	fcp	29.03.75	25 Porto - Fluvial
1:24.5	Paula Barata Alves	sad	29.05.75	25 Algés
1:23.4	Paula Barata Alves	sad	24.06.75	25 SFUAP
1:23.2	Paula Barata Alves	sad	28.03.76	25 Lisboa - Areeiro
1:23.2	Paula Barata Alves	sad	15.05.76	25 Algés
1:21.8	Paula Barata Alves	fjn	30.05.76	25 Algés
1:20.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	12.07.78	25 Porto - Fluvial
1:19.95	Paula Marisa Lamego	slb	13.04.79	25 Porto - Fluvial
1:19.9	Maria Teresa Sousa	sad	13.05.79	25 Aveiro
1:18.8	Paula Marisa Lamego	slb	03.06.79	25 Lisboa - Luz
1:18.7	Maria Teresa Sousa	sad	16.06.79	25 SFUAP
1:18.4	Paula Marisa Lamego	slb	09.07.79	25 Algés
1:17.5	Paula Marisa Lamego	slb	12.04.80	25 Lisboa - Luz
1:17.0	Ana Cristina Peralta	slb	19.07.80	50 Lisboa - Olivais
1:16.90	Ana Cristina Peralta	slb	02.08.80	50 Lisboa - Olivais
1:16.3	Ana Cristina Peralta	slb	18.01.81	25 Porto - Antas
1:16.0	Joana Maria Lopes	fjn	01.04.89	50 Espoo
1:15.1	Joana Maria Lopes	anp	07.05.89	25 Algés

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:15.25	tempo limite			
1:13.16	Mariana Alves Cunha	aac	01.02.97	25 Coimbra - Municipal
1:12.39	Mariana Alves Cunha	aac	02.03.97	25 Penafiel
1:11.76	Diana Duarte Gomes	abve	28.06.03	Reboleira

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)
Juvenil B - § (01.10.13)

1:11.76 Diana Duarte Gomes

abve 28.06.03 Reboleira

Juvenil A - § (01.10.13)

1:09.59 Diana Duarte Gomes

abve 13.03.04 Tomar

Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)

1:44.2 Margarida Machado Neves
1:31.3 Regina Freitas Veloso

sad 21.08.52 33 Algés
gdlm 14.01.56 33 GDLM

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

1:31.3 Maria Lurdes Pessoa Duarte
1:29.7 Maria Lurdes Pessoa Duarte
1:28.4 Graça Guedes Maia
1:26.4 Graça Guedes Maia
1:26.2 Graça Guedes Maia
1:25.9 Graça Guedes Maia
1:25.9 Maria Manuela Banha
1:25.8 Maria Manuela Banha
1:25.6 Maria Manuela Banha
1:25.3 Maria Manuela Banha
1:25.0 Maria Manuela Banha
1:24.5 Maria Manuela Banha
1:24.4 Maria Luz Mendes
1:23.89 Maria Luz Mendes
1:23.7 Liliana Mendes Santos
1:22.8 Liliana Mendes Santos
1:22.6 Ana Maria Chocalhinho
1:20.97 Maria Paula Santana
1:20.48 Maria Júlia Sobral
1:20.0 Maria Paula Santana
1:18.2 Paula Marisa Lamego
1:17.28 Paula Marisa Lamego
1:17.2 Paula Marisa Lamego
1:15.9 Paula Marisa Lamego
1:15.9 Ana Cristina Peralta
1:15.14 Joana Maria Vitoriano
1:14.64 Joana Maria Lopes
1:14.44 Joana Magalhães Soutinho
1:13.57 Joana Magalhães Soutinho
1:12.20 Joana Magalhães Soutinho
1:11.21 Joana Magalhães Soutinho
1:11.05 Joana Magalhães Soutinho
1:10.57 Nádia Alexandra Correia
1:10.36 Diana Duarte Gomes
1:09.59 Diana Duarte Gomes
1:09.58 Diana Duarte Gomes
1:09.55 Ana Pinho Rodrigues
1:09.00 Ana Pinho Rodrigues
1:08.85 Ana Pinho Rodrigues

sad 19.06.64 25 Algés
sad 15.08.64 25 Lisboa - São Bento
sad 29.08.68 33 Algés
sad 02.04.69 25 Lisboa - Areiro
sad 19.06.69 33 Algés
sad 05.07.69 25 Lisboa - Pedrouços
sad 08.12.72 25 Algés
sad 10.12.72 25 Algés
sad 02.03.73 25 Lisboa - Areiro
sad 18.03.73 25 Algés
sad 01.04.73 25 Coimbra - Municipal
sad 21.04.73 25 Algés
cac 29.01.77 25 Coimbra - Municipal
cac 12.02.77 25 Lisboa - Areiro
slb 26.02.77 25 Lisboa - Areiro
fpn 26.03.77 25 Trento
sfuap 11.07.78 25 SFUAP
cfp 10.02.79 25 Lisboa - Areiro
fpn 25.03.79 25 Atenas
anp 22.06.80 25 Porto - Antas
slb 22.11.80 25 Lisboa - Areiro
fpn 21.12.80 25 Antíbes
slb 11.04.81 25 Porto - Antas
slb 10.05.81 25 Aveiro
anl 28.02.82 25 Lisboa - Areiro
edv 23.02.90 25 Algés
cfp 20.05.90 25 Porto - Fluvial
cfp 01.03.92 25 Algés
cfp 24.05.92 25 Guimarães
cfp 14.02.93 25 Porto - Antas
cfp 27.02.93 25 Algés
cfp 20.06.93 25 Algés
sfuap 11.02.01 Estoril
abve 15.02.04 Estoril
abve 13.03.04 Tomar
abve 20.12.04 Cantanhede
aej 05.12.09 Leiria
aej 05.12.09 Leiria
aej 13.12.09 Ponte de Sôr

Júnior B - § (01.10.13)

1:08.85 Ana Pinho Rodrigues

aej 13.12.09 Ponte de Sôr

Júnior A - § (01.10.13)

1:09.02 Diana Duarte Gomes
1:08.02 Raquel Gomes Pereira

fpn 11.02.06 Belo Horizonte
sad 09.12.16 Funchal

Principiante - # (31.12.54)

1:49.0 Rosa Anjos Lopes
1:45.4 Rosa Anjos Lopes
1:44.9 Rosa Anjos Lopes
1:44.7 Fernanda Gomes Cunha

acp 09.07.43 33 Algés
acp 22.07.43 33 Algés
acp 01.08.43 33 Algés
sad 23.10.49 33 Algés

Antiga categoria Júnior - # (31.12.61)

1:48.4/5 Ilda Raposo
1:45.5 Maria Luísa Araújo
1:26.3 Regina Freitas Veloso

cfuc 06.10.40 33 Coimbra - Fluvial
sad 15.08.48 33 Algés
gdlm 02.04.56 33 GDLM

Sénior - § (1937)

1:39.1/5 Silvina Vieira Alves
1:28.9 Regina Freitas Veloso

sad 29.09.35 33 Algés
gdlm 02.02.58 33 GDLM

1:27.8 Regina Freitas Veloso
1:27.2 Regina Freitas Veloso
1:24.7 Regina Freitas Veloso
1:24.5 Graça Guedes Maia
1:24.1 Maria Teresa Oliveira
1:23.72 Maria Luz Mendes
1:23.32 Maria Luz Mendes
1:21.78 Ana Maria Chocalhinho
1:21.3 Ana Maria Chocalhinho
1:20.5 Ana Maria Chocalhinho
1:20.18 Paula Marisa Lamego
1:19.85 Paula Marisa Lamego
1:16.7 Teresa Paula Figueiras
1:15.1 Teresa Paula Figueiras
1:15.1 Paula Marisa Lamego
1:14.5 Paula Marisa Lamego
1:14.0 Paula Marisa Lamego
1:13.8 Paula Marisa Lamego
1:11.68 Joana Magalhães Soutinho
1:11.01 Joana Magalhães Soutinho
1:10.62 Joana Magalhães Soutinho
1:10.14 Joana Magalhães Soutinho
1:09.38 Diana Duarte Gomes
1:09.18 Diana Duarte Gomes
1:09.02 Diana Duarte Gomes
1:08.60 Diana Duarte Gomes
1:08.42 Diana Duarte Gomes
1:07.87 Diana Duarte Gomes
1:07.17 Diana Duarte Gomes

gdlm 02.03.58 33 GDLM
gdlm 19.12.59 25 AVCM
gdlm 20.12.59 25 AVCM
gdlm 14.02.71 25 AVCM
cac 29.03.75 25 Porto - Fluvial
cac 11.02.78 25 Lisboa - Areiro
fpn 18.03.78 25 Atenas
sfuap 12.11.78 25 Lisboa - Luz
sfuap 09.12.78 25 Algés
sfuap 21.07.79 25 SFUAP
fpn 22.01.83 50 Genebra
fpn 23.01.83 50 Genebra
fcp 12.03.83 25 Porto - Fluvial
fcp 26.03.83 25 Fafe
scp 20.07.85 25 Algés
scp 08.03.86 25 Algés
scp 08.03.87 25 Algés
scp 17.02.89 25 Algés
fcp 13.11.93 25 Algés
fpn 04.12.93 25 Palma de Maiorca
fpn 04.12.93 25 Palma de Maiorca
fcp 18.03.95 25 Algés
fpn 10.12.05 Trieste
fpn 10.12.05 Trieste
fpn 11.02.06 Belo Horizonte
cna 23.06.07 Senhora da Hora
fpn 15.12.07 Debreceen
fpn 12.12.09 Istambul
cna 19.12.09 Sto. Ant. Cavaleiros

Absoluto - § (1930)

1:51.2/5 Ilda Costa e Silva
1:49.2/5 Silvina Vieira Alves
1:47.4/5 Silvina Vieira Alves
1:44.0 Silvina Vieira Alves
1:43.2/5 Silvina Vieira Alves
1:39.1/5 Silvina Vieira Alves
1:29.3 Regina Freitas Veloso
1:26.3 Regina Freitas Veloso
1:24.7 Regina Freitas Veloso
1:24.5 Graça Guedes Maia
1:24.5 Maria Manuela Banha
1:24.1 Maria Teresa Oliveira
1:23.4 Paula Barata Alves
1:21.6 Maria Paula Santana
1:21.45 Maria Paula Santana
1:21.2 Maria Paula Santana
1:20.4 Teresa Paula Figueiras
1:19.95 Paula Marisa Lamego
1:19.9 Maria Teresa Sousa
1:18.8 Paula Marisa Lamego
1:18.7 Maria Teresa Sousa
1:18.4 Paula Marisa Lamego
1:17.5 Paula Marisa Lamego
1:17.0 Ana Cristina Peralta
1:16.90 Ana Cristina Peralta
1:16.3 Ana Cristina Peralta
1:15.9 Paula Marisa Lamego
1:15.9 Ana Cristina Peralta
1:15.1 Teresa Paula Figueiras
1:15.1 Paula Marisa Lamego
1:14.5 Paula Marisa Lamego
1:14.0 Paula Marisa Lamego
1:13.8 Paula Marisa Lamego
1:13.57 Joana Magalhães Soutinho
1:12.20 Joana Magalhães Soutinho
1:11.21 Joana Magalhães Soutinho
1:11.05 Joana Magalhães Soutinho
1:11.01 Joana Magalhães Soutinho
1:10.62 Joana Magalhães Soutinho
1:10.14 Joana Magalhães Soutinho
1:09.59 Diana Duarte Gomes

cnn 15.10.30 33 Algés
sad 11.10.31 33 Algés
sad 16.10.32 33 Algés
sad 13.08.33 33 Algés
sad 10.09.33 33 Algés
sad 29.09.35 33 Algés
gdlm 08.02.55 33 GDLM
gdlm 02.04.56 33 GDLM
gdlm 20.12.59 25 AVCM
gdlm 14.02.71 25 AVCM
sad 21.04.73 25 Algés
cac 29.03.75 25 Porto - Fluvial
sad 24.06.75 25 SFUAP
fcp 07.03.76 25 Porto - Antas
fpn 21.03.76 25 Trento
fcp 10.07.76 25 Porto - Antas
fcp 12.07.78 25 Porto - Fluvial
slb 13.04.79 25 Porto - Fluvial
sad 13.05.79 25 Aveiro
slb 03.06.79 25 Lisboa - Luz
sad 16.06.79 25 SFUAP
slb 09.07.79 25 Algés
slb 12.04.80 25 Lisboa - Luz
slb 19.07.80 50 Lisboa - Olivais
slb 02.08.80 50 Lisboa - Olivais
slb 18.01.81 25 Porto - Antas
slb 10.05.81 25 Aveiro
anl 28.02.82 25 Lisboa - Areiro
fcp 26.03.83 25 Fafe
scp 20.07.85 25 Algés
scp 08.03.86 25 Algés
scp 08.03.87 25 Algés
scp 17.02.89 25 Algés
cfp 24.05.92 25 Guimarães
cfp 14.02.93 25 Porto - Antas
cfp 27.02.93 25 Algés
cfp 20.06.93 25 Algés
fpn 04.12.93 25 Palma de Maiorca
fpn 04.12.93 25 Palma de Maiorca
fcp 18.03.95 25 Algés
abve 13.03.04 Tomar

1:09.58	Diana Duarte Gomes	abve	20.12.04	Cantanhede
1:09.38	Diana Duarte Gomes	fjn	10.12.05	Trieste
1:09.18	Diana Duarte Gomes	fjn	10.12.05	Trieste
1:09.02	Diana Duarte Gomes	fjn	11.02.06	Belo Horizonte
1:08.60	Diana Duarte Gomes	cna	23.06.07	Senhora da Hora
1:08.42	Diana Duarte Gomes	fjn	15.12.07	Debrecen
1:07.87	Diana Duarte Gomes	fjn	12.12.09	Istambul
1:07.17	Diana Duarte Gomes	cna	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros

200 BRUÇOS

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

3:25.5	Paula Barata Alves	fjn	09.06.73	50 Neheim-Hüsten
3:03.6	Isabel Cruz Pinheiro	fcj	27.07.73	25 Porto - Fluvial
3:02.7	Ana Maria Chocalhinho	anl	08.06.74	25 Algés
3:02.3	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	08.08.74	50 Lisboa - Olivais
3:00.4	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	17.09.74	25 SFUAP
2:59.9	Maria Paula Santana	fcj	28.12.75	25 Porto - Antas
2:58.0	Maria Paula Santana	fjn	29.05.76	25 Algés
2:55.2	Maria Paula Santana	fjn	12.06.76	25 Porto - Fluvial
2:54.9	Joana Maria Vitoriano	edv	04.08.85	25 SFUAP
2:54.0	Joana Maria Vitoriano	edv	23.03.86	25 Lisboa - Areeiro
2:53.7	Cátia Carvalho Serrão	slb	16.01.88	25 Lisboa - Areeiro
2:53.06	Ana Sofia Silva	ctap	24.03.89	25 Guimarães
2:51.8	Virgínia Soraya Gomes	anp	22.04.89	25 Porto - Antas
2:51.7	Alexandra Maria Jorge	cfj	25.04.89	25 Algés
2:51.2	Mariana Alves Cunha	aac	05.03.95	25 Coimbra - Municipal
2:46.41	Mariana Alves Cunha	aac	31.03.95	25 Felgueiras

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Infantil B - § (01.10.04)

2:46.14	Raquel Gomes Pereira	sad	02.06.12	Algés
2:45.30	Clara Gomes Pereira	sad	14.06.14	Algés

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:43.17 tempo limite

Infantil A - § (01.10.04)

2:42.50	Filipa Vilas Ruivo	dnmg	22.05.10	Nazaré
2:41.33	Raquel Gomes Pereira	sad	16.03.13	Sto. Ant. Cavaleiros
2:36.86	Clara Gomes Pereira	sad	06.06.15	Algés

Iniciado - § (1959) # (31.12.61)

3:48.0	Nita Machado Feronha	sad	06.08.59	33 Algés
3:38.5	Branca Margarida Baptista	gdjm	06.12.59	33 GDLM
3:37.4	Branca Margarida Baptista	gdjm	19.12.59	25 AVCM
3:36.7	Branca Margarida Baptista	gdjm	30.01.60	33 GDLM
3:35.7	Branca Margarida Baptista	gdjm	12.03.60	33 GDLM
3:28.1	Manuela Silva Nunes	sad	04.09.61	33 Algés

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

3:25.5	Conceição Tito Abreu	gdjm	13.04.63	33 GDLM
3:24.3	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	23.06.63	25 Lisboa - São Bento
3:23.4	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	27.09.63	25 Lisboa - São Bento
3:21.4	Isabel Ferreira de Carvalho	gdjm	11.01.64	25 AVCM
3:21.0	Isabel Ferreira de Carvalho	gdjm	02.02.64	25 AVCM
3:14.2	Júlia Garcês Sousa	csm	29.07.65	25 Funchal - Lido

Juvenil - § (01.01.67)

3:10.0	Graça Guedes Maia	sad	02.10.67	33 Algés
3:09.2	Maria Manuela Banha	sad	01.04.71	25 Lisboa - Areeiro
3:07.9	Isabel Morais Torres	aac	17.03.73	25 Algés
3:05.3	Isabel Morais Torres	adc	25.03.73	25 Coimbra - Municipal
3:04.1	Isabel Cruz Pinheiro	fcj	06.04.74	25 Lisboa - Areeiro
3:02.6	Isabel Cruz Pinheiro	anp	08.06.74	25 Algés
3:01.9	Isabel Morais Torres	aac	23.07.74	25 Coimbra - Municipal
2:59.9	Paula Barata Alves	sad	08.03.75	25 Algés
2:58.7	Paula Barata Alves	sad	30.03.75	25 Porto - Fluvial
2:58.4	Paula Barata Alves	sad	17.04.76	25 Porto - Antas
2:54.3	Paula Barata Alves	fjn	29.05.76	25 Algés
2:52.35	Maria Teresa Sousa	fjn	24.03.79	25 Atenas
2:51.94	Maria Teresa Sousa	sad	14.04.79	25 Porto - Fluvial
2:50.36	Maria Teresa Sousa	fjn	28.04.79	25 Porto - Fluvial
2:49.0	Teresa Paula Figueiras	fcj	06.01.80	25 Porto - Antas

2:48.4	Teresa Paula Figueiras	fcj	20.01.80	25 Lisboa - Areeiro
2:45.2	Paula Marisa Lamego	slb	29.03.80	25 Lisboa - Areeiro
2:45.1	Ana Cristina Peralta	anl	21.06.80	25 Porto - Fluvial
2:42.5	Ana Cristina Peralta	slb	01.07.80	25 Lisboa - Luz
2:41.2	Ana Cristina Peralta	slb	29.03.81	25 Lisboa - Areeiro
2:40.30	Ana Casal Tsukagoshi	cnac	01.03.96	25 Felgueiras

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:37.98	Mariana Alves Cunha	aac	15.02.97	25 Coimbra - Municipal
2:35.61	Mariana Alves Cunha	aac	01.03.97	25 Penafiel
2:34.51	Diana Duarte Gomes	abve	28.06.03	Reboleira

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

Juvenil B - § (01.10.13)

2:34.51	Diana Duarte Gomes	abve	28.06.03	Reboleira
---------	--------------------	------	----------	-----------

Juvenil A - § (01.10.13)

2:32.36	Diana Duarte Gomes	abve	07.02.04	Alcobaça
---------	--------------------	------	----------	----------

Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)

4:02.0	Maria Ester Ferreira	sclm	21.03.53	L. Marques
3:42.3	Maria Odete Lopes	gdjm	26.02.56	33 GDLM
3:38.4	Ana Vidal França	sclm	05.05.57	25 AVCM
3:36.2	Manuela Mullen Silva	gdjm	12.03.60	33 GDLM
3:35.9	Manuela Mullen Silva	gdjm	13.04.60	25 AVCM
3:23.7	Manuela Mullen Silva	fjn	06.08.60	33 Figueira da Foz
3:23.0	Manuela Mullen Silva	gdjm	19.08.60	33 Algés

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

3:19.7	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	21.06.64	25 Algés
3:11.0	Júlia Garcês Sousa	csm	25.06.66	25 Funchal - Lido
3:09.2	Graça Guedes Maia	fjn	27.07.68	50 Madrid
3:05.8	Graça Guedes Maia	sad	01.02.69	25 Lisboa - Areeiro
3:05.4	Graça Guedes Maia	fjn	16.08.69	50 Viena
3:04.4	Maria Manuela Lopes	avcm	20.08.72	50 Évora
3:02.8	Maria Manuela Banha	sad	22.07.73	25 SFUAP
3:02.3	Maria Luz Mendes	cac	22.12.76	25 Coimbra - Municipal
2:59.9	Liliana Mendes Santos	slb	22.01.77	25 Lisboa - Areeiro
2:59.3	Maria Luz Mendes	cac	18.03.77	25 Coimbra - Municipal
2:56.4	Liliana Mendes Santos	slb	19.03.77	25 Lisboa - Areeiro
2:56.3	Liliana Mendes Santos	slb	03.06.78	25 Lisboa - Areeiro
2:53.2	Maria Júlia Sobral	cac	16.03.79	25 Coimbra - Municipal
2:51.24	Maria Júlia Sobral	fjn	24.03.79	25 Atenas
2:51.1	Paula Marisa Lamego	slb	16.11.80	25 Lisboa - Luz
2:48.31	Paula Marisa Lamego	slb	05.12.80	25 Lisboa - Areeiro
2:44.28	Paula Marisa Lamego	fjn	14.03.81	25 Misgav-Am
2:43.9	Paula Marisa Lamego	slb	12.04.81	25 Porto - Antas
2:43.1	Paula Marisa Lamego	slb	13.06.81	25 Algés
2:42.8	Paula Marisa Lamego	anl	21.06.81	25 Porto - Fluvial
2:41.3	Ana Cristina Peralta	anl	20.02.82	25 Madrid
2:40.76	Ana Cristina Peralta	slb	28.03.82	25 Lisboa - Areeiro
2:39.5	Ana Cristina Peralta	slb	21.06.82	25 Lisboa - Luz
2:38.72	Joana Magalhães Soutinho	anp	09.05.92	25 Algés
2:37.28	Joana Magalhães Soutinho	cfj	13.02.93	25 Porto - Antas
2:35.06	Joana Magalhães Soutinho	cfj	26.02.93	25 Algés
2:35.01	Nádia Alexandra Correia	sfuap	24.03.00	Mealhada
2:34.96	Ana Rita Santos	cfb	10.05.03	Lisboa - Inatel
2:34.32	Diana Duarte Gomes	abve	31.10.03	Pinhal Novo
2:29.85	Ana Rita Santos	cfj	21.11.03	Paços de Ferreira
2:29.56	Ana Rita Santos	fjn	12.12.03	Dublin
2:29.56	Diana Duarte Gomes	abve	19.12.04	Cantanhede

Júnior B - § (01.10.13)

2:29.56	Diana Duarte Gomes	abve	19.12.04	Cantanhede
2:26.87	Raquel Gomes Pereira	sad	11.12.15	Porto - Fluvial

Júnior A - § (01.10.13)

2:26.77	Victoria Kaminskaya	fjn	29.01.12	Uster
2:26.47	Raquel Gomes Pereira	sad	10.12.16	Funchal

Principiante - # (31.12.54)

3:49.0	Rosa Anjos Lopes	acp	11.07.43	33 Alhandra
3:42.2	Fernanda Gomes Cunha	sad	21.08.49	33 Algés

Antiga categoria Júnior - # (31.12.61)

4:17.2/5	Alexandrina Jesus Pinto	fac	03.09.39	33 Coimbra – Fluvial
4:06.0	Ilda Raposo	cfuc	22.09.40	33 Coimbra – Fluvial
4:02.0	Ilda Raposo	cfuc	29.09.40	33 Coimbra – Fluvial
3:51.2/5	Ilda Raposo	cfuc	06.10.40	33 Coimbra – Fluvial
3:47.2	Rosa Anjos Lopes	acp	29.08.43	50 Espinho
3:40.8	Margarida Machado Neves	sad	13.09.53	33 Figueira da Foz
3:11.9	Regina Freitas Veloso	gdml	01.04.56	33 GDLM

Sénior - § (1937)

3:35.2/5	Silvina Vieira Alves	sad	04.10.36	33 Algés
3:35.2/5	Silvina Vieira Alves	sad	21.08.37	25 Covilhã
3:12.4	Regina Freitas Veloso	gdml	23.02.58	33 GDLM
3:11.8	Regina Freitas Veloso	gdml	09.03.58	33 GDLM
3:10.0	Regina Freitas Veloso	gdml	05.04.58	33 GDLM
3:08.0	Regina Freitas Veloso	gdml	23.08.58	33 Algés
3:07.4	Regina Freitas Veloso	gdml	05.12.59	33 GDLM
3:04.7	Regina Freitas Veloso	gdml	19.12.59	25 AVCM
3:01.2	Graça Guedes Maia	gdml	28.01.70	25 AVCM
3:00.5	Maria Teresa Oliveira	cac	30.03.75	25 Porto – Fluvial
2:59.46	Maria Luz Mendes	fpn	18.03.78	25 Atenas
2:55.78	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	03.12.78	25 Lisboa – Luz
2:55.72	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	14.04.79	25 Porto – Fluvial
2:55.5	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	19.05.79	25 Lisboa – P. de França
2:52.1	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	22.07.79	25 Algés
2:49.2	Paula Marisa Lamego	scp	08.01.83	25 Lisboa – Luz
2:48.2	Paula Marisa Lamego	scp	13.03.83	25 Lisboa – Areeiro
2:43.3	Teresa Paula Figueiras	fcp	13.03.83	25 Porto - Antas
2:41.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	27.03.83	25 Fafe
2:40.6	Paula Marisa Lamego	scp	09.03.86	25 Lisboa – Luz
2:40.37	Paula Marisa Lamego	fpn	29.12.87	25 Sabadell
2:39.49	Paula Marisa Lamego	slb	26.03.88	25 Porto - Antas
2:38.6	Paula Marisa Lamego	scp	14.01.89	25 Lisboa – Areeiro
2:38.0	Paula Marisa Lamego	scp	25.04.89	25 Algés
2:37.75	Joana Magalhães Soutinho	fcp	12.11.93	25 Algés
2:34.92	Joana Magalhães Soutinho	fcp	04.03.94	25 Braga
2:34.60	Joana Magalhães Soutinho	fpn	01.12.95	25 Rio de Janeiro
2:34.20	Joana Magalhães Soutinho	fpn	01.12.95	25 Rio de Janeiro
2:32.44	Joana Magalhães Soutinho	scb	07.03.97	25 Estoril
2:32.00	Bárbara Sousa Ferreira	cnmaia	22.11.02	Felgueiras
2:30.76	Bárbara Sousa Ferreira	fpn	13.12.02	Riesa
2:28.23	Diana Duarte Gomes	fpn	09.12.05	Trieste
2:26.02	Diana Duarte Gomes	fpn	11.11.09	Estocolmo
2:25.87	Diana Duarte Gomes	cna	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros

Absoluto

3:53.1/5	Silvina Vieira Alves	sad	14.09.33	33 Algés
3:45.2/5	Silvina Vieira Alves	sad	19.08.34	33 Algés
3:37.2/5	Silvina Vieira Alves	sad	15.09.35	33 Algés
3:35.2/5	Silvina Vieira Alves	sad	04.10.36	33 Algés
3:35.2/5	Silvina Vieira Alves	sad	21.08.37	25 Covilhã
3:11.9	Regina Freitas Veloso	gdml	01.04.56	33 GDLM
3:11.8	Regina Freitas Veloso	gdml	09.03.58	33 GDLM
3:10.0	Regina Freitas Veloso	gdml	05.04.58	33 GDLM
3:08.0	Regina Freitas Veloso	gdml	23.08.58	33 Algés
3:07.4	Regina Freitas Veloso	gdml	05.12.59	33 GDLM
3:04.7	Regina Freitas Veloso	gdml	19.12.59	25 AVCM
3:01.2	Graça Guedes Maia	gdml	28.01.70	25 AVCM
3:00.4	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	17.09.74	25 SFUAP
2:59.9	Paula Barata Alves	sad	08.03.75	25 Algés
2:58.7	Paula Barata Alves	sad	30.03.75	25 Porto – Fluvial
2:58.4	Paula Barata Alves	sad	17.04.76	25 Porto - Antas
2:54.3	Paula Barata Alves	fpn	29.05.76	25 Algés
2:53.2	Maria Júlia Sobral	cac	16.03.79	25 Coimbra – Municipal
2:51.24	Maria Júlia Sobral	fpn	24.03.79	25 Atenas
2:50.36	Maria Teresa Sousa	fpn	28.04.79	25 Porto – Fluvial
2:49.0	Teresa Paula Figueiras	fcp	06.01.80	25 Porto - Antas
2:48.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	20.01.80	25 Lisboa – Areeiro
2:45.2	Paula Marisa Lamego	slb	29.03.80	25 Lisboa – Areeiro
2:45.1	Ana Cristina Peralta	anl	21.06.80	25 Porto – Fluvial
2:42.5	Ana Cristina Peralta	slb	01.07.80	25 Lisboa – Luz
2:41.2	Ana Cristina Peralta	slb	29.03.81	25 Lisboa – Areeiro

2:40.76	Ana Cristina Peralta	slb	28.03.82	25 Lisboa – Areeiro
2:39.5	Ana Cristina Peralta	slb	21.06.82	25 Lisboa – Luz
2:39.49	Paula Marisa Lamego	slb	26.03.88	25 Porto - Antas
2:38.6	Paula Marisa Lamego	scp	14.01.89	25 Lisboa – Areeiro
2:38.0	Paula Marisa Lamego	scp	25.04.89	25 Algés
2:37.28	Joana Magalhães Soutinho	fcp	13.02.93	25 Porto - Antas
2:35.06	Joana Magalhães Soutinho	fcp	26.02.93	25 Algés
2:34.92	Joana Magalhães Soutinho	fcp	04.03.94	25 Braga
2:34.60	Joana Magalhães Soutinho	fpn	01.12.95	25 Rio de Janeiro
2:34.20	Joana Magalhães Soutinho	fpn	01.12.95	25 Rio de Janeiro
2:32.44	Joana Magalhães Soutinho	scb	07.03.97	25 Estoril
2:32.00	Bárbara Sousa Ferreira	cnmaia	22.11.02	Felgueiras
2:30.76	Bárbara Sousa Ferreira	fpn	13.12.02	Riesa
2:29.85	Ana Rita Santos	cfb	21.11.03	Paços de Ferreira
2:29.56	Ana Rita Santos	fpn	12.12.03	Dublin
2:29.56	Diana Duarte Gomes	abve	19.12.04	Cantanhede
2:28.23	Diana Duarte Gomes	fpn	09.12.05	Trieste
2:26.02	Diana Duarte Gomes	fpn	11.11.09	Estocolmo
2:25.87	Diana Duarte Gomes	cna	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros

#400 BRUÇOS**Principiante - # (1953)**

9:12.0	Maria José Simões	aac	03.10.41	33 Coimbra – Fluvial
8:06.0	Rosa Anjos Lopes	acp	19.06.43	33 Algés

Antiga categoria Júnior - # (1953)

8:43.4/5	Ilda Raposo	cfuc	03.10.40	33 Coimbra – Fluvial
8:19.4	Rosa Anjos Lopes	acp	01.08.43	33 Algés
8:00.0	Maria Luísa Araújo	sad	19.08.48	33 Algés

Sénior - # (1953)

7:27.1/5	Silvina Vieira Alves	sad	22.08.37	25 Covilhã
----------	----------------------	-----	----------	------------

Absoluto - # (1953)

7:27.1/5	Silvina Vieira Alves	sad	22.08.37	25 Covilhã
----------	----------------------	-----	----------	------------

#4X100 BRUÇOS**Absoluto - clubes - § (01.10.79)**

5:30.0	tempo limite			
--------	--------------	--	--	--

4X200 BRUÇOS**Absoluto - clubes - § (01.10.79)**

11:52.0	tempo limite			
---------	--------------	--	--	--

50 COSTAS**Júnior - § (01.10.04) # (30.09.13)**

0:29.89	tempo limite			
0:29.69	Sofia Pavão Machado	cnpd	02.05.09	Ponta Delgada
0:29.52	Inês Camacho Fernandes	scp	17.12.11	Mealhada
0:28.45	Inês Camacho Fernandes	scp	07.12.12	Porto – Fluvial
0:28.42	Inês Camacho Fernandes	scp	08.12.12	Porto – Fluvial

Júnior B - § (01.10.13)

0:28.42	Inês Camacho Fernandes	scp	08.12.12	Porto – Fluvial
---------	------------------------	-----	----------	-----------------

Júnior A - § (01.10.13)

0:29.74	Cátia Raquel Martinheira	ldc	02.12.11	Silves
0:28.53	Inês Camacho Fernandes	scp	21.12.13	Felgueiras

Sénior - § (01.10.04)

0:28.71	tempo limite			
0:28.42	Marta Vieira Marinho	fcp	10.12.10	Guarda

0:28.39	Ana Sofia Leite	gcvr	19.12.14	Porto - Fluvial
0:28.22	Ana Sofia Leite	gcvr	20.12.14	Porto - Fluvial
0:28.07	Ana Sofia Leite	gcvr	06.06.15	Algés

Absoluto - § (01.06.98)

0:29.49	tempo limite			
0:29.48	Maria Carlos Santos	fpn	13.12.98	Sheffield
0:29.13	Maria Carlos Santos	fpn	11.12.99	Jamor
0:28.92	Maria Carlos Santos	fpn	11.12.99	Jamor
0:28.71	Maria Carlos Santos	fpn	11.12.99	Jamor
0:28.42	Marta Vieira Marinho	fcp	10.12.10	Guarda
0:28.42	Inês Camacho Fernandes	scp	08.12.12	Porto - Fluvial
0:28.39	Ana Sofia Leite	gcvr	19.12.14	Porto - Fluvial
0:28.22	Ana Sofia Leite	gcvr	20.12.14	Porto - Fluvial
0:28.07	Ana Sofia Leite	gcvr	06.06.15	Algés

100 COSTAS

Infantil - § (28.05.73)

1:24.0	Luísa Cavaleiro Madeira	fpn	10.06.73	50 Neheim-Hüsten
1:23.4	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	17.06.73	25 Algés
1:23.0	Isabel Pessanha Teixeira	fcp	05.08.73	25 Porto - Fluvial
1:20.8	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	11.08.73	25 Algés
1:18.9	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	03.03.74	25 Algés
1:16.6	Maria Paula Santana	fcp	15.02.76	25 Porto - Antas
1:16.0	Maria Paula Santana	fcp	05.06.76	25 Porto - Antas
1:14.99	Teresa Paula Figueiras	fcp	13.02.77	25 Lisboa - Areeiro
1:14.81	Teresa Paula Figueiras	fpn	02.04.77	25 Luxemburgo
1:14.5	Teresa Paula Figueiras	fcp	05.06.77	25 Porto - Antas
1:14.13	Alexandra Maria Silva	fcp	04.05.80	50 Mulhouse
1:14.1	Ana Antas de Barros	sad	09.05.82	25 Lisboa - Areeiro
1:13.7	Patrícia Melo Alves	slb	10.03.85	25 Lisboa - Luz
1:12.9	Patrícia Melo Alves	slb	04.05.85	25 Algés
1:12.0	Patrícia Melo Alves	slb	01.08.85	25 SFUAP
1:12.0	Patrícia Melo Alves	slb	04.08.85	25 SFUAP
1:11.2	Joana Maria Vitoriano	edv	31.05.86	25 Viana do Castelo

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:13.2	tempo limite			
1:12.83	Keissy Joselyn Sousa	fcp	15.12.96	25 Guimarães
1:12.81	Keissy Joselyn Sousa	fcp	25.01.97	25 Porto - Antas
1:11.22	Keissy Joselyn Sousa	fcp	22.02.97	25 Guimarães
1:10.26	Keissy Joselyn Sousa	fcp	14.03.97	25 Alcobça
1:10.04	Keissy Joselyn Sousa	fcp	27.04.97	50 Toulouse

Infantil B - § (01.10.04)

1:10.23	Catarina Alexandra Jardim	gdnfama	06.03.10	Ponte da Barca
1:10.23	Ana Margarida Guedes	gcvr	02.02.13	Felgueiras
1:10.06	Ana Margarida Guedes	gcvr	15.03.13	Porto - Fluvial
1:09.96	Ana Margarida Guedes	arnn	13.04.13	Abrantes
1:09.26	Carolina Miranda Fernandes	cga	26.03.17	Mealhada
1:06.85	Carolina Miranda Fernandes	cga	07.04.17	Mealhada

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:11.2	tempo limite			
1:09.98	Keissy Joselyn Sousa	fcp	06.12.97	25 Lousada
1:08.72	Keissy Joselyn Sousa	fcp	21.12.97	25 Vila do Conde
1:08.52	Keissy Joselyn Sousa	fcp	10.01.98	25 Estoril
1:06.59	Keissy Joselyn Sousa	annp	15.02.98	25 Gijón
1:06.53	Keissy Joselyn Sousa	fcp	13.03.98	25 Algés

Infantil A - § (01.10.04)

1:05.86	Inês Camacho Fernandes	scp	05.03.10	Tavira
1:04.85	Filipa Ramos Teixeira	scp	18.03.16	Tomar

Iniciado - § (17.07.44) # (31.12.61)

1:40.4	Lucília Silva Angeja	sad	01.10.44	33 Algés
1:39.4	Inês Santos Teixeira	sad	03.09.50	33 Algés
1:38.5	Fernanda Santos Campos	gdlim	16.04.55	L. Marques
1:34.9	Elza Maria Ferreira	aac	19.08.55	33 Coimbra - Municipal
1:30.7	Gabriela Rosado Lopes	sclm	23.08.58	33 Aveiro SCBM

1:30.0	Gabriela Rosado Lopes	sclm	07.02.59	33 GDLM
Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)				
1:26.0	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	09.06.63	33 Algés
1:25.6	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	27.06.63	25 Algés
1:21.9	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	17.07.63	33 Algés
1:20.8	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	18.07.63	33 Algés
1:20.1	Maria do Céu Castelo Branco	sad	25.08.66	25 Lisboa - São Bento

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

1:19.6	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	09.08.67	25 Lisboa - São Bento
1:19.4	Manuela Mendes Silva	aac	04.04.71	25 Coimbra - Municipal
1:19.3	Francisca Pessanha Teixeira	fcp	14.07.71	25 Porto - Antas
1:17.8	Manuela Mendes Silva	aac	21.07.71	25 Coimbra - Municipal
1:17.0	Olimpia Maria Otão	gdlim	25.08.73	50 Lisboa - Olivais
1:16.2	Margarida Mendes Silva	cac	17.04.76	25 Porto - Antas
1:15.7	Margarida Mendes Silva	cac	20.06.76	25 Coimbra - Municipal
1:15.6	Maria Paula Santana	fcp	09.04.77	25 Viseu - Municipal
1:14.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	18.12.77	25 Porto - Antas
1:12.2	Teresa Paula Figueiras	fcp	22.01.78	25 Porto - Fluvial
1:12.08	Teresa Paula Figueiras	fcp	12.02.78	25 Lisboa - Areeiro
1:12.04	Teresa Paula Figueiras	fpn	19.03.78	25 Atenas
1:10.7	Teresa Paula Figueiras	fcp	03.06.78	25 Porto - Antas
1:10.7	Teresa Paula Figueiras	fcp	03.07.78	25 Porto - Antas
1:10.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	12.07.78	25 Porto - Fluvial
1:09.52	Teresa Paula Figueiras	fcp	10.02.79	25 Lisboa - Areeiro
1:08.9	Teresa Paula Figueiras	fcp	01.07.79	25 Porto - Antas
1:08.80	Teresa Paula Figueiras	fpn	10.02.80	25 Paris
1:08.5	Teresa Paula Figueiras	fcp	16.03.80	25 Porto - Fluvial
1:08.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	20.07.80	25 Porto - Antas
1:08.4	Petra Quintela Chaves	sad	13.02.92	25 Algés
1:06.86	Petra Quintela Chaves	sad	27.02.92	25 Algés
1:05.6	Petra Quintela Chaves	sad	23.05.92	25 Algés

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:05.56	Susana Patrícia Miguel	sfuap	17.04.04	Mealhada
---------	------------------------	-------	----------	----------

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

1:05.26	Cátia Raquel Martinheira	ldc	14.11.08	Tavira
1:04.91	Cátia Raquel Martinheira	ldc	15.11.08	Tavira
1:04.10	Cátia Raquel Martinheira	ldc	20.12.08	Sines
1:02.96	Inês Camacho Fernandes	scp	12.02.11	Estoril

Juvenil B - § (01.10.13)

1:02.96	Inês Camacho Fernandes	scp	12.02.11	Estoril
---------	------------------------	-----	----------	---------

Juvenil A - § (01.10.13)

1:01.43	Inês Camacho Fernandes	scp	17.12.11	Mealhada
---------	------------------------	-----	----------	----------

Antiga categoria Aspirante # (31.12.61)

2:53.0	Maria Arminda Silva	fcp	30.08.52	25 Oliveira de Azeméis
1:36.0	Maria Graça Paiva	gdlim	01.02.53	33 GDLM
1:34.6	Maria Graça Paiva	gdlim	21.02.53	L. Marques
1:30.9	Elza Maria Ferreira	aac	03.09.55	33 Figueira da Foz
1:30.0	Fernanda Santos Campos	sclm	05.04.58	33 GDLM
1:29.5	Fernanda Santos Campos	sclm	19.04.58	33 GDLM
1:28.3	Fernanda Santos Campos	sclm	23.08.58	33 Aveiro SCBM
1:28.0	Bernardete Sousa e Brito	gdlim	05.12.59	33 GDLM
1:27.9	Bernardete Sousa e Brito	gdlim	13.02.60	33 GDLM
1:27.5	Bernardete Sousa e Brito	gdlim	12.03.60	33 GDLM
1:25.8	Bernardete Sousa e Brito	gdlim	10.04.60	25 AVCM

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

1:20.0	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	31.05.64	25 Lisboa - São Bento
1:19.5	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	19.06.64	25 Algés
1:18.9	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	21.04.68	25 AVCM
1:17.6	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	24.08.68	50 Beja
1:17.1	Ana Cristina Patacas	sad	13.04.71	25 Lisboa - Areeiro
1:16.9	Maria Teresa Faria	cac	17.04.76	25 Porto - Antas
1:16.9	Maria Teresa Faria	fpn	13.06.76	25 Porto - Fluvial
1:16.6	Maria Teresa Faria	cac	20.06.76	25 Coimbra - Municipal
1:14.5	Maria Teresa Faria	cac	16.07.76	25 Coimbra - Municipal
1:14.5	Maria Teresa Faria	cac	13.02.77	25 Lisboa - Areeiro
1:13.5	Maria Teresa Faria	cac	18.03.77	25 Coimbra - Municipal
1:13.4	Maria Teresa Faria	cac	09.04.77	25 Viseu - Municipal
1:12.97	Aida Leite da Silva	fcp	14.04.79	25 Porto - Fluvial
1:09.5	Teresa Paula Figueiras	fcp	30.11.80	25 Porto - Antas

1:08.56	Teresa Paula Figueiras	fpn	20.12.80	25 Antibes
1:08.34	Teresa Paula Figueiras	fpn	07.02.81	25 Paris
1:08.1	Teresa Paula Figueiras	fcp	26.07.81	25 Porto - Antas
1:07.65	Teresa Paula Figueiras	fpn	06.02.82	25 Paris
1:06.81	Ana Antas de Barros	sad	23.03.86	25 Porto - Antas
1:06.73	Maria Carlos Santos	gesl	11.02.93	25 Algés
1:05.77	Petra Quintela Chaves	sad	11.02.93	25 Algés
1:04.07	Petra Quintela Chaves	sad	25.02.93	25 Algés
1:03.40	Petra Quintela Chaves	sad	03.12.93	25 Palma de Maiorca
1:03.22	Susana Correia Oliveira	cfb	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
1:03.03	Lisa Marisa Soares	cna	04.12.10	Porto - Fluvial
1:02.28	Inês Camacho Fernandes	scp	17.12.11	Mealhada
1:01.43	Inês Camacho Fernandes	scp	17.12.11	Mealhada
Júnior B - § (01.10.13)				
1:01.55	Inês Camacho Fernandes	scp	08.12.12	Porto
Júnior A - § (01.10.13)				
1:02.81	Cátia Raquel Martinheira	fpn	29.01.12	Uster
1:02.16	Inês Camacho Fernandes	scp	21.12.13	Felgueiras
1:01.56	Inês Camacho Fernandes	scp	22.12.13	Felgueiras
Principiante - # (31.12.54)				
1:38.2	Ana Dinis Linheiro	cfb	17.08.44	33 Algés
1:31.4	Ana Dinis Linheiro	cfb	15.10.44	33 Algés
Antiga categoria Júnior - # (31.12.61)				
1:53.3/5	Maria Ester Cabral	sad	08.08.37	33 Algés
1:52.0	Maria Ester Cabral	sad	22.08.37	25 Covilhã
1:50.2	Isabel Jesus Costa	spcc	17.08.41	33 Coimbra - Fluvial
1:46.1/5	Isabel Jesus Costa	spcc	07.09.41	33 Coimbra - Fluvial
1:36.5	Maria Lourdes Bessone Basto	sad	25.07.43	33 Algés
1:33.9	Ana Dinis Linheiro	cfb	26.07.45	33 Algés
1:31.7	Maria Graça Paiva	gdIm	11.04.53	33 GDLM
1:30.7	Fernanda Santos Campos	scIm	27.08.58	33 Figueira da Foz
1:26.4	Fernanda Santos Campos	scIm	02.09.58	33 Algés
1:26.2	Bernardete Sousa e Brito	gdIm	08.12.60	33 GDLM
1:25.5	Bernardete Sousa e Brito	gdIm	17.12.60	25 AVCM
Sénior - § (1937)				
1:37.1/5	Maria Gourinho	sad	23.08.36	33 Curia
1:34.0	Maria Gourinho	sad	23.07.39	33 Algés
1:30.0	Maria Graça Paiva	gdIm	08.02.55	33 GDLM
1:27.6	Fernanda Santos Campos	scIm	07.09.58	50 Luso
1:26.0	Fernanda Santos Campos	scIm	05.12.59	33 GDLM
1:25.0	Fernanda Santos Campos	scIm	15.08.60	25 Lisboa - São Bento
1:24.6	Berta Maria Madeira	sad	09.09.61	33 Tomar
1:24.4	Berta Maria Madeira	fpn	08.07.62	50 Barcelona
1:24.0	Berta Maria Madeira	sad	19.08.62	25 Oliveira de Azeméis
1:23.5	Berta Maria Madeira	sad	19.06.63	25 Algés
1:23.4	Berta Maria Madeira	sad	23.06.63	25 Lisboa - São Bento
1:23.1	Berta Maria Madeira	sad	18.07.63	33 Algés
1:22.4	Berta Maria Madeira	sad	21.08.63	25 Lisboa - São Bento
1:21.9	Berta Maria Madeira	sad	21.08.63	25 Lisboa - São Bento
1:21.3	Berta Maria Madeira	sad	19.06.64	25 Algés
1:19.8	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	22.09.64	33 Algés
1:18.6	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	20.06.66	25 Algés
1:18.4	Maria Lurdes Pessoa Duarte	fpn	16.07.66	25 Lisboa - São Bento
1:17.7	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	25.06.67	25 Lisboa - São Bento
1:17.0	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	19.08.70	25 Lisboa - Pedrouços
1:16.6	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	29.08.70	50 Beja
1:15.6	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	28.08.71	50 Coimbra
1:15.4	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	19.08.72	50 Évora
1:15.0	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	16.08.73	50 Coimbra
1:14.4	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	25.08.73	50 Lisboa - Olivais
1:13.9	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	25.08.74	25 Algés
1:13.7	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	19.08.70	25 Lisboa - Pedrouços
1:13.7	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	29.08.70	50 Beja
1:13.6	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	28.08.71	50 Coimbra
1:13.5	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	19.08.72	50 Évora
1:13.4	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	16.08.73	50 Coimbra
1:13.4	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	25.08.73	50 Lisboa - Olivais
1:13.3	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	25.08.74	25 Algés
1:13.7	Dulce Miranda Gouveia	cac	30.03.75	25 Porto - Fluvial
1:13.7	Dulce Miranda Gouveia	cac	28.06.75	25 Algés
1:13.5	Dulce Miranda Gouveia	cac	18.03.77	25 Coimbra - Municipal
1:13.4	Maria Teresa Faria	cac	09.04.77	25 Viseu - Municipal
1:12.2	Teresa Paula Figueiras	fcp	22.01.78	25 Porto - Fluvial
1:12.08	Teresa Paula Figueiras	fcp	12.02.78	25 Lisboa - Areeiro
1:12.04	Teresa Paula Figueiras	fpn	19.03.78	25 Atenas
1:10.7	Teresa Paula Figueiras	fcp	03.06.78	25 Porto - Antas
1:10.7	Teresa Paula Figueiras	fcp	03.07.78	25 Porto - Antas
1:10.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	12.07.78	25 Porto - Fluvial
1:09.52	Teresa Paula Figueiras	fcp	10.02.79	25 Lisboa - Areeiro
1:08.9	Teresa Paula Figueiras	fcp	01.07.79	25 Porto - Antas
1:08.80	Teresa Paula Figueiras	fpn	10.02.80	25 Paris
1:08.5	Teresa Paula Figueiras	fcp	16.03.80	25 Porto - Fluvial
1:08.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	20.07.80	25 Porto - Antas
1:08.34	Teresa Paula Figueiras	fpn	07.02.81	25 Paris
1:08.1	Teresa Paula Figueiras	fcp	26.07.81	25 Porto - Antas
1:07.88	Teresa Paula Figueiras	fpn	15.04.83	50 Lisboa - Olivais

1:07.8	Teresa Paula Figueiras	fpn	31.03.85	25 Algés
1:07.0	Ana Antas de Barros	sad	15.02.87	25 Algés
1:06.4	Ana Antas de Barros	sad	28.02.87	25 Algés
1:06.34	Ana Antas de Barros	sad	18.06.88	25 Algés
1:06.1	Ana Antas de Barros	sad	29.01.89	25 Algés
1:05.4	Ana Antas de Barros	sad	18.02.89	25 Algés
1:05.2	Ana Antas de Barros	sad	19.02.89	25 Algés
1:03.2	Ana Antas de Barros	sad	25.05.91	25 Algés
1:02.44	Ana Antas de Barros	sad	25.02.93	25 Algés
1:02.29	Maria Carlos Santos	fpn	20.04.97	25 Gotemburgo
1:01.99	Maria Carlos Santos	fpn	09.12.99	Jamor
1:00.69	Marta Vieira Marinho	fcp	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
1:00.64	Ana Sofia Leite	gcvr	12.12.15	Porto - Fluvial
Absoluto - § (1930)				
2:02.1/5	Silvina Vieira Alves	sad	19.10.30	33 Algés
2:02.0	Silvina Vieira Alves	sad	02.08.31	33 Algés
1:59.0	Silvina Vieira Alves	sad	05.08.31	33 Algés
1:54.1/5	Silvina Vieira Alves	sad	11.10.31	33 Algés
1:52.3/5	Silvina Vieira Alves	sad	30.07.32	33 Algés
1:48.4/5	Maria Gourinho	cnn	30.07.33	33 Algés
1:44.2/5	Silvina Vieira Alves	sad	13.08.33	33 Algés
1:37.2/5	Maria Gourinho	sad	26.07.36	33 Algés
1:37.1/5	Maria Gourinho	sad	23.08.36	33 Curia
1:34.0	Maria Gourinho	sad	23.07.39	33 Algés
1:31.4	Ana Dinis Linheiro	cfb	15.10.44	33 Algés
1:30.0	Maria Graça Paiva	gdIm	08.02.55	33 GDLM
1:30.0	Fernanda Santos Campos	scIm	05.04.58	33 GDLM
1:29.5	Fernanda Santos Campos	scIm	19.04.58	33 GDLM
1:28.3	Fernanda Santos Campos	scIm	23.08.58	33 Aveiro SCBM
1:26.4	Fernanda Santos Campos	scIm	02.09.58	33 Algés
1:26.0	Fernanda Santos Campos	scIm	05.12.59	33 GDLM
1:25.8	Bernardete Sousa e Brito	gdIm	10.04.60	25 AVCM
1:25.0	Fernanda Santos Campos	scIm	15.08.60	25 Lisboa - São Bento
1:24.6	Berta Maria Madeira	sad	09.09.61	33 Tomar
1:24.4	Berta Maria Madeira	fpn	08.07.62	50 Barcelona
1:24.0	Berta Maria Madeira	sad	19.08.62	25 Oliveira de Azeméis
1:23.5	Berta Maria Madeira	sad	19.06.63	25 Algés
1:23.4	Berta Maria Madeira	sad	23.06.63	25 Lisboa - São Bento
1:21.9	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	17.07.63	33 Algés
1:20.8	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	18.07.63	33 Algés
1:20.0	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	31.05.64	25 Lisboa - São Bento
1:19.5	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	19.06.64	25 Algés
1:18.6	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	20.06.66	25 Algés
1:18.4	Maria Lurdes Pessoa Duarte	fpn	16.07.66	25 Lisboa - São Bento
1:17.7	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	25.06.67	25 Lisboa - São Bento
1:17.6	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	24.08.68	50 Beja
1:17.0	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	19.08.70	25 Lisboa - Pedrouços
1:16.6	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	29.08.70	50 Beja
1:15.6	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	28.08.71	50 Coimbra
1:15.4	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	19.08.72	50 Évora
1:15.0	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	16.08.73	50 Coimbra
1:14.4	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	25.08.73	50 Lisboa - Olivais
1:13.9	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	25.08.74	25 Algés
1:13.7	Dulce Miranda Gouveia	cac	30.03.75	25 Porto - Fluvial
1:13.7	Dulce Miranda Gouveia	cac	28.06.75	25 Algés
1:13.5	Maria Teresa Faria	cac	18.03.77	25 Coimbra - Municipal
1:13.4	Maria Teresa Faria	cac	09.04.77	25 Viseu - Municipal
1:12.2	Teresa Paula Figueiras	fcp	22.01.78	25 Porto - Fluvial
1:12.08	Teresa Paula Figueiras	fcp	12.02.78	25 Lisboa - Areeiro
1:12.04	Teresa Paula Figueiras	fpn	19.03.78	25 Atenas
1:10.7	Teresa Paula Figueiras	fcp	03.06.78	25 Porto - Antas
1:10.7	Teresa Paula Figueiras	fcp	03.07.78	25 Porto - Antas
1:10.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	12.07.78	25 Porto - Fluvial
1:09.52	Teresa Paula Figueiras	fcp	10.02.79	25 Lisboa - Areeiro
1:08.9	Teresa Paula Figueiras	fcp	01.07.79	25 Porto - Antas
1:08.80	Teresa Paula Figueiras	fpn	10.02.80	25 Paris
1:08.5	Teresa Paula Figueiras	fcp	16.03.80	25 Porto - Fluvial
1:08.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	20.07.80	25 Porto - Antas
1:08.34	Teresa Paula Figueiras	fpn	07.02.81	25 Paris
1:08.1	Teresa Paula Figueiras	fcp	26.07.81	25 Porto - Antas
1:07.65	Teresa Paula Figueiras	fpn	06.02.82	25 Paris

1:06.81	Ana Antas de Barros	sad	23.03.86	25 Porto - Antas
1:06.4	Ana Antas de Barros	sad	28.02.87	25 Algés
1:06.34	Ana Antas de Barros	sad	18.06.88	25 Algés
1:06.1	Ana Antas de Barros	sad	29.01.89	25 Algés
1:05.4	Ana Antas de Barros	sad	18.02.89	25 Algés
1:05.2	Ana Antas de Barros	sad	19.02.89	25 Algés
1:03.2	Ana Antas de Barros	sad	25.05.91	25 Algés
1:02.44	Ana Antas de Barros	sad	25.02.93	25 Algés
1:02.29	Maria Carlos Santos	fpn	20.04.97	25 Gotemburgo
1:01.99	Maria Carlos Santos	fpn	09.12.99	Jamor
1:00.69	Marta Vieira Marinho	fcp	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
1:00.64	Ana Sofia Leite	gcvr	12.12.15	Porto - Fluvial

200 COSTAS

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

2:58.3	Luísa Cavaleiro Madeira	fpn	09.06.73	50 Neheim-Hüsten
2:52.5	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	14.07.73	25 Algés
2:51.5	Luísa Cavaleiro Madeira	anl	09.06.74	25 Algés
2:48.4	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	11.08.74	50 Lisboa - Olivais
2:45.1	Maria Paula Santana	fcp	04.01.76	25 Porto - Antas
2:44.9	Maria Paula Santana	fcp	27.03.76	25 Porto - Antas
2:44.4	Maria Joana Delerue	fpn	30.05.76	25 Algés
2:42.6	Maria Joana Delerue	fpn	12.06.76	25 Porto - Fluvial
2:42.3	Teresa Paula Figueiras	fcp	10.07.76	25 Porto - Antas
2:41.8	Teresa Paula Figueiras	fcp	26.02.77	25 Porto - Antas
2:40.3	Teresa Paula Figueiras	fcp	12.03.77	25 Porto - Antas
2:38.76	Teresa Paula Figueiras	fpn	03.04.77	25 Luxemburgo
2:38.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	28.05.77	25 Porto - Antas
2:37.5	Teresa Paula Figueiras	fcp	16.07.77	25 Porto - Fluvial
2:36.9	Alexandra Maria Silva	fcp	23.02.80	25 Porto - Antas
2:34.4	Patrícia Melo Alves	slb	01.08.85	25 SFUAP

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:35.55	tempo limite			
2:31.01	Keissy Joselyn Sousa	fcp	23.02.97	25 Guimaráes
2:27.92	Keissy Joselyn Sousa	fcp	16.03.97	25 Alcobaça

Infantil B - § (01.10.04)

2:27.90	Carolina Miranda Fernandes	cga	26.03.17	Mealhada
---------	----------------------------	-----	----------	----------

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:34.4	tempo limite			
2:30.11	Ana Paris Leal	slb	16.03.97	25 Alcobaça
2:27.56	Keissy Joselyn Sousa	fcp	06.12.97	25 Lousada
2:22.25	Keissy Joselyn Sousa	fcp	15.03.98	25 Algés

Infantil A - § (01.10.04)

2:21.33	Rafaela Gomes Azevedo	sad	06.06.15	Algés
---------	-----------------------	-----	----------	-------

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

3:27.7	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	25.08.62	33 Algés
3:19.8	Lili Pinto de Oliveira	fcp	09.09.62	33 Figueira da Foz
2:59.5	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	27.06.63	25 Algés
2:57.7	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	15.09.63	25 Lisboa - São Bento
2:52.0	Maria do Céu Castelo Branco	sad	16.09.66	33 Algés

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

2:49.6	Manuela Mendes Silva	aac	04.07.71	25 Coimbra - Municipal
2:47.4	Olímpia Maria Otão	gdml	19.08.73	50 Coimbra
2:45.4	Olímpia Maria Otão	gdml	26.08.73	50 Lisboa - Olivais
2:45.4	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	27.03.76	25 Lisboa - Areeiro
2:42.3	Margarida Mendes Silva	cac	15.04.76	25 Porto - Antas
2:40.5	Maria Joana Delerue	sad	12.03.77	25 Lisboa - Areeiro
2:33.40	Teresa Paula Figueiras	fpn	18.03.78	25 Atenas
2:32.1	Teresa Paula Figueiras	fcp	08.07.78	25 Porto - Antas
2:31.2	Teresa Paula Figueiras	fcp	13.01.79	25 Porto - Antas
2:30.36	Teresa Paula Figueiras	fpn	24.03.79	25 Atenas
2:29.8	Teresa Paula Figueiras	fcp	23.06.79	25 Porto - Fluvial
2:28.0	Teresa Paula Figueiras	anp	22.12.79	25 Lisboa - Areeiro
2:27.37	Teresa Paula Figueiras	fpn	09.02.80	25 Paris
2:27.01	Teresa Paula Figueiras	fpn	09.02.80	25 Paris
2:26.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	12.04.80	25 Porto - Antas
2:26.2	Teresa Paula Figueiras	anp	22.06.80	25 Porto - Antas

2:19.98	Petra Quintela Chaves	sad	27.02.92	25 Algés
---------	-----------------------	-----	----------	----------

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:19.15	Susana Patrícia Miguel	sfuap	16.05.04	Alhandra
---------	------------------------	-------	----------	----------

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

2:17.86	Cátia Raquel Martinheira	ldc	21.12.08	Sines
---------	--------------------------	-----	----------	-------

Juvenil B - § (01.10.13)

2:17.86	Cátia Raquel Martinheira	ldc	21.12.08	Sines
---------	--------------------------	-----	----------	-------

Juvenil A - § (01.10.13)

2:16.3	Petra Quintela Chaves	sad	14.05.93	Algés
--------	-----------------------	-----	----------	-------

Antiga categoria Aspirante - § (1958) # (31.12.61)

3:51.8	Isabel Maria Barrué	gcf	01.08.59	33 Coimbra - Municipal
3:23.0	Berta Maria Madeira	sad	06.08.59	33 Algés
3:10.9	Bernardete Sousa e Brito	gdml	06.12.59	33 GDLM
3:10.6	Bernardete Sousa e Brito	gdml	14.02.60	33 GDLM
3:09.1	Bernardete Sousa e Brito	gdml	13.03.60	33 GDLM
3:06.6	Bernardete Sousa e Brito	gdml	13.04.60	25 AVCM

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

2:56.6	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	25.06.64	25 Algés
2:56.2	Dulce Miranda Gouveia	gdml	13.01.68	33 GDLM
2:54.1	Dulce Miranda Gouveia	gdml	10.02.68	25 AVCM
2:53.3	Dulce Miranda Gouveia	gdml	09.03.68	25 AVCM
2:53.1	Ana Cristina Patacas	anl	25.03.70	33 GDLM
2:51.5	Ana Cristina Patacas	sad	19.07.70	25 Porto - Antas
2:48.1	Ana Cristina Patacas	sad	06.04.71	25 Lisboa - Areeiro
2:48.0	Francisca Pessanha Teixeira	fcp	23.07.73	25 Porto - Fluvial
2:47.7	Olímpia Maria Otão	gdml	27.04.74	25 CFM
2:47.0	Isabel Ferreira da Silva	fcp	28.03.75	25 Porto - Fluvial
2:44.4	Maria Teresa Faria	cac	26.03.76	25 Coimbra - Municipal
2:43.8	Maria Teresa Faria	cac	15.04.76	25 Porto - Antas
2:41.1	Maria Teresa Faria	fpn	12.06.76	25 Porto - Fluvial
2:40.1	Maria Teresa Faria	cac	11.03.77	25 Coimbra - Municipal
2:39.3	Maria Teresa Faria	cac	07.04.77	25 Viseu - Municipal
2:38.0	Aida Leite da Silva	fcp	16.03.79	25 Porto - Fluvial
2:37.6	Aida Leite da Silva	fcp	12.04.79	25 Porto - Fluvial
2:35.8	Aida Leite da Silva	fcp	19.05.79	25 Lisboa - P. de França
2:32.5	Aida Leite da Silva	fcp	12.07.80	25 Porto - Antas
2:28.36	Teresa Paula Figueiras	fpn	21.12.80	25 Antibes
2:25.65	Teresa Paula Figueiras	fpn	08.02.81	25 Paris
2:24.36	Teresa Paula Figueiras	fpn	07.02.82	25 Paris
2:22.46	Ana Antas de Barros	sad	21.03.86	25 Porto - Antas
2:18.44	Petra Quintela Chaves	sad	27.02.93	25 Algés
2:16.3	Petra Quintela Chaves	sad	14.05.93	25 Algés
2:16.01	Petra Quintela Chaves	sad	05.03.94	25 Braga
2:15.91	Petra Quintela Chaves	fpn	22.03.94	25 Sheffield
2:12.8	Petra Quintela Chaves	sad	31.05.94	25 Algés

Júnior B - § (01.10.13)

2:12.8	Petra Quintela Chaves	sad	31.05.94	25 Algés
--------	-----------------------	-----	----------	----------

Júnior A - § (01.10.13)

2:13.06	Cátia Raquel Martinheira	fpn	28.01.12	Uster
2:12.52	Rita Barros Frischknecht	sad	21.12.14	Porto - Fluvial

Principiante - # (31.12.54)

4:56.4/5	Arceolinda Ribeiro	cfuc	25.07.43	33 Coimbra - Fluvial
3:21.2	Ana Dinis Linheiro	cfb	10.09.44	33 Algés

Antiga categoria Júnior - # (31.12.61)

3:46.8	Lucília Silva Angeja	sad	04.07.48	33 Algés
3:27.8	Maria Graça Paiva	gdml	03.04.53	33 GDLM
3:21.9	Isabel Furtado de Castro	sad	28.08.58	33 Algés
3:16.6	Fernanda Santos Campos	sclm	06.09.58	50 Luso
3:07.1	Bernardete Sousa e Brito	gdml	04.12.60	33 GDLM
3:04.5	Bernardete Sousa e Brito	gdml	18.12.60	25 AVCM

Sénior

3:48.3/5	Isabel Jesus Costa	spcc	25.07.43	33 Coimbra - Fluvial
3:29.2	Ana Dinis Linheiro	cfb	09.09.45	33 Coimbra - Fluvial
3:28.4	Regina Dinis Mendes	sad	22.05.55	33 Algés

3:10.6	Fernanda Santos Campos	sclm	06.12.59	33 GDLM
3:08.3	Fernanda Santos Campos	sclm	20.12.59	25 AVCM
3:04.1	Berta Maria Madeira	sad	25.08.62	33 Algés
2:56.1	Berta Maria Madeira	sad	15.09.63	25 Lisboa – São Bento
2:53.8	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	20.09.64	33 Algés
2:48.8	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	16.09.66	33 Algés
2:48.0	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	22.04.69	25 AVCM
2:47.2	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	10.07.69	33 Algés
2:45.6	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	30.08.70	50 Beja
2:43.2	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	06.02.71	25 AVCM
2:41.8	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	03.03.73	25 CFM
2:41.1	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	19.08.73	50 Coimbra
2:39.1	Dulce Miranda Gouveia	cac	28.03.75	25 Porto – Fluvial
2:34.30	Maria Teresa Faria	fjn	18.03.78	25 Atenas
2:28.27	Teresa Paula Figueiras	anp	20.02.83	25 Madrid – Canoe
2:25.42	Teresa Paula Figueiras	fjn	16.04.83	50 Lisboa – Olivais
2:24.8	Teresa Paula Figueiras	fcp	09.07.83	25 Porto - Antas
2:22.14	Ana Antas de Barros	fjn	21.02.87	25 Porto - Antas
2:21.2	Ana Antas de Barros	sad	28.02.87	25 Algés
2:21.14	Ana Antas de Barros	sad	27.03.87	25 Algés
2:20.90	Ana Antas de Barros	fjn	29.12.87	25 Sabadell
2:18.9	Ana Antas de Barros	sad	17.02.89	25 Algés
2:17.50	Ana Antas de Barros	fjn	04.03.89	25 Algés
2:17.40	Ana Antas de Barros	sad	17.03.89	25 Algés
2:17.2	Ana Antas de Barros	sad	25.04.89	25 Algés
2:15.69	Ana Antas de Barros	sad	02.02.90	25 Algés
2:14.53	Ana Antas de Barros	sad	23.02.90	25 Algés
2:14.0	Ana Antas de Barros	sad	22.06.91	25 Algés
2:12.93	Ana Antas de Barros	sad	27.02.92	25 Algés
2:12.47	Ana Antas de Barros	sad	27.02.93	25 Algés
2:12.0	Ana Antas de Barros	sad	14.05.93	25 Algés
2:11.56	Francisca Gomes Azevedo	sad	21.12.14	Porto - Fluvial
2:11.16	Rita Barros Frischknecht	sad	09.12.16	Funchal
2:10.55	Rita Barros Frischknecht	sad	18.06.17	Algés

Absoluto

3:48.3/5	Isabel Jesus Costa	spcc	25.07.43	33 Coimbra – Fluvial
3:21.2	Ana Dinis Linheiro	cfb	10.09.44	33 Algés
3:16.6	Fernanda Santos Campos	sclm	06.09.58	50 Luso
3:10.9	Bernardete Sousa e Brito	gdlim	06.12.59	33 GDLM
3:10.6	Fernanda Santos Campos	sclm	06.12.59	33 GDLM
3:08.3	Fernanda Santos Campos	sclm	20.12.59	25 AVCM
3:06.6	Bernardete Sousa e Brito	gdlim	13.04.60	25 AVCM
3:04.5	Bernardete Sousa e Brito	gdlim	18.12.60	25 AVCM
3:04.1	Berta Maria Madeira	sad	25.08.62	33 Algés
2:59.5	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	27.06.63	25 Algés
2:56.1	Berta Maria Madeira	sad	15.09.63	25 Lisboa – São Bento
2:53.8	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	20.09.64	33 Algés
2:52.0	Maria do Céu Castelo Branco	sad	16.09.66	33 Algés
2:48.8	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	16.09.66	33 Algés
2:48.0	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	22.04.69	25 AVCM
2:47.2	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	10.07.69	33 Algés
2:45.6	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	30.08.70	50 Beja
2:43.2	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	06.02.71	25 AVCM
2:41.8	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	03.03.73	25 CFM
2:41.1	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	19.08.73	50 Coimbra
2:39.1	Dulce Miranda Gouveia	cac	28.03.75	25 Porto – Fluvial
2:38.76	Teresa Paula Figueiras	fjn	03.04.77	25 Luxemburgo
2:38.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	28.05.77	25 Porto - Antas
2:37.5	Teresa Paula Figueiras	fcp	16.07.77	25 Porto – Fluvial
2:33.40	Teresa Paula Figueiras	fjn	18.03.78	25 Atenas
2:32.1	Teresa Paula Figueiras	fcp	08.07.78	25 Porto - Antas
2:31.2	Teresa Paula Figueiras	fcp	13.01.79	25 Porto - Antas
2:30.36	Teresa Paula Figueiras	fjn	24.03.79	25 Atenas
2:29.8	Teresa Paula Figueiras	fcp	23.06.79	25 Porto – Fluvial
2:28.0	Teresa Paula Figueiras	anp	22.12.79	25 Lisboa – Areeiro
2:27.37	Teresa Paula Figueiras	fjn	09.02.80	25 Paris
2:27.01	Teresa Paula Figueiras	fjn	09.02.80	25 Paris
2:26.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	12.04.80	25 Porto - Antas
2:26.2	Teresa Paula Figueiras	anp	22.06.80	25 Porto - Antas
2:24.36	Teresa Paula Figueiras	fjn	07.02.82	25 Paris
2:22.46	Ana Antas de Barros	sad	21.03.86	25 Porto - Antas

2:22.14	Ana Antas de Barros	fjn	21.02.87	25 Porto - Antas
2:21.2	Ana Antas de Barros	sad	28.02.87	25 Algés
2:21.14	Ana Antas de Barros	sad	27.03.87	25 Algés
2:20.90	Ana Antas de Barros	fjn	29.12.87	25 Sabadell
2:18.9	Ana Antas de Barros	sad	17.02.89	25 Algés
2:17.50	Ana Antas de Barros	fjn	04.03.89	25 Algés
2:17.40	Ana Antas de Barros	sad	17.03.89	25 Algés
2:17.2	Ana Antas de Barros	sad	25.04.89	25 Algés
2:15.69	Ana Antas de Barros	sad	02.02.90	25 Algés
2:14.53	Ana Antas de Barros	sad	23.02.90	25 Algés
2:14.0	Ana Antas de Barros	sad	22.06.91	25 Algés
2:12.93	Ana Antas de Barros	sad	27.02.92	25 Algés
2:12.47	Ana Antas de Barros	sad	27.02.93	25 Algés
2:12.0	Ana Antas de Barros	sad	14.05.93	25 Algés
2:11.56	Francisca Gomes Azevedo	sad	21.12.14	Porto - Fluvial
2:11.16	Rita Barros Frischknecht	sad	09.12.16	Funchal
2:10.55	Rita Barros Frischknecht	sad	18.06.17	Algés

#4X100 COSTAS

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

5:00.0	tempo limite			
4:58.0	Sandra Maria Oliveira, Helena Antas Barros, Carla Alexandra Morais, Ana Antas de Barros	sad	14.12.85	25 Porto - Antas

#4X200 COSTAS

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

10:40.0	tempo limite			
---------	--------------	--	--	--

50 MARIPOSA

Júnior - § (01.10.04) # (30.09.13)

0:28.69	tempo limite			
0:28.32	Sara Francisco Cruz	adba	16.05.09	Nazaré
0:27.84	Filipa Vilas Tiago	scp	06.12.09	Leiria
0:27.57	Filipa Vilas Tiago	scp	06.12.09	Leiria
Júnior B - § (01.10.13)				
0:27.57	Filipa Vilas Tiago	scp	06.12.09	Leiria

Júnior A - § (01.10.13)

0:27.32	Sara Francisco Cruz	adba	06.12.09	Leiria
---------	---------------------	------	----------	--------

Sénior - § (01.10.04)

0:27.79	tempo limite			
0:27.71	Filipa Ferreira Silva	cna	11.12.05	Tomar
0:27.66	Sara Freitas Oliveira	fcp	17.12.06	Sto. Ant. Cavaleiros
0:27.65	Sara Freitas Oliveira	fjn	10.04.08	Manchester
0:27.25	Sara Freitas Oliveira	fjn	12.04.08	Manchester
0:26.86	Sara Freitas Oliveira	fcp	06.12.09	Leiria
0:26.78	Sara Freitas Oliveira	fjn	16.12.10	Dubai

Absoluto - § (01.06.98)

0:28.56	tempo limite			
0:28.22	Filipa Ferreira Silva	cna	25.11.01	Paços de Ferreira
0:28.07	Filipa Ferreira Silva	cna	24.11.02	Felgueiras
0:27.79	Filipa Ferreira Silva	cna	23.11.03	Paços de Ferreira
0:27.71	Filipa Ferreira Silva	cna	11.12.05	Tomar
0:27.66	Sara Freitas Oliveira	fcp	17.12.06	Sto. Ant. Cavaleiros
0:27.65	Sara Freitas Oliveira	fjn	10.04.08	Manchester
0:27.25	Sara Freitas Oliveira	fjn	12.04.08	Manchester
0:26.86	Sara Freitas Oliveira	fcp	06.12.09	Leiria
0:26.78	Sara Freitas Oliveira	fjn	16.12.10	Dubai

100 MARIPOSA

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

1:22.1	Luísa Cavaleiro Madeira	fpn	09.06.73	50 Neheim-Hüsten
1:20.9	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	22.07.73	25 SFUAP
1:19.1	Luísa Cavaleiro Madeira	fpn	28.07.73	50 Génova
1:18.9	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	03.08.73	25 Porto - Fluvial
1:18.4	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	18.05.74	25 Algés
1:18.1	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	25.05.74	25 Algés
1:17.0	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	15.06.74	25 Algés
1:16.5	Luísa Cavaleiro Madeira	fpn	27.07.74	50 Génova
1:15.9	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	24.08.74	25 Algés
1:15.4	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	14.09.74	25 Porto - Fluvial
1:13.15	Maria Paula Santana	fcp	21.01.76	50 Genebra
1:12.53	Alexandra Maria Silva	fpn	25.01.80	50 Genebra
1:12.2	Alexandra Maria Nogueira	slb	23.02.80	25 Lisboa - Areiro
1:10.7	Alexandra Maria Nogueira	fpn	22.03.80	25 Trento
1:10.1	Alexandra Maria Nogueira	fpn	22.03.80	25 Trento
1:09.8	Alexandra Maria Nogueira	anl	28.06.80	50 Lisboa - Olivais
1:09.6	Alexandra Maria Nogueira	slb	13.07.80	50 Lisboa - Olivais
1:07.98	Ana Gama Alegria	scb	28.07.90	50 S. João da Madeira

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:10.70	tempo limite			
1:10.64	Susana Patrícia Miguel	sfuap	23.03.02	Tavira

Infantil B - § (01.10.04)

1:10.26	Inês Camacho Fernandes	scp	09.05.09	Lisboa - Luz
1:10.02	Joana Carina Silva	lsxxi	09.05.09	Lousada
1:09.60	Inês Camacho Fernandes	scp	16.05.09	Cantanhede
1:09.48	Ana Margarida Guedes	gcvr	03.02.13	Felgueiras
1:08.82	Ana Margarida Guedes	gcvr	03.02.13	Felgueiras
1:07.83	Ana Margarida Guedes	gcvr	17.03.13	Porto - Fluvial
1:07.09	Ana Margarida Guedes	arnn	12.05.13	Chaves
1:06.89	Ana Margarida Guedes	gcvr	25.05.13	Espinho
1:06.85	Carolina Miranda Fernandes	cga	09.04.17	Mealhada
1:05.51	Carolina Miranda Fernandes	cga	06.05.17	Gafanha Nazaré

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:06.36 tempo limite

Infantil A - § (01.10.04)

1:05.50	Inês Camacho Fernandes	scp	07.03.10	Tavira
1:05.32	Ana Margarida Guedes	gcvr	15.02.14	Bragança
1:04.84	Ana Margarida Guedes	gcvr	30.03.14	Cantanhede
1:03.28	Ana Margarida Guedes	gcvr	10.06.14	Vila Real

Iniciado - # (31.12.61)

2:15.9	Maria Inês Costa	sad	08.08.54	33 Algés
2:06.6	Zulmira Martins Sousa	sad	22.05.55	33 Algés
1:57.4	Elza Maria Ferreira	aac	19.08.55	33 Coimbra - Municipal
1:51.0	Fernanda Santos Campos	scdm	03.03.56	33 GDLM
1:50.1	Maria Teresa Montoya	sad	12.08.56	25 Lisboa - São Bento
1:42.1	Luísa Bessone Basto	sad	05.07.58	33 Algés
1:41.8	Luísa Bessone Basto	sad	20.07.58	33 Alhandra
1:37.6	Luísa Bessone Basto	sad	23.08.58	33 Aveiro SCBM
1:33.0	Manuela Silva Nunes	sad	19.08.61	25 Lisboa - São Bento

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

1:32.8	Deolinda Chalbert da Silva	sad	16.08.64	25 Lisboa - São Bento
1:31.9	Maria José Albergaria	gdlim	31.01.65	33 GDLM
1:30.0	Júlia Garcês Sousa	csm	11.07.65	25 Funchal - Lido
1:29.3	Júlia Garcês Sousa	csm	25.07.65	25 Funchal - Lido
1:28.3	Júlia Garcês Sousa	csm	31.07.65	25 Funchal - Lido
1:27.5	Júlia Garcês Sousa	csm	15.08.65	33 Coimbra - Municipal
1:27.0	Júlia Garcês Sousa	csm	25.09.65	25 Funchal - Lido
1:27.0	Susana Pinto Abreu	gdlim	26.02.66	33 GDLM
1:25.4	Susana Pinto Abreu	gdlim	20.03.66	25 AVCM
1:25.1	Susana Pinto Abreu	gdlim	26.03.66	25 AVCM
1:24.5	Susana Pinto Abreu	gdlim	30.03.66	33 GDLM

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

1:23.9	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	22.04.67	25 AVCM
1:22.0	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	20.08.67	25 Porto - Fluvial
1:21.9	Manuela Mendes Silva	aac	19.07.70	25 Porto - Antas
1:21.3	Helena Maria Fernandes	fcp	30.05.71	25 Porto - Antas
1:20.8	Helena Maria Fernandes	fcp	27.06.71	25 Porto - Antas
1:20.1	Helena Maria Fernandes	fcp	19.07.71	25 Porto - Fluvial

1:19.2	Manuela Mendes Silva	aac	13.08.71	50 Coimbra
1:18.6	Manuela Mendes Silva	aac	22.08.71	50 Lisboa - Olivais
1:18.0	Manuela Mendes Silva	aac	28.08.71	50 Coimbra
1:17.3	Manuela Mendes Silva	aac	03.04.72	25 AVCM
1:15.7	Manuela Mendes Silva	aac	24.06.72	25 Porto - Fluvial
1:14.3	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	25.01.75	25 Lisboa - Areiro
1:14.0	Luísa Cavaleiro Madeira	fpn	02.02.75	25 Poznan
1:13.8	Liliana Mendes Santos	slb	22.08.75	50 Coimbra
1:13.5	Paula Barata Alves	sad	16.04.76	25 Porto - Antas
1:13.5	Liliana Mendes Santos	slb	10.07.76	25 Algés
1:13.1	Liliana Mendes Santos	slb	13.08.76	50 Lisboa - Olivais
1:12.0	Maria Paula Santana	fpn	23.07.77	50 Génova
1:11.98	Maria Paula Santana	cfp	11.02.78	25 Lisboa - Areiro
1:11.57	Maria Paula Santana	cfp	11.02.78	25 Lisboa - Areiro
1:09.7	Maria Paula Santana	cfp	14.05.78	25 Aveiro
1:09.7	Maria Teresa Villaret	slb	01.07.80	25 Lisboa - Luz
1:09.53	Alexandra Maria Nogueira	fpn	20.12.80	25 Antibes
1:09.5	Alexandra Maria Nogueira	sad	18.01.81	25 Porto - Antas
1:09.22	Alexandra Maria Nogueira	sad	07.02.81	25 Lisboa - Areiro
1:09.0	Alexandra Maria Silva	fcp	11.04.81	25 Porto - Antas
1:08.6	Alexandra Maria Silva	anp	28.02.82	25 Lisboa - Areiro
1:08.6	Alexandra Maria Nogueira	fpn	03.07.82	25 Coimbra - Municipal
1:08.3	Ana Teresa Raimundo	scp	30.03.85	25 Algés
1:07.0	Ana Gama Alegria	anp	09.12.90	25 Algés
1:06.20	Ana Gama Alegria	scb	23.02.91	25 Porto - Fluvial
1:06.09	Ana Gama Alegria	scb	10.03.91	25 Porto - Antas
1:05.51	Ana Gama Alegria	scb	08.06.91	50 Matur
1:04.44	Ana Gama Alegria	fpn	15.06.91	50 Chiasso

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:05.23	tempo limite			
1:05.22	Sara Alexandra Madeira	cvg	18.05.01	Algés
1:04.30	Susana Patrícia Miguel	sfuap	21.03.04	Penafiel

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

1:04.12 Mariana Cunha Guerra assccc 11.12.11 Cantanhede

Juvenil B - § (01.10.13)

1:03.39 Ana Margarida Guedes gcvr 14.12.14 Estarreja

Juvenil A - § (01.10.13)

1:03.14 Ana Rita Francisco sfuap 19.03.95 Algés

Antiga categoria Aspirante - # (31.12.61)

2:07.1	Maria Alice Meles	sad	22.08.54	33 Figueira da Foz
2:04.5	Maria Inês Costa	sad	04.08.55	33 Algés
1:56.0	Elza Maria Ferreira	aac	04.09.55	33 Figueira da Foz
1:50.0	Elza Maria Ferreira	aac	08.09.55	25 Lisboa - Pedrouços
1:46.4	Maria Teresa Montoya	sad	04.08.57	Algés
1:44.8	Maria Teresa Montoya	sad	25.08.57	33 Coimbra - Municipal
1:33.1	Luísa Bessone Basto	sad	18.06.59	33 Algés

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

1:26.0	Manuela Silva Nunes	sad	05.08.62	25 Lisboa - São Bento
1:25.6	Manuela Silva Nunes	sad	12.08.62	33 Fundão
1:22.8	Júlia Garcês Sousa	csm	30.06.66	25 Funchal - Lido
1:22.4	Júlia Garcês Sousa	fpn	15.07.66	50 Évora
1:19.3	Susana Pinto Abreu	fpn	30.07.67	50 Lisboa - Olivais
1:16.9	Susana Pinto Abreu	gdlim	09.08.67	25 Lisboa - São Bento
1:14.5	Manuela Mendes Silva	aac	25.05.73	25 Coimbra - Municipal
1:14.4	Manuela Mendes Silva	aac	15.06.73	25 Coimbra - Municipal
1:13.7	Manuela Mendes Silva	aac	27.06.73	25 Coimbra - Municipal
1:13.1	Manuela Mendes Silva	aac	27.03.74	25 Coimbra - Municipal
1:10.10	Liliana Mendes Santos	fpn	25.03.77	25 Trento
1:10.06	Doroteia Maria Coelho	ind	03.03.79	25 Montreux
1:08.47	Doroteia Maria Coelho	fpn	25.03.79	25 Atenas
1:08.29	Doroteia Maria Coelho	fpn	07.04.79	50 Rio de Janeiro
1:08.1	Teresa Paula Figueiras	fcp	30.05.82	25 Porto - Fluvial
1:07.7	Teresa Paula Figueiras	anp	27.06.82	25 Porto - Fluvial
1:07.5	Teresa Paula Figueiras	anp	04.07.82	25 Coimbra - Municipal
1:07.2	Alexandra Maria Silva	fcp	27.03.83	25 Fafe
1:07.1	Sandra Cabral Neves	slb	09.03.85	25 Algés
1:06.8	Sandra Cabral Neves	slb	30.03.85	25 Algés
1:05.5	Sandra Cabral Neves	slb	01.02.86	25 Algés
1:05.4	Sandra Cabral Neves	slb	08.03.86	25 Algés

1:05.08	Joana Isabel Arantes	scp	19.03.89	25 Algés
1:04.52	Ana Gama Alegria	fpn	11.04.92	25 Atenas
1:03.42	Ana Gama Alegria	scb	28.02.93	25 Algés
1:03.14	Ana Rita Francisco	sfuap	19.03.95	25 Algés
1:03.13	Ana Rita Francisco	sfuap	05.08.95	50 Coimbra
1:03.12	Ana Rita Francisco	sfuap	22.12.95	50 Lisboa – Restelo
1:02.86	Ana Rita Francisco	fpn	10.02.96	25 Gelsenkirchen
1:02.39	Ana Rita Francisco	sfuap	03.03.96	25 Felgueiras
1:01.70	Sara Francisco Cruz	adba	02.05.09	Sto. Ant. Cavaleiros
1:01.65	Filipa Vilas Tiago	scp	05.12.09	Leiria
1:01.56	Filipa Vilas Tiago	scp	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros

Júnior B - § (01.10.13)

1:01.56	Filipa Vilas Tiago	scp	20.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
---------	--------------------	-----	----------	----------------------

Júnior A - § (01.10.13)

0:59.65	Sara Francisco Cruz	adba	05.12.09	Leiria
---------	---------------------	------	----------	--------

Antiga categoria Júnior - # (31.12.61)

2:02.9	Eugénia Maria Barreto	gdlim	18.04.53	L. Marques
1:45.8	Maria Teresa Montoya	sad	31.08.57	50 Luso
1:43.7	Maria Teresa Montoya	sad	29.06.58	25 Lisboa – São Bento
1:43.0	Maria Teresa Montoya	sad	20.07.58	33 Alhandra
1:41.9	Maria Teresa Montoya	sad	03.08.58	33 Algés
1:37.4	Maria Teresa Montoya	sad	30.08.58	50 Praia das Maças
1:30.3	Luísa Bessone Basto	fpn	22.08.59	33 Aveiro SCBM

Sénior

1:46.3	Regina Dinis Mendes	sad	16.08.53	33 Algés
1:43.9	Regina Dinis Mendes	sad	12.09.53	33 Figueira da Foz
1:43.0	Regina Dinis Mendes	sad	21.08.54	33 Figueira da Foz
1:41.3	Regina Freitas Veloso	gdlim	01.03.58	33 GDLM
1:37.5	Regina Freitas Veloso	gdlim	15.04.58	25 Quelimane
1:34.6	Regina Freitas Veloso	gdlim	30.08.58	50 Praia das Maças
1:33.3	Regina Freitas Veloso	gdlim	02.09.58	33 Algés
1:32.6	Luísa Bessone Basto	fpn	13.08.60	33 Algés
1:32.2	Luísa Bessone Basto	sad	25.08.60	25 Lisboa – São Bento
1:31.2	Isabel Maria Barrué	gcf	09.09.61	33 Tomar
1:28.3	Manuela Silva Nunes	sad	31.08.62	33 Algés
1:24.6	Manuela Silva Nunes	sad	09.09.62	33 Figueira da Foz
1:24.4	Manuela Silva Nunes	sad	16.07.64	25 Lisboa – São Bento
1:23.1	Manuela Silva Nunes	sad	13.09.64	33 Elvas
1:22.8	Manuela Silva Nunes	sad	22.09.64	33 Algés
1:21.1	Susana Pinto Abreu	gdlim	08.12.67	33 GDLM
1:19.1	Susana Pinto Abreu	gdlim	20.01.68	25 AVCM
1:18.9	Susana Pinto Abreu	gdlim	18.02.68	33 GDLM
1:16.0	Susana Pinto Abreu	fpn	28.07.68	50 Madrid
1:13.8	Susana Pinto Abreu	gdlim	22.03.69	25 AVCM
1:12.8	Susana Pinto Abreu	gdlim	20.04.69	33 GDLM
1:11.8	Manuela Mendes Silva	cac	22.08.75	50 Coimbra
1:10.63	Liliana Mendes Santos	fpn	25.03.79	25 Atenas
1:10.15	Liliana Mendes Santos	fpn	29.04.79	25 Porto – Fluvial
1:09.3	Liliana Mendes Santos	slb	29.07.79	33 Funchal – C. Club
1:09.0	Liliana Mendes Santos	anl	28.06.80	50 Lisboa – Olivais
1:08.9	Maria Paula Santana	anp	20.06.81	25 Porto – Fluvial
1:07.6	Teresa Paula Figueiras	fcp	27.03.83	25 Fafe
1:07.6	Sílvia Maria Morais	sad	09.03.85	25 Algés
1:04.7	Sandra Cabral Neves	slb	14.02.87	25 Algés
1:04.1	Sandra Cabral Neves	slb	08.03.87	25 Algés
1:03.85	Sandra Cabral Neves	slb	28.03.87	25 Algés
1:03.63	Joana Isabel Arantes	scp	25.02.90	25 Algés
1:03.00	Joana Isabel Arantes	slb	28.02.93	25 Algés
1:02.97	Ana Rita Francisco	fpn	22.01.97	25 Espoo
1:02.56	Ana Rita Francisco	sfuap	09.03.97	25 Estoril
1:01.71	Sara Freitas Oliveira	fcp	24.11.01	Paços de Ferreira
1:00.87	Sara Freitas Oliveira	fcp	23.11.02	Felgueiras
1:00.41	Sara Freitas Oliveira	fpn	09.12.06	Helsínquia
1:00.17	Sara Freitas Oliveira	fpn	09.12.06	Helsínquia
0:59.68	Sara Freitas Oliveira	fpn	12.04.08	Manchester
0:58.42	Sara Freitas Oliveira	fpn	12.04.08	Manchester
0:58.31	Sara Freitas Oliveira	fpn	18.12.10	Dubai

Absoluto

1:46.3	Regina Dinis Mendes	sad	16.08.53	33 Algés
1:43.9	Regina Dinis Mendes	sad	12.09.53	33 Figueira da Foz
1:43.0	Regina Dinis Mendes	sad	21.08.54	33 Figueira da Foz
1:41.3	Regina Freitas Veloso	gdlim	01.03.58	33 GDLM
1:37.5	Regina Freitas Veloso	gdlim	15.04.58	25 Quelimane
1:34.6	Regina Freitas Veloso	gdlim	30.08.58	50 Praia das Maças
1:33.3	Regina Freitas Veloso	gdlim	02.09.58	33 Algés
1:33.1	Luísa Bessone Basto	sad	18.06.59	33 Algés
1:30.3	Luísa Bessone Basto	fpn	22.08.59	33 Aveiro SCBM
1:26.0	Manuela Silva Nunes	sad	05.08.62	25 Lisboa – São Bento
1:25.6	Manuela Silva Nunes	sad	12.08.62	33 Fundão
1:24.6	Manuela Silva Nunes	sad	09.09.62	33 Figueira da Foz
1:24.4	Manuela Silva Nunes	sad	16.07.64	25 Lisboa – São Bento
1:23.1	Manuela Silva Nunes	sad	13.09.64	33 Elvas
1:22.8	Manuela Silva Nunes	sad	22.09.64	33 Algés
1:22.8	Júlia Garcês Sousa	csm	30.06.66	25 Funchal – Lido
1:22.4	Júlia Garcês Sousa	fpn	15.07.66	50 Évora
1:19.3	Susana Pinto Abreu	fpn	30.07.67	50 Lisboa – Olivais
1:16.9	Susana Pinto Abreu	gdlim	09.08.67	25 Lisboa – São Bento
1:16.0	Susana Pinto Abreu	fpn	28.07.68	50 Madrid
1:13.8	Susana Pinto Abreu	gdlim	22.03.69	25 AVCM
1:12.8	Susana Pinto Abreu	gdlim	20.04.69	33 GDLM
1:11.8	Manuela Mendes Silva	cac	22.08.75	50 Coimbra
1:10.10	Liliana Mendes Santos	fpn	25.03.77	25 Trento
1:09.7	Maria Paula Santana	cfp	14.05.78	25 Aveiro
1:08.47	Doroteia Maria Coelho	fpn	25.03.79	25 Atenas
1:08.29	Doroteia Maria Coelho	fpn	07.04.79	50 Rio de Janeiro
1:08.1	Teresa Paula Figueiras	fcp	30.05.82	25 Porto – Fluvial
1:07.7	Teresa Paula Figueiras	anp	27.06.82	25 Porto – Fluvial
1:07.5	Teresa Paula Figueiras	anp	04.07.82	25 Coimbra – Municipal
1:07.2	Alexandra Maria Silva	fcp	27.03.83	25 Fafe
1:07.1	Sandra Cabral Neves	slb	09.03.85	25 Algés
1:06.8	Sandra Cabral Neves	slb	30.03.85	25 Algés
1:05.5	Sandra Cabral Neves	slb	01.02.86	25 Algés
1:05.4	Sandra Cabral Neves	slb	08.03.86	25 Algés
1:04.7	Sandra Cabral Neves	slb	14.02.87	25 Algés
1:04.1	Sandra Cabral Neves	slb	08.03.87	25 Algés
1:03.85	Sandra Cabral Neves	slb	28.03.87	25 Algés
1:03.63	Joana Isabel Arantes	scp	25.02.90	25 Algés
1:03.00	Joana Isabel Arantes	slb	28.02.93	25 Algés
1:02.86	Ana Rita Francisco	fpn	10.02.96	25 Gelsenkirchen
1:02.39	Ana Rita Francisco	sfuap	03.03.96	25 Felgueiras
1:01.71	Sara Freitas Oliveira	fcp	24.11.01	Paços de Ferreira
1:00.87	Sara Freitas Oliveira	fcp	23.11.02	Felgueiras
1:00.41	Sara Freitas Oliveira	fpn	09.12.06	Helsínquia
1:00.17	Sara Freitas Oliveira	fpn	09.12.06	Helsínquia
0:59.68	Sara Freitas Oliveira	fpn	12.04.08	Manchester
0:58.42	Sara Freitas Oliveira	fpn	12.04.08	Manchester
0:58.31	Sara Freitas Oliveira	fpn	18.12.10	Dubai

200 MARIPOSA

Infantil - # (30.09.96)

2:37.5	Alexandra Maria Nogueira	slb	15.12.79	25 Lisboa – Luz
2:36.6	Alexandra Maria Silva	fcp	08.03.80	25 Porto - Antas
2:35.4	Alexandra Maria Nogueira	slb	09.03.80	25 Lisboa – Luz
2:29.1	Alexandra Maria Nogueira	slb	13.04.80	25 Lisboa – Luz
2:28.4	Alexandra Maria Nogueira	slb	01.07.80	25 Lisboa – Luz

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Infantil B - § (01.10.04)

2:31.64 tempo limite

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Infantil A - § (01.10.04)

2:25.40 tempo limite

Juvenil - § (23.01.1971) # (30.09.96)

3:32.3	Ana Paula Pinto	gdlim	04.04.71	33 GDLM
3:18.3	Cristina Maria Tavares	cfmo	29.02.72	25 AVCM

3:06.0	Manuela Mendes Silva	aac	21.03.72	25 Coimbra – Municipal
3:05.0	Manuela Mendes Silva	aac	31.03.72	50 Luanda
3:03.9	Manuela Mendes Silva	aac	03.07.72	25 Coimbra – Municipal
3:03.4	Manuela Mendes Silva	aac	13.07.72	50 Coimbra
3:02.0	Maria Graça Guimarães	cdna	24.03.73	25 Lobito
2:50.8	Maria Graça Guimarães	cdna	16.08.73	50 Coimbra
2:46.5	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	08.12.74	25 Algés
2:41.6	Paula Barata Alves	sad	17.04.76	25 Porto - Antas
2:38.7	Ana Cristina Yokochi	slb	30.06.77	25 Algés
2:31.7	Maria Teresa Villaret	anl	21.06.80	25 Porto – Fluvial
2:27.7	Maria Teresa Villaret	slb	01.07.80	25 Lisboa – Luz
2:25.05	Alexandra Maria Silva	fcp	27.03.82	25 Lisboa – Areeiro
2:23.8	Alexandra Maria Silva	anp	03.07.82	25 Coimbra – Municipal
2:23.78	Helena Sofia Sousa	anp	09.05.92	25 Algés
2:22.15	Raquel Maria Felgueiras	scb	04.03.94	25 Braga

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:19.47	Susana Patrícia Miguel	sfuap	07.12.03	Loures
2:19.06	Susana Patrícia Miguel	sfuap	20.03.04	Penafiel

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

2:19.06	Susana Patrícia Miguel	sfuap	20.03.04	Penafiel
---------	------------------------	-------	----------	----------

Juvenil A - § (01.10.13)

2:17.51	Raquel Maria Felgueiras	scb	05.03.95	Algés
---------	-------------------------	-----	----------	-------

Júnior - # (30.09.13)

3:03.2	Susana Pinto Abreu	gdlim	01.04.67	25 AVCM
2:59.7	Susana Pinto Abreu	gdlim	20.04.67	25 AVCM
2:55.3	Ciôtilde Botelho de Melo	gdlim	15.03.69	25 AVCM
2:52.7	Ciôtilde Botelho de Melo	gdlim	13.08.72	50 Coimbra
2:49.2	Manuela Mendes Silva	aac	23.06.73	25 Porto – Fluvial
2:45.0	Helena Maria Fernandes	fcp	20.07.73	25 Porto – Fluvial
2:41.6	Manuela Mendes Silva	aac	08.08.74	50 Lisboa – Olivais
2:38.3	Eugénia Maria Cunha	cac	18.03.77	25 Coimbra – Municipal
2:37.93	Liliana Mendes Santos	slb	09.08.77	50 Coimbra
2:33.30	Liliana Mendes Santos	fpn	18.03.78	25 Atenas
2:30.61	Doroteia Maria Coelho	fpn	24.03.79	25 Atenas
2:30.4	Aida Leite da Silva	fcp	12.04.80	25 Porto - Antas
2:29.8	Aida Leite da Silva	anp	21.06.80	25 Porto – Fluvial
2:28.2	Aida Leite da Silva	fcp	20.07.80	25 Porto - Antas
2:25.1	Teresa Paula Figueiras	anp	26.06.82	25 Porto – Fluvial
2:23.18	Alexandra Maria Silva	anp	20.02.83	25 Madrid - Canoe
2:21.6	Alexandra Maria Silva	fcp	26.03.83	25 Fafe
2:20.35	Sandra Cabral Neves	slb	23.03.86	25 Porto - Antas
2:19.4	Joana Isabel Arantes	scp	14.01.89	25 Lisboa – Areeiro
2:18.2	Joana Isabel Arantes	scp	18.02.89	25 Algés
2:17.1	Joana Isabel Arantes	scp	25.04.89	25 Algés
2:14.33	Ana Rita Francisco	fpn	30.11.95	25 Rio de Janeiro
2:13.63	Ana Rita Francisco	fpn	30.11.95	25 Rio de Janeiro
2:13.60	Ana Rita Francisco	fpn	11.02.96	25 Gelsenkirchen

Júnior B - § (01.10.13)

2:13.60	Ana Rita Francisco	fpn	11.02.96	Gelsenkirchen
---------	--------------------	-----	----------	---------------

Júnior A - § (01.10.13)

2:10.12	Sara Francisco Cruz	adba	04.12.09	Leiria
---------	---------------------	------	----------	--------

Antiga categoria Júnior - § (1958) # (31.12.61)

3:35.1	Luísa Bessone Basto	sad	02.09.59	33 Algés
--------	---------------------	-----	----------	----------

Sénior - § (1958)

3:47.0	Maria Teresa Montoya	sad	06.08.59	33 Algés
3:38.0	Luísa Bessone Basto	sad	08.09.60	33 Algés
3:33.6	Isabel Maria Barrué	gcf	30.07.61	33 Figueira da Foz
3:16.7	Manuela Silva Nunes	sad	25.08.62	33 Algés
3:03.1	Manuela Silva Nunes	sad	20.09.64	33 Algés
2:54.8	Júlia Garcês Sousa	csn	20.09.68	25 Funchal – Lido
2:54.7	Susana Pinto Abreu	gdlim	19.04.69	25 AVCM
2:52.0	Júlia Garcês Sousa	csn	13.09.69	25 Funchal – Lido
2:48.3	Susana Pinto Abreu	gdlim	13.02.71	25 AVCM
2:47.2	Maria Helena Varela	sad	29.06.74	50 Tróia
2:42.9	Maria Helena Varela	anl	28.12.74	25 Rijeka

2:40.6	Helena Maria Fernandes	fcp	09.03.75	25 Porto – Fluvial
2:33.8	Liliana Mendes Santos	slb	17.03.79	25 Lisboa – Luz
2:33.69	Liliana Mendes Santos	fpn	24.03.79	25 Atenas
2:28.20	Liliana Mendes Santos	fpn	28.04.79	25 Porto – Fluvial
2:26.7	Liliana Mendes Santos	anl	21.06.80	25 Porto – Fluvial
2:26.6	Alexandra Maria Nogueira	sad	03.02.85	25 Algés
2:24.5	Alexandra Maria Silva	fcp	31.03.85	25 Algés
2:20.12	Sandra Cabral Neves	slb	21.02.87	25 Porto - Antas
2:20.0	Sandra Cabral Neves	slb	08.03.87	25 Algés
2:19.39	Sandra Cabral Neves	slb	29.03.87	25 Algés
2:18.72	Sandra Cabral Neves	fpn	23.01.88	25 Barcelona
2:17.83	Sandra Cabral Neves	slb	07.08.88	50 Lisboa – Olivais
2:17.0	Sandra Cabral Neves	slb	18.02.89	25 Algés
2:16.2	Joana Isabel Arantes	scp	21.02.90	25 Algés
2:15.92	Joana Isabel Arantes	scp	24.02.90	25 Algés
2:15.82	Joana Isabel Arantes	scp	14.02.93	25 Algés
2:15.80	Joana Isabel Arantes	scp	26.02.93	25 Algés
2:15.61	Joana Isabel Arantes	fpn	08.08.93	50 Sheffield
2:15.30	Joana Isabel Arantes	slb	04.03.94	25 Braga
2:14.02	Joana Isabel Arantes	fpn	23.03.94	25 Sheffield
2:13.43	Joana Isabel Arantes	fpn	27.03.94	25 Paris
2:12.34	Raquel Maria Felgueiras	fpn	13.12.01	Antuérpia
2:11.44	Sara Freitas Oliveira	fpn	07.12.06	Helsínquia
2:10.12	Sara Francisco Cruz	adba	04.12.09	Leiria
2:10.06	Sara Freitas Oliveira	fpn	25.11.10	Eindhoven
2:08.54	Sara Freitas Oliveira	fpn	15.12.10	Dubai

Absoluto - § (1958)

3:47.0	Maria Teresa Montoya	sad	06.08.59	33 Algés
3:35.1	Luísa Bessone Basto	sad	02.09.59	33 Algés
3:33.6	Isabel Maria Barrué	gcf	30.07.61	33 Figueira da Foz
3:16.7	Manuela Silva Nunes	sad	25.08.62	33 Algés
3:03.1	Manuela Silva Nunes	sad	20.09.64	33 Algés
2:59.7	Susana Pinto Abreu	gdlim	20.04.67	25 AVCM
2:54.8	Júlia Garcês Sousa	csn	20.09.68	25 Funchal – Lido
2:54.7	Susana Pinto Abreu	gdlim	19.04.69	25 AVCM
2:52.0	Júlia Garcês Sousa	csn	13.09.69	25 Funchal – Lido
2:48.3	Susana Pinto Abreu	gdlim	13.02.71	25 AVCM
2:45.0	Helena Maria Fernandes	fcp	20.07.73	25 Porto – Fluvial
2:41.6	Manuela Mendes Silva	aac	08.08.74	50 Lisboa – Olivais
2:40.6	Helena Maria Fernandes	fcp	09.03.75	25 Porto – Fluvial
2:38.3	Eugénia Maria Cunha	cac	18.03.77	25 Coimbra – Municipal
2:37.93	Liliana Mendes Santos	slb	09.08.77	50 Coimbra
2:33.30	Liliana Mendes Santos	fpn	18.03.78	25 Atenas
2:30.61	Doroteia Maria Coelho	fpn	24.03.79	25 Atenas
2:28.20	Liliana Mendes Santos	fpn	28.04.79	25 Porto – Fluvial
2:26.7	Liliana Mendes Santos	anl	21.06.80	25 Porto – Fluvial
2:25.05	Alexandra Maria Silva	fcp	27.03.82	25 Lisboa – Areeiro
2:23.8	Alexandra Maria Silva	anp	03.07.82	25 Coimbra – Municipal
2:23.18	Alexandra Maria Silva	anp	20.02.83	25 Madrid - Canoe
2:21.6	Alexandra Maria Silva	fcp	26.03.83	25 Fafe
2:20.35	Sandra Cabral Neves	slb	23.03.86	25 Porto - Antas
2:20.12	Sandra Cabral Neves	slb	21.02.87	25 Porto - Antas
2:20.0	Sandra Cabral Neves	slb	08.03.87	25 Algés
2:19.39	Sandra Cabral Neves	slb	29.03.87	25 Algés
2:18.72	Sandra Cabral Neves	fpn	23.01.88	25 Barcelona
2:17.83	Sandra Cabral Neves	slb	07.08.88	50 Lisboa – Olivais
2:17.0	Sandra Cabral Neves	slb	18.02.89	25 Algés
2:16.2	Joana Isabel Arantes	scp	21.02.90	25 Algés
2:15.92	Joana Isabel Arantes	scp	24.02.90	25 Algés
2:15.82	Joana Isabel Arantes	scp	14.02.93	25 Algés
2:15.80	Joana Isabel Arantes	scp	26.02.93	25 Algés
2:15.61	Joana Isabel Arantes	fpn	08.08.93	50 Sheffield
2:15.30	Joana Isabel Arantes	slb	04.03.94	25 Braga
2:14.02	Joana Isabel Arantes	fpn	23.03.94	25 Sheffield
2:13.43	Joana Isabel Arantes	fpn	27.03.94	25 Paris
2:12.34	Raquel Maria Felgueiras	fpn	13.12.01	Antuérpia
2:11.44	Sara Freitas Oliveira	fpn	07.12.06	Helsínquia
2:10.12	Sara Francisco Cruz	adba	04.12.09	Leiria
2:10.06	Sara Freitas Oliveira	fpn	25.11.10	Eindhoven
2:08.54	Sara Freitas Oliveira	fpn	15.12.10	Dubai

#4X100 MARIPOSA

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

4:48.0 tempo limite

#4X200 MARIPOSA

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

10:42.0 tempo limite

10:28.3 Teresa Paula Figueiras, Marta von Hafe Roboredo,
Isabel Silva Mota, Alexandra Maria Silva fcp 24.11.79 25 Porto - Antas

100 ESTILOS

Júnior - § (01.10.04) # (30.09.13)

1:05.07 tempo limite

1:04.11 Maria Carolina Rosa scp 06.12.09 Leiria

Júnior B - § (01.10.13)

1:04.11 Maria Carolina Rosa scp 06.12.09 Leiria

Júnior A - § (01.10.13)

1:04.43 Ana Pinho Rodrigues aej 12.12.10 Guarda
1:02.68 Inês Camacho Fernandes scp 20.12.13 Felgueiras
1:02.34 Raquel Gomes Pereira sad 11.12.16 Funchal

Sénior - § (01.10.04)

1:03.79 tempo limite

1:03.32 Diana Duarte Gomes cna 06.12.09 Leiria
1:03.28 Victoria Kaminskaya pimp 09.12.12 Porto - Fluvial
1:02.68 Inês Camacho Fernandes scp 20.12.13 Felgueiras
1:02.09 Victoria Kaminskaya pimp 21.12.14 Porto - Fluvial

Absoluto - § (01.06.98)

1:03.79 tempo limite

1:03.32 Diana Duarte Gomes cna 06.12.09 Leiria
1:03.28 Victoria Kaminskaya pimp 09.12.12 Porto - Fluvial
1:02.68 Inês Camacho Fernandes scp 20.12.13 Felgueiras
1:02.09 Victoria Kaminskaya pimp 21.12.14 Porto - Fluvial

200 ESTILOS

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

3:01.2 Luísa Cavaleiro Madeira fpn 10.06.73 50 Neheim-Hüsten
2:54.2 Luísa Cavaleiro Madeira slb 17.06.73 25 Algés
2:52.6 Luísa Cavaleiro Madeira slb 15.07.73 25 SFUAP
2:49.2 Luísa Cavaleiro Madeira slb 05.08.73 25 Porto - Fluvial
2:47.0 Luísa Cavaleiro Madeira slb 30.03.74 25 Lisboa - Areiro
2:45.7 Luísa Cavaleiro Madeira anl 09.06.74 25 Algés
2:43.1 Liliana Mendes Santos cnlu 09.08.74 50 Lisboa - Olivais
2:43.0 Luísa Cavaleiro Madeira slb 25.08.74 25 Algés
2:39.8 Maria Paula Santana fcp 07.02.76 25 Porto - Antas
2:38.69 Maria Paula Santana fpn 20.03.76 25 Trento
2:35.3 Maria Paula Santana fpn 30.05.76 25 Algés
2:35.12 Alexandra Maria Silva fcp 02.08.80 50 Lisboa - Olivais

2:31.26 Filipa Vilas Ruivo dnmg 10.05.09 Alcobaça
2:30.96 Filipa Vilas Ruivo dnmg 13.06.09 Alcobaça
2:28.04 Carolina Miranda Fernandes cga 08.04.17 Mealhada

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:34.3 tempo limite fcp 11.01.98 25 Estoril
2:32.83 Keissy Joselyn Sousa anmp 15.02.98 25 Gijón
2:31.03 Keissy Joselyn Sousa fcp 14.03.98 25 Algés
2:29.66 Keissy Joselyn Sousa fcp 17.01.99 Estoril
2:29.09 Paula Filipa Silva fcp 06.03.99 Alcobaça
2:27.91 Paula Filipa Silva fcp 23.02.03 Estoril
2:26.52 Susana Patrícia Miguel sfuap 23.02.03 Estoril

Infantil A - § (01.10.04)

2:25.42 Diana Margarida Durães foca 10.05.09 Lousada
2:25.08 Inês Camacho Fernandes scp 06.03.10 Tavira
2:24.68 Mariana Pacheco Cunha cfp 22.04.17 Felgueiras

Aspirante - § (1965) # (31.12.66)

3:54.3 Armanda Lopes Bryton cfp 19.09.65 50 Évora
3:04.6 Susana Pinto Abreu gdlim 14.04.66 25 AVCM

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

3:00.9 Dulce Miranda Gouveia gdlim 16.03.67 25 AVCM
2:53.6 Dulce Miranda Gouveia gdlim 19.08.67 25 Porto - Fluvial
2:51.7 Manuela Mendes Silva aac 25.03.72 25 Porto - Antas
2:50.7 Manuela Mendes Silva aac 29.03.72 25 CPPL
2:48.1 Ana Maria Banha sad 17.08.73 50 Coimbra
2:47.7 Ana Maria Banha sad 23.03.74 25 Lisboa - Areiro
2:43.8 Ana Maria Banha sad 06.04.74 25 Lisboa - Areiro
2:43.7 Liliana Mendes Santos slb 02.08.75 50 Lisboa - Olivais
2:42.0 Liliana Mendes Santos slb 23.08.75 50 Coimbra
2:41.2 Paula Barata Alves sad 16.04.76 25 Porto - Antas
2:41.2 Liliana Mendes Santos slb 25.07.76 50 Lisboa - Olivais
2:40.3 Liliana Mendes Santos slb 14.08.76 50 Lisboa - Olivais
2:40.2 Maria Paula Santana cfp 20.11.77 25 Porto - Antas
2:37.66 Maria Paula Barbeiro ind 14.01.78 25 Hallenbad
2:36.30 Maria Paula Barbeiro ind 28.01.78 25 Frankfurt
2:32.5 Teresa Paula Figueiras fcp 12.07.78 25 Porto - Fluvial
2:29.8 Teresa Paula Figueiras fcp 14.07.79 25 Porto - Antas
2:29.07 Teresa Paula Figueiras fpn 08.02.80 25 Paris
2:28.4 Teresa Paula Figueiras fcp 19.07.80 25 Porto - Antas
2:28.10 Alexandra Maria Silva fcp 28.03.82 25 Lisboa - Areiro
2:27.78 Carla Sofia Marques cnac 29.02.92 25 Algés
2:27.60 Petra Quintela Chaves sad 29.02.92 25 Algés
2:26.4 Petra Quintela Chaves sad 23.05.92 25 Algés

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:26.27 Bárbara Sousa Ferreira lsc 17.01.99 Estoril
2:25.03 Bárbara Sousa Ferreira lsc 20.03.99 Penafiel
2:24.90 Filipa Ferreira Silva cna 13.06.99 Estoril
2:24.71 Susana Patrícia Miguel sfuap 15.02.04 Estoril
2:23.19 Susana Patrícia Miguel sfuap 15.02.04 Estoril
2:22.79 Susana Patrícia Miguel sfuap 28.02.04 Almada
2:20.93 Susana Patrícia Miguel sfuap 20.03.04 Penafiel

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

Juvenil B - § (01.10.13)

2:20.93 Susana Patrícia Miguel sfuap 20.03.04 Penafiel

Juvenil A - § (01.10.13)

2:18.59 Catarina Tiago Nunes sfuap 19.12.09 Sto. Ant. Cavaleiros
2:18.48 Ana Sofia Pina crasto 20.05.17 Mealhada

Júnior - § (1965) # (30.09.13)

3:13.4 Fátima Rosas de Almeida fcp 19.09.65 50 Évora
3:12.7 Isabel Ferreira de Carvalho gdlim 14.04.66 25 AVCM
3:00.1 Maria do Céu Castelo Branco sad 22.07.67 25 Lisboa - São Bento
2:51.5 Susana Pinto Abreu gdlim 09.08.67 25 Lisboa - São Bento
2:48.1 Clotilde Botelho de Melo gdlim 27.02.71 25 AVCM
2:47.5 Maria Teresa Oliveira aac 01.03.73 25 Algés
2:45.9 Francisca Pessanha Teixeira fcp 21.07.73 25 Porto - Fluvial
2:44.2 Maria Teresa Oliveira aac 17.08.73 25 Coimbra - Municipal
2:43.2 Manuela Mendes Silva aac 06.04.74 25 Lisboa - Areiro
2:42.7 Ana Maria Banha anl 27.12.74 25 Rijeka

2:42.5	Maria Teresa Faria	cac	16.04.76	25 Porto - Antas
2:41.5	Palmira Manuela Andrade	fcp	31.07.76	25 Porto - Fluvial
2:41.5	Palmira Manuela Andrade	fcp	14.08.76	50 Lisboa - Olivais
2:41.1	Liliana Mendes Santos	slb	22.01.77	25 Lisboa - Areeiro
2:37.8	Liliana Mendes Santos	slb	13.02.77	25 Lisboa - Areeiro
2:37.1	Liliana Mendes Santos	fpn	26.03.77	25 Trento
2:36.9	Liliana Mendes Santos	slb	08.04.77	25 Viseu - Municipal
2:36.5	Liliana Mendes Santos	slb	03.07.77	25 Porto - Fluvial
2:35.88	Liliana Mendes Santos	fpn	18.03.78	25 Atenas
2:34.5	Liliana Mendes Santos	slb	14.05.78	25 Aveiro
2:32.81	Teresa Paula Figueiras	fpn	21.12.80	25 Antibes
2:30.19	Teresa Paula Figueiras	fpn	06.02.81	25 Paris
2:27.1	Teresa Paula Figueiras	fcp	10.04.81	25 Porto - Antas
2:26.5	Teresa Paula Figueiras	fcp	25.07.81	25 Porto - Antas
2:25.7	Helena Antas Barros	sad	13.03.83	25 Lisboa - Areeiro
2:25.1	Helena Antas Barros	sad	27.03.83	25 Fafe
2:22.23	Ana Gama Alegria	scb	13.02.93	25 Porto - Antas
2:19.65	Maria Carlos Santos	gesl	04.03.94	25 Braga
2:18.94	Petra Quintela Chaves	sad	26.07.94	25 Algés
2:18.23	Diana Ramos Rocha	cfv	05.12.09	Leiria
2:14.94	Maria Carolina Rosa	scp	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
Júnior B - § (01.10.13)				
2:14.94	Maria Carolina Rosa	scp	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros
Júnior A - § (01.10.13)				
2:16.62	Victoria Kaminskaya	fpn	28.01.12	Uster
Sénior - § (1965)				
3:14.4	Teresa Ferreira Gomes	cnn	19.09.65	50 Évora
2:57.0	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	15.06.66	25 Lisboa - São Bento
2:55.3	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	25.08.66	25 Lisboa - São Bento
2:54.2	Susana Pinto Abreu	gdlim	17.03.68	25 AVCM
2:48.8	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	02.02.69	25 AVCM
2:48.8	Susana Pinto Abreu	gdlim	16.03.69	25 AVCM
2:48.7	Susana Pinto Abreu	fpn	21.07.69	50 Belém
2:47.1	Dulce Miranda Gouveia	fpn	21.07.69	50 Belém
2:47.1	Dulce Miranda Gouveia	fpn	24.07.69	50 Fortaleza
2:46.2	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	07.02.70	25 AVCM
2:44.7	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	23.07.72	25 Beira
2:41.4	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	25.08.74	25 Algés
2:39.1	Maria Teresa Faria	cac	11.04.78	25 Coimbra - Municipal
2:36.94	Maria Teresa Faria	cac	24.04.78	25 Porto - Antas
2:35.1	Liliana Mendes Santos	fpn	24.03.79	25 Atenas
2:33.93	Liliana Mendes Santos	fpn	28.04.79	25 Porto - Fluvial
2:31.4	Liliana Mendes Santos	slb	13.05.79	25 Aveiro
2:28.38	Teresa Paula Figueiras	anp	20.02.83	25 Madrid - Canoe
2:24.6	Teresa Paula Figueiras	fcp	13.03.83	25 Porto - Antas
2:23.5	Teresa Paula Figueiras	fcp	27.03.83	25 Fafe
2:23.0	Ana Antas de Barros	sad	25.04.89	25 Algés
2:22.61	Ana Antas de Barros	sad	09.02.90	25 Algés
2:22.4	Ana Antas de Barros	sad	23.06.91	25 Algés
2:20.65	Ana Antas de Barros	sad	26.02.93	25 Algés
2:19.31	Rita Gama Alegria	scb	04.03.94	25 Braga
2:19.17	Maria Carlos Santos	gesl	17.03.95	25 Algés
2:18.58	Maria Carlos Santos	fpn	03.12.95	25 Rio de Janeiro
2:18.49	Maria Carlos Santos	gesl	01.03.96	25 Felgueiras
2:18.39	Maria Carlos Santos	gesl	07.03.97	25 Estoril
2:17.51	Maria Carlos Santos	fpn	20.04.97	25 Gotemburgo
2:17.44	Filipa Ferreira Silva	cna	15.12.07	Óbidos
2:16.30	Diana Duarte Gomes	cna	05.12.09	Leiria
2:14.28	Victoria Kaminskaya	pimp	08.12.12	Porto - Fluvial
2:12.75	Victoria Kaminskaya	pimp	20.12.14	Porto - Fluvial
2:12.37	Victoria Kaminskaya	fpn	05.12.15	Netanya
Absoluto - § (1965)				
3:13.4	Fátima Rosas de Almeida	fcp	19.09.65	50 Évora
3:04.6	Susana Pinto Abreu	gdlim	14.04.66	25 AVCM
2:57.0	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	15.06.66	25 Lisboa - São Bento
2:55.3	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	25.08.66	25 Lisboa - São Bento
2:51.5	Susana Pinto Abreu	gdlim	09.08.67	25 Lisboa - São Bento
2:48.8	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	02.02.69	25 AVCM
2:48.8	Susana Pinto Abreu	gdlim	16.03.69	25 AVCM

2:48.7	Susana Pinto Abreu	fpn	21.07.69	50 Belém
2:47.1	Dulce Miranda Gouveia	fpn	21.07.69	50 Belém
2:47.1	Dulce Miranda Gouveia	fpn	24.07.69	50 Fortaleza
2:46.2	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	07.02.70	25 AVCM
2:44.7	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	23.07.72	25 Beira
2:44.2	Maria Teresa Oliveira	aac	17.08.73	50 Coimbra
2:43.2	Manuela Mendes Silva	aac	06.04.74	25 Lisboa - Areeiro
2:43.1	Liliana Mendes Santos	cnlu	09.08.74	50 Lisboa - Olivais
2:41.4	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	25.08.74	25 Algés
2:39.8	Maria Paula Santana	fcp	07.02.76	25 Porto - Antas
2:38.69	Maria Paula Santana	fpn	20.03.76	25 Trento
2:35.3	Maria Paula Santana	fpn	30.05.76	25 Algés
2:32.5	Teresa Paula Figueiras	fcp	12.07.78	25 Porto - Fluvial
2:31.4	Liliana Mendes Santos	slb	13.05.79	25 Aveiro
2:29.8	Teresa Paula Figueiras	fcp	14.07.79	25 Porto - Antas
2:29.07	Teresa Paula Figueiras	fpn	08.02.80	25 Paris
2:28.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	19.07.80	25 Porto - Antas
2:27.1	Teresa Paula Figueiras	fcp	10.04.81	25 Porto - Antas
2:26.5	Teresa Paula Figueiras	fcp	25.07.81	25 Porto - Antas
2:25.7	Helena Antas Barros	sad	13.03.83	25 Lisboa - Areeiro
2:24.6	Teresa Paula Figueiras	fcp	13.03.83	25 Porto - Antas
2:23.5	Teresa Paula Figueiras	fcp	27.03.83	25 Fafe
2:23.0	Ana Antas de Barros	sad	25.04.89	25 Algés
2:22.61	Ana Antas de Barros	sad	09.02.90	25 Algés
2:22.4	Ana Antas de Barros	sad	23.06.91	25 Algés
2:22.23	Ana Gama Alegria	scb	13.02.93	25 Porto - Antas
2:20.65	Ana Antas de Barros	sad	26.02.93	25 Algés
2:19.31	Rita Gama Alegria	scb	04.03.94	25 Braga
2:19.17	Maria Carlos Santos	gesl	17.03.95	25 Algés
2:18.58	Maria Carlos Santos	fpn	03.12.95	25 Rio de Janeiro
2:18.49	Maria Carlos Santos	gesl	01.03.96	25 Felgueiras
2:18.39	Maria Carlos Santos	gesl	07.03.97	25 Estoril
2:17.51	Maria Carlos Santos	fpn	20.04.97	25 Gotemburgo
2:17.44	Filipa Ferreira Silva	cna	15.12.07	Óbidos
2:16.30	Diana Duarte Gomes	cna	05.12.09	Leiria
2:14.28	Victoria Kaminskaya	pimp	08.12.12	Porto - Fluvial
2:12.75	Victoria Kaminskaya	pimp	20.12.14	Porto - Fluvial
2:12.37	Victoria Kaminskaya	fpn	05.12.15	Netanya
400 ESTILOS				
Infantil - # (30.09.96)				
5:32.0	Alexandra Maria Nogueira	slb	15.12.79	25 Lisboa - Luz
5:25.2	Alexandra Maria Silva	fcp	05.01.80	25 Porto - Antas
5:20.9	Alexandra Maria Silva	fcp	16.03.80	25 Porto - Fluvial
5:16.9	Alexandra Maria Silva	fcp	13.04.80	25 Porto - Antas
5:14.6	Alexandra Maria Silva	fcp	12.07.80	25 Porto - Antas
Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
5:28.44	tempo limite			
5:26.56	Marisa Santos Freitas	ahbvg	20.02.98	25 Guimarães
5:20.85	Marisa Santos Freitas	ahbvg	13.03.98	25 Algés
5:18.16	Susana Patrícia Miguel	sfuap	17.02.02	Damaia
5:15.68	Susana Patrícia Miguel	sfuap	06.07.02	Rio Maior
Infantil B - § (01.10.04)				
5:15.68	Susana Patrícia Miguel	sfuap	06.07.02	Rio Maior
Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
5:14.6	tempo limite			
5:10.19	Paula Filipa Silva	fcp	05.03.99	Alcobaça
5:07.21	Susana Patrícia Miguel	sfuap	16.02.03	Reboleira
Infantil A - § (01.10.04)				
5:05.82	Diana Ramos Rocha	edv	06.07.07	Ponte da Barca
5:05.68	Filipa Vilas Ruivo	dnmg	12.06.10	Leiria
Iniciado - § (1959) # (31.12.61)				
8:29.4	Bernardete Furtado Castro	sad	15.09.59	33 Algés
7:20.5	Luísa Gama Ochoa	avcm	21.02.60	33 GDLM
Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)				
7:09.1	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	20.09.62	25 Lisboa - São Bento
6:46.0	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	05.09.63	25 Lisboa - São Bento

6:38.8	Júlia Garcês Sousa	csm	25.09.65	25 Funchal – Lido
6:36.2	Maria do Céu Castelo Branco	sad	20.06.66	25 Algés

Juvenil - § (1972) # (30.09.96)

6:41.2	Isabel Ferreira da Silva	fcp	11.02.73	25 Porto - Antas
6:23.8	Maria Graça Guimarães	cdna	17.03.73	50 Luanda
6:02.1	Ana Maria Banha	sad	16.06.73	25 Algés
5:51.8	Ana Maria Banha	sad	25.08.73	50 Lisboa – Olivais
5:51.0	Ana Maria Banha	sad	11.08.74	50 Lisboa – Olivais
5:43.3	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	26.01.75	25 Lisboa – Areiro
5:40.2	Paula Barata Alves	sad	27.03.76	25 Lisboa – Areiro
5:36.8	Liliana Mendes Santos	slb	12.08.76	50 Lisboa – Olivais
5:31.19	Maria Paula Barbeiro	ind	15.01.78	25 Hallenbad
5:27.7	Aida Leite da Silva	fcp	01.04.78	25 Porto – Fluvial
5:21.6	Teresa Paula Figueiras	fcp	08.07.78	25 Porto - Antas
5:15.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	07.07.79	25 Porto - Antas
5:13.5	Teresa Paula Figueiras	fcp	05.01.80	25 Porto - Antas
5:08.9	Teresa Paula Figueiras	fcp	13.04.80	25 Porto - Antas
5:08.3	Alexandra Maria Silva	fcp	10.07.82	25 Porto - Antas
5:07.6	Petra Quintela Chaves	sad	16.02.92	25 Algés
5:03.27	Petra Quintela Chaves	sad	29.02.92	25 Algés

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

4:58.46	Susana Patrícia Miguel	sfuap	27.02.04	SFUAP
4:57.68	Susana Patrícia Miguel	sfuap	19.03.04	Penafiel

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

Juvenil B - § (01.10.13)

4:57.68	Susana Patrícia Miguel	sfuap	19.03.04	Penafiel
---------	------------------------	-------	----------	----------

Juvenil A - § (01.10.13)

4:51.85	Ana Cláudia Santos	sfuap	21.11.04	Setúbal
---------	--------------------	-------	----------	---------

Antiga categoria Aspirante - § (1955) # (31.12.61)

8:49.1	Maria Inês Costa	sad	29.05.55	33 Algés
7:25.2	Elza Maria Ferreira	aac	01.10.55	33 Algés
6:46.6	Luísa Bessone Basto	sad	09.08.59	33 Algés
6:31.7	Júlia Garcês Sousa	csm	26.06.66	25 Funchal – Lido

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

6:26.9	Maria do Céu Castelo Branco	sad	08.06.67	33 Algés
6:26.1	Maria do Céu Castelo Branco	fpn	30.07.67	50 Lisboa – Olivais
6:18.7	Dulce Miranda Gouveia	gdml	21.02.68	33 GDLM
6:14.2	Dulce Miranda Gouveia	gdml	06.03.68	25 AVCM
6:14.1	Clotilde Botelho de Melo	gdml	12.02.69	33 GDLM
6:05.5	Graça Guedes Maia	sad	30.08.69	50 Lisboa – Olivais
5:53.8	Clotilde Botelho de Melo	gdml	01.04.71	25 AVCM
5:53.0	Francisca Pessanha Teixeira	fcp	27.07.73	25 Porto – Fluvial
5:48.0	Ana Maria Banha	sad	26.01.75	25 Lisboa – Areiro
5:45.6	Ana Maria Banha	sad	01.02.75	25 Algés
5:35.80	Liliana Mendes Santos	slb	12.03.77	25 Lisboa – Areiro
5:33.70	Liliana Mendes Santos	slb	07.04.77	25 Viseu – Municipal
5:32.86	Liliana Mendes Santos	slb	06.08.77	50 Coimbra
5:31.64	Liliana Mendes Santos	slb	01.04.78	25 Lisboa – Areiro
5:31.05	Liliana Mendes Santos	slb	05.08.78	50 Lisboa – Olivais
5:26.13	Aida Leite da Silva	fcp	12.04.79	25 Porto – Fluvial
5:24.1	Aida Leite da Silva	fcp	23.02.80	25 Porto - Antas
5:23.4	Aida Leite da Silva	fcp	13.04.80	25 Porto - Antas
5:19.2	Teresa Paula Figueiras	fcp	30.11.80	25 Porto - Antas
5:17.12	Teresa Paula Figueiras	fpn	20.12.80	25 Antibes
5:10.7	Teresa Paula Figueiras	fcp	17.01.81	25 Porto - Antas
5:09.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	21.03.81	25 Porto - Antas
5:09.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	10.04.81	25 Porto - Antas
5:05.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	18.07.81	25 Porto - Antas
5:02.4	Marta von Hafe Roboredo	fcp	15.01.84	25 Porto - Antas
4:59.86	Alexandra Maria Jorge	cfp	29.02.92	25 Algés
4:58.95	Petra Quintela Chaves	sad	06.06.93	25 Algés
4:56.33	Petra Quintela Chaves	fpn	02.12.93	25 Palma de Maiorca
4:53.47	Ana Rita Santos	cfb	21.11.03	Paços de Ferreira
4:51.85	Ana Cláudia Santos	sfuap	21.11.04	Setúbal
4:51.07	Susana Patrícia Miguel	sfuap	09.12.05	Tomar
4:50.85	Diana Margarida Durães	foca	02.12.11	Silves
4:50.85	Diana Margarida Durães	foca	02.12.11	Silves

Júnior A - § (01.10.13)

4:48.80	Victoria Kaminskaya	pimp	02.12.11	Silves
---------	---------------------	------	----------	--------

Antiga categoria Júnior - # (31.12.61)

9:10.2	Maria Manuela Fragoso	gdml	03.04.53	33 GDLM
8:00.8	Isabel Furtado de Castro	sad	22.09.56	Algés
6:50.6	Luísa Bessone Basto	sad	02.09.59	33 Algés

Sénior

7:40.2	Regina Dinis Mendes	sad	22.05.55	33 Algés
7:36.9	Regina Dinis Mendes	sad	01.10.55	33 Algés
7:08.7	Regina Freitas Veloso	gdml	22.02.58	33 GDLM
6:55.9	Regina Freitas Veloso	gdml	08.03.58	33 GDLM
6:44.4	Regina Freitas Veloso	gdml	24.08.58	33 Aveiro SCBM
6:43.2	Luísa Bessone Basto	sad	18.09.59	33 Algés
6:26.6	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	28.08.64	25 Lisboa – São Bento
6:16.9	Júlia Garcês Sousa	csm	20.09.67	25 Funchal – Lido
6:06.6	Susana Pinto Abreu	gdml	21.02.68	33 GDLM
6:05.9	Dulce Miranda Gouveia	gdml	12.02.69	33 GDLM
6:02.4	Dulce Miranda Gouveia	gdml	05.03.69	33 GDLM
6:00.6	Graça Guedes Maia	gdml	06.02.71	25 AVCM
5:54.8	Dulce Miranda Gouveia	gdml	01.04.71	25 AVCM
5:53.9	Clotilde Botelho de Melo	gdml	19.08.73	50 Coimbra
5:50.2	Clotilde Botelho de Melo	gdml	25.08.73	50 Lisboa – Olivais
5:45.4	Paula Cristina Couceiro	aac	26.03.76	25 Coimbra – Municipal
5:39.7	Maria Teresa Faria	cac	11.04.78	25 Coimbra – Municipal
5:37.75	Maria Teresa Faria	cac	23.04.78	25 Porto - Antas
5:32.2	Liliana Mendes Santos	slb	09.12.78	25 Algés
5:22.1	Liliana Mendes Santos	slb	11.07.79	25 Lisboa – Luz
5:18.78	Teresa Paula Figueiras	anp	19.02.83	25 Madrid - Canoe
5:06.3	Teresa Paula Figueiras	fcp	04.06.83	25 Porto - Antas
5:04.55	Ana Teixeira de Carvalho	sad	11.02.90	25 Algés
4:56.92	Ana Teixeira de Carvalho	sad	16.06.90	25 Algés
4:55.54	Petra Quintela Chaves	sad	19.03.95	25 Algés
4:55.51	Petra Quintela Chaves	fpn	30.11.95	25 Rio de Janeiro
4:53.18	Petra Quintela Chaves	fpn	30.11.95	25 Rio de Janeiro
4:50.76	Bárbara Sousa Ferreira	cnmaia	22.11.02	Felgueiras
4:49.54	Susana Patrícia Miguel	cna	14.12.07	Óbidos
4:46.60	Nádia Morais Vieira	gestl	06.12.08	Guimarães
4:46.51	Nádia Morais Vieira	gestl	21.12.08	Sines
4:44.56	Nádia Morais Vieira	gestl	04.12.09	Leiria
4:41.02	Victoria Kaminskaya	pimp	07.12.12	Porto – Fluvial
4:40.59	Victoria Kaminskaya	pimp	15.11.14	Felgueiras
4:39.03	Victoria Kaminskaya	pimp	19.12.14	Porto - Fluvial
4:38.62	Victoria Kaminskaya	fpn	02.12.15	Netanya
4:37.41	Victoria Kaminskaya	esjb	11.12.15	Porto – Fluvial

Absoluto

9:10.2	Maria Manuela Fragoso	gdml	03.04.53	33 GDLM
7:40.2	Regina Dinis Mendes	sad	22.05.55	33 Algés
7:36.9	Regina Dinis Mendes	sad	01.10.55	33 Algés
7:25.2	Elza Maria Ferreira	aac	01.10.55	33 Algés
7:08.7	Regina Freitas Veloso	gdml	22.02.58	33 GDLM
6:55.9	Regina Freitas Veloso	gdml	08.03.58	33 GDLM
6:44.4	Regina Freitas Veloso	gdml	24.08.58	33 Aveiro SCBM
6:43.2	Luísa Bessone Basto	sad	18.09.59	33 Algés
6:26.6	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	28.08.64	25 Lisboa – São Bento
6:26.1	Maria do Céu Castelo Branco	fpn	30.07.67	50 Lisboa – Olivais
6:16.9	Júlia Garcês Sousa	csm	20.09.67	25 Funchal – Lido
6:06.6	Susana Pinto Abreu	gdml	21.02.68	33 GDLM
6:05.9	Dulce Miranda Gouveia	gdml	12.02.69	33 GDLM
6:02.4	Dulce Miranda Gouveia	gdml	05.03.69	33 GDLM
6:00.6	Graça Guedes Maia	gdml	06.02.71	25 AVCM
5:53.8	Clotilde Botelho de Melo	gdml	01.04.71	25 AVCM
5:50.2	Clotilde Botelho de Melo	gdml	25.08.73	50 Lisboa – Olivais
5:43.3	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	26.01.75	25 Lisboa – Areiro
5:40.2	Paula Barata Alves	sad	27.03.76	25 Lisboa – Areiro
5:36.8	Liliana Mendes Santos	slb	12.08.76	50 Lisboa – Olivais
5:35.80	Liliana Mendes Santos	slb	12.03.77	25 Lisboa – Areiro
5:33.70	Liliana Mendes Santos	slb	07.04.77	25 Viseu – Municipal
5:32.86	Liliana Mendes Santos	slb	06.08.77	50 Coimbra
5:31.64	Liliana Mendes Santos	slb	01.04.78	25 Lisboa – Areiro

5:27.7	Aida Leite da Silva	fcp	01.04.78	25 Porto – Fluvial
5:21.6	Teresa Paula Figueiras	fcp	08.07.78	25 Porto - Antas
5:15.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	07.07.79	25 Porto - Antas
5:13.5	Teresa Paula Figueiras	fcp	05.01.80	25 Porto - Antas
5:08.9	Teresa Paula Figueiras	fcp	13.04.80	25 Porto - Antas
5:05.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	18.07.81	25 Porto - Antas
5:02.4	Marta von Hafe Roboredo	fcp	15.01.84	25 Porto - Antas
4:56.92	Ana Teixeira de Carvalho	sad	16.06.90	25 Algés
4:56.33	Petra Quintela Chaves	fpn	02.12.93	25 Palma de Maiorca
4:55.54	Petra Quintela Chaves	sad	19.03.95	25 Algés
4:55.51	Petra Quintela Chaves	fpn	30.11.95	25 Rio de Janeiro
4:53.18	Petra Quintela Chaves	fpn	30.11.95	25 Rio de Janeiro
4:50.76	Bárbara Sousa Ferreira	cnmaia	22.11.02	Felgueiras
4:49.54	Susana Patrícia Miguel	cna	14.12.07	Óbidos
4:46.60	Nádia Morais Vieira	gesl	06.12.08	Guimarães
4:46.51	Nádia Morais Vieira	gesl	21.12.08	Sines
4:44.56	Nádia Morais Vieira	gesl	04.12.09	Leiria
4:41.02	Victoria Kaminskaya	pimp	07.12.12	Porto – Fluvial
4:40.59	Victoria Kaminskaya	pimp	15.11.14	Felgueiras
4:39.03	Victoria Kaminskaya	pimp	19.12.14	Porto - Fluvial
4:38.62	Victoria Kaminskaya	fpn	02.12.15	Netanya
4:37.41	Victoria Kaminskaya	esjb	11.12.15	3Porto – Fluvial

4X50 ESTILOS

Júnior - clubes - § (01.10.04)

2:04.72	tempo limite			
2:03.55	Alexandra Ribeiro Paula, Maria Carolina Rosa, Filipa Vilas Tiago, Patrícia Garcia Marinho	scp	07.12.08	Guimarães
2:00.01	Inês Catarina Agostinho, Maria Carolina Rosa, Filipa Vilas Tiago, Mafalda Gomes Beleza	scp	14.11.09	Abóboda
1:58.01	Francisca Gomes Azevedo, Ana Beatriz Marques, Bárbara Sofia Barata, Rita Barros Frischknecht	sad	21.12.13	Felgueiras

Júnior - seleções - § (01.10.04)

sem tempo limite

Sénior - clubes - § (01.10.04)

2:00.74	tempo limite			
2:00.11	Rita Gama Freitas, Nádia Alexandra Correia, Renata Lopes Amaral, Janete Fortes Reis	sfuap	20.12.04	Cantanhede
1:59.48	Susana Patrícia Miguel, Diana Duarte Gomes, Filipa Ferreira Silva, Raquel Sousa Gomes	cna	17.11.07	Tavira
1:59.41	Susana Patrícia Miguel, Ana Filipa Meneses, Filipa Ferreira Silva, Raquel Sousa Gomes	cna	15.12.07	Óbidos
1:55.77	Marta Vieira Marinho, Joana Catarina Carvalho, Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	07.12.08	Guimarães
1:53.97	Marta Vieira Marinho, Joana Catarina Carvalho, Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	05.12.09	Leiria
1:53.38	Marta Vieira Marinho, Ana Pinho Rodrigues, Sara Freitas Oliveira, Diana Margarida Durães	fcp	08.12.12	Porto – Fluvial

Sénior - seleções - § (01.10.04)

sem tempo limite

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

2:18.0	tempo limite			
2:11.3	Teresa Paula Figueiras, Aida Leite da Silva, Maria Paula Santana, Alexandra Maria Silva	fcp	18.01.81	25 Porto - Antas
2:09.55	Patrícia Melo Alves, Ana Teresa Raimundo, Sandra Cabral Neves, Luísa Tamaki Yokochi	slb	14.03.87	50 Lisboa – Olivais
2:07.40	Patrícia Melo Alves, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves, Ana Teresa Raimundo	slb	06.03.88	50 Lisboa – Olivais
2:06.35	Maria João Pantaleão, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves, Ana Teresa Raimundo	slb	27.01.90	50 Lisboa – Olivais
2:02.72	Ana Antas de Barros, Irina Sobral Cruz, Petra Quintela Chaves, Ana Isabel Nobre	sad	19.06.94	25 Algés
2:02.12	Vânia Cristina Oliveira, Tatiana Martins Soares, Raquel Maria Felgueiras, Ana Gama Alegria	scb	24.03.00	Mealhada
2:00.89	Petra Quintela Chaves, Ana Rita Catarino,			

2:00.74	Inês Páscoa Águas, Ana Rita Magalhães, Ana Rita Catarino,	sad	26.11.00	Guarda
2:00.11	Inês Páscoa Águas, Diana Quintela Chaves, Rita Gama Freitas, Nádia Alexandra Correia,	sad	24.11.01	Paços de Ferreira
1:59.44	Renata Lopes Amaral, Janete Fortes Reis, Joana Pimenta Bernardes, Sara Alexandra Madeira,	sfuap	20.12.04	Cantanhede
1:59.41	Catarina Correia Fabiana, Ana Filipa Pardal, Susana Patrícia Miguel, Ana Filipa Meneses,	cvg	10.12.05	Tomar
1:55.77	Filipa Ferreira Silva, Raquel Sousa Gomes, Marta Vieira Marinho, Joana Catarina Carvalho,	cna	15.12.07	Óbidos
1:53.97	Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro, Marta Vieira Marinho, Joana Catarina Carvalho,	fcp	07.12.08	Guimarães
1:53.38	Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro, Marta Vieira Marinho, Ana Pinho Rodrigues,	fcp	05.12.09	Leiria
	Sara Freitas Oliveira, Diana Margarida Durães	fcp	08.12.12	Porto – Fluvial

Absoluto - seleções - § (01.10.04)

2:00.74 tempo limite

#3X100 ESTILOS

Iniciado - # (1953)

6:01.6	Suzette Silva Rodrigues, Fernanda Gomes Cunha, Ercília Franco Gil	sad	02.08.47	33 Algés
5:21.2	Inês Santos Teixeira, Maria Ofélia Rosa, Luísa Malheiro da Silva	sad	09.10.49	33 Algés

Principiante - # (1953)

5:28.6	Regina Dinis Mendes, Maria Luísa Araújo, Ercília Franco Gil	sad	08.07.48	33 Algés
5:13.5	Inês Santos Teixeira, Maria Ofélia Rosa, Luísa Malheiro da Silva	sad	17.09.50	33 Algés

Absoluto - # (1953)

5:32.1/5	Ernesta de Almeida, Silvina Vieira Alves, Genoveva Moitinho Almeida	sad	29.09.35	33 Algés
5:04.3/5	Maria José Moniz Pereira, Silvina Vieira Alves, Maria Vitória Santos	sad	04.07.37	33 Algés
4:57.2/5	Maria Gourinho, Silvina Vieira Alves, Maria Vitória Santos	sad	01.08.37	33 Curia
4:53.2	Inês Santos Teixeira, Maria Luísa Araújo, Lucília Silva Angeja	sad	29.09.51	33 Algés

4X100 ESTILOS

Infantil - § (28.05.73)

5:40.4	Isabel Pessanha Teixeira, Isabel Cruz Pinheiro, Ana Maria Castro, Maria João Quintas	fcp	03.08.73	25 Porto – Fluvial
5:39.5	Maria Joana Delerue, Paula Vasconcelos Morais, Paula Barata Alves, Maria Paula Barbeiro	sad	10.08.74	50 Lisboa – Olivais
5:39.5	Maria Joana Delerue, Helena Barata Alves, Vilma Fernandes Naldo, Maria Paula Barbeiro	sad	01.03.75	25 Algés
5:27.7	Maria João Quintas, Maria Paula Santana, Maria Teresa Andrade, Maria Joana Andrade	fcp	28.03.75	25 Porto – Fluvial
5:23.7	Maria Paula Santana, Maria João Quintas, Maria Joana Andrade, Maria Teresa Andrade	fcp	21.08.75	50 Coimbra
5:12.1	Teresa Paula Figueiras, Fernanda Piedade Pedro, Ana Cristina Yokochi, Aida Leite da Silva	fpn	12.06.76	25 Porto – Fluvial
5:06.2	Vanda Sofia Saraiva, Marta von Hafe Roboredo, Alexandra Maria Silva, Maria João Taborda	anp	22.06.80	25 Porto - Antas
5:05.40	Paula Alexandra Costa, Alexandra Portela Alves, Célia Maria Nobre, Sónia Tarré de Sousa	anl	02.05.81	25 Madrid - Canoe
5:03.99	Patrícia Melo Alves, Alexandra Lourenço Carreira, Ana Alves Conceição, Natacha Alexandra Sousa	fpn	06.04.85	50 Lisboa – Olivais
5:00.5	Rita Gama Alegria, Virgília Soraya Gomes, Marta Fonseca Machado, Carla Santa Bárbara	fcp	20.03.88	25 Fafe
4:57.4	Carla Sobral Cruz, Virgília Soraya Gomes, Sandra Oliveira Araújo, Raquel Costa Martins	fcp	11.03.89	25 Guimarães

Grupo 3 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:57.4 Carla Sobral Cruz, Virgínia Soraya Gomes, Sandra Oliveira Araújo, Raquel Costa Martins fcp 11.03.89 25 Guimarães

Grupo 3 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:57.4 tempo limite

Infantil B - clubes - § (01.10.04)

4:57.35 Catarina Alexandra Jardim, Bárbara Nogueira Gonçalves, Carla Luísa Alves, Ana Silva Costa gdnfama 06.03.10 Ponte da Barca

Grupo 3 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

5:05.40 tempo limite

Infantil B - seleções - § (01.10.04)**Grupo 2 - § (01.10.96)**

5:28.40 Ana Sousa Costa, Maria Sofia Martins, Rita Lopes Ventura, Diana Santos Ferreira cnac 15.12.96 25 Coimbra – Municipal

5:10.34 Sofia Martiniano Afonso, Estefânia Gonçalves Maia, Mariana Lopes Rodrigues, Joana Silva Gonçalves cfp 22.02.97 25 Guimarães

4:57.40 Lílina Sofia Fonseca, Rita Andreia Correia, Raquel Caxias Garcia, Bruna Patrícia Vicente scp 15.03.97 25 Alcobaça

4:56.14 Lílina Sofia Fonseca, Rita Andreia Correia, Ana Salgueiro Rego, Ana Paris Leal anl 22.03.97 25 Rio Maior

4:52.79 Cláudia Cardoso Silva, Ana Rita Martins, Vanessa Paixão Neves, Filipa Ferreira Silva cna 21.02.98 25 Estoril

4:51.45 Cláudia Cardoso Silva, Ana Rita Martins, Vanessa Paixão Neves, Filipa Ferreira Silva, Filipa Ferreira Silva cna 14.03.98 25 Algés

Grupo 2 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:50.56 Leonor Borges Faria, Sara Beatriz Loureiro, Inês Ribeiro Viseu, Helena Ferreira Neves scb 01.04.00 25 Penafiel

4:48.60 Leonor Borges Faria, Sara Beatriz Loureiro, Inês Ribeiro Viseu, Helena Ferreira Neves scb 01.07.00 25 Braga

Infantil A - clubes - § (01.10.04)

4:48.07 Inês Catarina Agostinho, Ana Maria Pina, Raquel Paulo Ranito, Vera Patrícia Pinto slb 14.01.07 Alvalade

4:48.01 Inês Catarina Agostinho, Ana Maria Pina, Raquel Paulo Ranito, Vera Patrícia Pinto slb 10.03.07 Setúbal

4:42.00 Inês Catarina Agostinho, Ana Maria Pina, Raquel Paulo Ranito, Vera Patrícia Pinto slb 31.03.07 Sines

4:40.29 Catarina Alexandra Jardim, Bárbara Nogueira Gonçalves, Carla Luísa Alves, Ana Silva Costa gdnfama 12.03.11 Viseu

Grupo 2 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:43.35 tempo limite

Infantil A - seleções - § (01.10.04)

4:42.00 Inês Catarina Agostinho, Ana Maria Pina, Filipa Vilas Tiago, Susana Correia Oliveira anl 21.04.07 Torres Novas

4:35.91 Sofia Alexandra Nunes, Raquel Gomes Pereira, Laura Sanchez Rodrigues, Catarina Martins Mestre anl 13.04.13 Abrantes

Infantil - clubes - § (01.10.13)

4:40.89 tempo limite

Iniciado - § (1956)

7:05.7 Maria Lourdes França, Fernanda Santos Campos, Ana Vidal França, Maria José Augusto sclm 08.04.56 33 GDLM

6:59.3 Helena Maria Carvalho, Branca Margarida Baptista, Orlanda Maria Domingues, Manuela Campos Vieira gdml 20.12.59 25 AVCM

6:55.2 Ana Maria Abelha, Maria Manuela Costa, Graça Maria Espinha, Luísa Gama Ochoa avcm 13.03.60 33 GDLM

6:42.1 Ana Maria Abelha, Maria Manuela Costa, Graça Maria Espinha, Luísa Gama Ochoa avcm 13.04.60 25 AVCM

6:41.4 Ana Maria Abelha, Maria Manuela Costa, Graça Maria Espinha, Luísa Gama Ochoa avcm 23.04.60 33 GDLM

Aspirante - § (01.01.62)

6:39.4 Bernardete Santos Campos, Conceição Tito Abreu, Isabel Ferreira de Carvalho, Marília Ribeiro Bragança gdml 09.02.63 25 AVCM

6:28.2 Lili Pinto de Oliveira, Conceição Tito Abreu, Bernardete Santos Campos, Marília Ribeiro Bragança gdml 20.03.63 25 AVCM

6:26.2 Maria Lurdes Pessoa Duarte, Maria Isabel Encarnação,

6:04.7 Deolinda Chalbert da Silva, Augusta Louzeiro Cunha, Maria Lurdes Pessoa Duarte, Maria Isabel Encarnação, Deolinda Chalbert da Silva, Augusta Louzeiro Cunha sad 17.08.63 25 Lisboa – São Bento

Juvenil - § (01.01.67)

5:57.3 Ana Cristina Patacas, Ana Bela Lézinho, Graça Guedes Maia, Isaura Jesus Martins sad 28.09.67 33 Algés

5:50.4 Ana Cristina Patacas, Ana Bela Lézinho, Graça Guedes Maia, Isaura Jesus Martins sad 29.09.67 33 Algés

5:49.4 Ana Paula Pinto, Maria Alice Aleixo, Lídia Miranda Gouveia, Anabela Miranda Gouveia gdml 22.04.69 25 AVCM

5:49.0 Maria Alice Aleixo, Ana Paula Pinto, Lídia Miranda Gouveia, Lucília Maria Vieira gdml 23.08.69 50 Évora

5:47.8 Manuela Mendes Silva, Maria Teresa Oliveira, Maria Isabel Godinho, Ermelinda Jesus Carvalho aac 31.01.71 25 Coimbra – Municipal

5:47.5 Manuela Mendes Silva, Maria Teresa Oliveira, Maria Isabel Godinho, Maria Amélia Melo aac 07.02.71 25 Coimbra – Municipal

5:36.6 Manuela Mendes Silva, Maria Teresa Oliveira, Maria Isabel Godinho, Maria Amélia Melo aac 28.02.71 25 Coimbra – Municipal

5:30.7 Branca Sousa Couto, Maria Cândida Oliveira, Helena Maria Fernandes, Francisca Pessanha Teixeira fcp 30.05.71 25 Porto - Antas

5:29.3 Francisca Pessanha Teixeira, Helena Maria Fernandes, Maria Cândida Oliveira, Branca Sousa Couto fcp 21.08.71 50 Lisboa – Olivais

5:23.0 Isabel Ferreira da Silva, Isabel Cruz Pinheiro, Ana Maria Castro, Maria Paula Andrade fcp 07.04.74 25 Lisboa – Areeiro

5:21.5 Isabel Ferreira da Silva, Isabel Cruz Pinheiro, Ana Maria Castro, Maria Paula Andrade fcp 26.07.74 25 Porto – Fluvial

5:11.2 Isabel Cruz Pinheiro, Maria Isabel Amorim, Ana Maria Castro, Maria Paula Andrade fcp 28.03.75 25 Porto – Fluvial

5:08.3 Margarida Mendes Silva, Ana Maria Chocalinho, Luísa Cavaleiro Madeira, Lílina Mendes Santos fpn 12.06.76 25 Porto – Fluvial

5:05.8 Maria João Quintas, Isabel Alexandra Aguiar, Isabel Oliveira Martins, Maria Paula Santana cfp 07.04.77 25 Viseu – Municipal

5:02.0 Aida Leite da Silva, Cristina Bessa Oliveira, Teresa Paula Figueiras, Maria Cláudia Osório fcp 01.04.78 25 Porto – Fluvial

4:59.60 Aida Leite da Silva, Teresa Paula Figueiras, Cristina Bessa Oliveira, Maria Cláudia Osório fcp 23.04.78 25 Porto - Antas

4:57.4 Aida Leite da Silva, Maria Cláudia Osório, Teresa Paula Figueiras, Cristina Bessa Oliveira fcp 08.07.78 25 Porto - Antas

4:53.9 Olga Cató Camacho, Helena Antas Barros, Maria Teresa Sousa, Ana Viegas Faria sad 01.03.80 25 Lisboa – Luz

4:51.0 Marina Patrício Alvares, Ana Cristina Peralta, Maria Teresa Villaret, Ana Viegas Faria anl 22.06.80 25 Porto - Antas

4:49.3 Helena Antas Barros, Maria Teresa Sousa, Alexandra Maria Nogueira, Ana Viegas Faria sad 10.04.81 25 Porto - Antas

4:48.10 Helena Antas Barros, Maria Teresa Sousa, Maria Teresa Villaret, Ana Viegas Faria anl 02.05.81 25 Madrid - Canoe

4:47.62 Patrícia Melo Alves, Ana Alves Conceição, Sónia Neves Silva, Ana Verónica Neves slb 27.03.87 25 Algés

4:43.57 Patrícia Melo Alves, Joana Maria Vitoriano, Joana Isabel Arantes, Natácha Alexandra Sousa fpn 26.07.87 50 Roma

4:42.60 Sandra Cristina Correia, Joana Maria Lopes, Raquel Fernandes Anjos, Sónia Cristina Sousa fpn 01.04.89 50 Espoo

Grupo 1 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:37.85 tempo limite

Grupo 1 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:41.59 Cláudia Cardoso Silva, Ana Rita Martins, Vanessa Paixão Neves, Filipa Ferreira Silva cna 27.02.99 Almada

4:40.45 Leonor Borges Faria, Sara Beatriz Loureiro, Inês Ribeiro Viseu, Helena Ferreira Neves scb 17.03.01 Pinhal Novo

4:34.30 Ana Rita Rolo, Márcia Calado Pissarra, Joana Filipa Viana, Maria Inês Leitão scp 09.03.02 Guimarães

Juvenil - clubes - § (01.10.04) # (30.09.13)

4:33.40 Inês Catarina Agostinho, Ana Maria Pina, Sofia Oliveira Pinto, Vera Patrícia Pinto slb 15.06.08 Reboleira

Juvenil B - clubes - § (01.10.13)

4:33.40 Inês Catarina Agostinho, Ana Maria Pina, Sofia Oliveira Pinto, Vera Patrícia Pinto slb 15.06.08 Reboleira

Grupo 1 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:43.13 tempo limite

4:34.50	Keissy Joselyn Sousa, Bárbara Sousa Ferreira, Sara Freitas Oliveira, Maria Manuela Fonseca	annp	16.05.99	Funchal
4:28.92	Carolina Viegas Peres, Diana Duarte Gomes, Ana Isabel Ramos, Harriet Larcher Smith	fpn	21.06.03	Rio Maior
Juvenil - seleções - § (01.10.04) # (30.09.13)				
Juvenil B - seleções - § (01.10.13)				
4:28.92	Carolina Viegas Peres, Diana Duarte Gomes, Ana Isabel Ramos, Harriet Larcher Smith	fpn	21.06.03	Rio Maior
Juvenil A - clubes - § (01.10.13)				
4:31.86	Vera Inês Aguilár, Laura Catarina Abreu, Beatriz Jorge Rosa, Ana Isabel Viveiros	cdn	12.07.15	Funchal
Juvenil A - seleções - § (01.10.13)				
4:28.92	tempo limite			
4:26.97	Catarina Martins Mestre, Raquel Gomes Pereira, Laura Sanchez Rodrigues, Sofia Alexandra Nunes	anl	21.02.15	Abrantes
Juvenil - clubes - § (01.10.13)				
4:31.86	Vera Inês Aguilár, Laura Catarina Abreu, Beatriz Jorge Rosa, Ana Isabel Viveiros	cdn	12.07.15	Funchal
Antiga categoria Aspirante - § (1953) # (31.12.61)				
8:16.4	Maria Horténsia Castro, Maria Helena Costa, Maria Alice Meles, Inês Santa Clara	sad	05.08.54	33 Alhandra
7:52.4	Maria Horténsia Castro, Maria Helena Costa, Maria Alice Meles, Inês Santa Clara	sad	21.08.54	33 Figueira da Foz
7:32.5	Isabel Furtado de Castro, Fernanda Ferreira Costa, Felícia Santana Barreto, Teresa Manta Pereira	sad	14.08.56	33 Alhandra
7:26.7	Manuela Alves Gil, Maria Judite Antunes, Maria Antónia Pinto, Maria Odete Santos	sad	30.07.58	25 Lisboa – São Bento
7:21.7	Manuela Alves Gil, Maria Antónia Pinto, Maria Judite Antunes, Maria Odete Santos	sad	23.08.58	33 Aveiro SCBM
6:38.1	Berta Maria Madeira, Josefina Freitas Lomelino, Luísa Bessone Basto, Isabel Pereira Machado	sad	29.07.59	Algés
Júnior - § (01.01.62) # (31.05.98)				
6:38.1	Maria Manuela Costa, Maria Lucília Capelo, Graça Maria Espinha, Ana Maria Abelha	avcm	01.04.62	25 AVCM
6:35.8	Maria Manuela Costa, Maria Lucília Capelo, Graça Maria Espinha, Ana Maria Abelha	avcm	08.04.62	25 AVCM
6:22.3	Helena Prista da Graça, Fernanda Silva Nunes, Manuela Silva Nunes, Maria Rosalina Castro	sad	11.08.62	33 Fundão
6:20.2	Cristina Gourinho Oliveira, Anabela NÓvoa Cortez, Isabel Ferreira de Carvalho, Conceição Tito Abreu	gdln	10.01.65	25 AVCM
6:16.0	Cristina Gourinho Oliveira, Anabela NÓvoa Cortez, Isabel Ferreira de Carvalho, Conceição Tito Abreu	gdln	17.01.65	25 AVCM
6:15.2	Cristina Gourinho Oliveira, Manuela Gourinho Oliveira, Isabel Ferreira de Carvalho, Bernardete Santos Campos	gdln	08.01.66	25 AVCM
6:13.2	Bernardete Santos Campos, Paula Silva Valadão, Isabel Ferreira de Carvalho, Manuela Gourinho Oliveira	gdln	18.01.66	33 GDLM
5:59.8	Bernardete Santos Campos, Paula Silva Valadão, Isabel Ferreira de Carvalho, Manuela Gourinho Oliveira	gdln	06.03.66	33 GDLM
5:59.4	Ana Cristina Patacas, Graça Guedes Maia, Isaura Jesus Martins, Ana Paula Matos	sad	14.06.69	33 Algés
5:42.3	Ana Cristina Patacas, Graça Guedes Maia, Isaura Jesus Martins, Ana Paula Matos	sad	23.08.69	50 Évora
5:29.8	Francisca Pessanha Teixeira, Clotilde Botelho de Melo, Florinda Lopes Cardia, Maria Teresa Oliveira	fpn	27.07.72	50 Coimbra
5:23.7	Helena Maria Fernandes, Francisca Pessanha Teixeira, Laurinda Maria Fernandes, Maria Cândida Oliveira	fcp	18.03.73	25 Algés
5:20.8	Laurinda Maria Fernandes, Helena Maria Fernandes, Francisca Pessanha Teixeira, Maria Cândida Oliveira	fcp	26.07.73	25 Porto – Fluvial
5:15.4	Helena Maria Fernandes, Laurinda Maria Fernandes, Maria Cândida Oliveira, Francisca Pessanha Teixeira	fcp	18.08.73	50 Coimbra
5:09.7	Maria Teresa Faria, Maria Luz Mendes, Maria Lurdes Silva, Palmira Manuela Andrade	fpn	12.06.76	25 Porto – Fluvial
5:02.2	Margarida Mendes Silva, Maria Luz Mendes, Eugénia Maria Cunha, Maria Teresa Faria	cac	19.03.77	25 Coimbra – Municipal
4:57.7	Maria Teresa Faria, Maria Luz Mendes, Eugénia Maria Cunha, Margarida Mendes Silva	cac	07.04.77	25 Viseu – Municipal
4:55.70	Aida Leite da Silva, Teresa Paula Figueiras,			

4:54.8	Cristina Bessa Oliveira, Ana von Hafe Roboredo Aida Leite da Silva, Teresa Paula Figueiras,	fcp	21.03.81	25 Porto - Antas
4:53.4	Cristina Bessa Oliveira, Ana von Hafe Roboredo Helena Antas Barros, Maria Teresa Sousa,	fcp	10.04.81	25 Porto - Antas
4:49.7	Maria Teresa Villaret, Alexandra Maria Nogueira Helena Antas Barros, Maria Teresa Sousa,	sad	13.03.83	25 Lisboa – Areeiro
4:47.64	Maria Teresa Villaret, Alexandra Maria Nogueira Luísa Tamaki Yokochi, Rita Santana Beato,	sad	27.03.83	25 Fafe
4:44.03	Júlia Louro Matos, Sandra Cabral Neves Luísa Tamaki Yokochi, Carla Lebre Rosário,	slb	21.03.86	25 Porto - Antas
4:38.93	Ana Isabel Franco, Ana Teresa Raimundo Patrícia Melo Alves, Joana Maria Vitoriano,	slb	27.03.87	25 Algés
4:36.30	Joana Isabel Arantes, Natacha Alexandra Sousa Luísa Maria Portela, Joana Magalhães Soutinho,	fpn	01.04.89	50 Palma de Maiorca
4:35.74	Alexandra Maria Jorge, Virgília Soraya Gomes Joana Magalhães Soutinho, Joana Manuel Freitas,	anp	10.05.92	25 Algés
4:29.30	Joana Tavares Brandão, Patrícia Duarte Areosa Petra Quintela Chaves, Joana Magalhães Soutinho, Helena Sofia Sousa, Ana Gama Alegria	cfp	27.02.93	25 Algés
		fpn	18.04.93	50 Lisboa – Olivais
Júnior - clubes - § (01.06.98)				
4:32.47	Cláudia Cardoso Silva, Ana Rita Martins, Filipa Ferreira Silva, Raquel Sousa Gomes	cna	25.03.00	Mealhada
4:30.91	Liliana Maria Barral, Nádia Alexandra Correia, Vanessa Paixão Neves, Joana Oliveira Amorim	sfuap	18.05.01	Algés
4:29.19	Joana Filipa Lopes, Joana Pedrosa Marques, Susana Patrícia Miguel, Ana Cláudia Santos	sfuap	03.06.06	Pinhal Novo
4:29.19	Mafalda Gomes Beleza, Maria Carolina Rosa, Filipa Vilas Tiago, Patrícia Garcia Marinho	scp	06.12.08	Guimarães
4:16.94	Inês Catarina Agostinho, Maria Carolina Rosa, Filipa Vilas Tiago, Mafalda Gomes Beleza	scp	04.12.09	Leiria
Júnior - seleções - § (01.06.98)				
4:36.30	tempo limite			
4:31.54	Ana Paris Leal, Ana Rute Cabral, Vanessa Paixão Neves, Cátia Andreia Ribeiro	fpn	16.04.00	Salamanca
Antiga categoria Júnior - § (1957) # (31.12.61)				
7:07.9	Maria Regina Barreto, Felícia Santana Barreto, Isabel Furtado de Castro, Mafalda Henriques Delaunay	sad	14.08.57	Algés
6:58.5	Maria Regina Barreto, Felícia Santana Barreto, Isabel Furtado de Castro, Maria Teresa Montoya	sad	01.09.57	50 Luso
6:42.1	Maria Antónia Pinto, Felícia Santana Barreto, Maria Teresa Montoya, Maria Odete Santos	sad	31.08.58	50 Praia das Maças
6:27.2	Berta Maria Madeira, Josefina Freitas Lomelino, Luísa Bessone Basto, Isabel Pereira Machado	sad	06.09.59	33 Aveiro SCBM
Sénior - § (1953) # (31.05.98)				
9:58.1	Helena Lopes Massano, Aixa Tavares Pinho, Maria José Valle, Odete Maria Nobre	scp	08.08.54	33 Algés
7:43.2	Fernanda Silveira da Cunha, Margarida Machado Neves, Regina Dinis Mendes, Maria Luísa Barreto	sad	11.08.55	33 Algés
7:25.7	Fernanda Silveira da Cunha, Margarida Machado Neves, Regina Dinis Mendes, Maria Luísa Barreto	sad	04.09.55	33 Figueira da Foz
6:42.6	Isabel Furtado de Castro, Felícia Santana Barreto, Maria Teresa Montoya, Maria Odete Santos	sad	07.09.58	50 Luso
6:09.5	Berta Maria Madeira, Irma Felske Delgado, Luísa Bessone Basto, Maria Teresa Montoya	sad	24.08.60	33 Algés
6:06.9	Berta Maria Madeira, Irma Felske Delgado, Luísa Bessone Basto, Maria Teresa Montoya	sad	18.09.60	25 Lisboa – São Bento
6:04.0	Berta Maria Madeira, Helena Tavares Santos, Manuela Silva Nunes, Bernardete Furtado Castro	sad	30.08.62	25 Lisboa – São Bento
5:59.9	Berta Maria Madeira, Maria Rosalina Castro, Manuela Silva Nunes, Helena Prista da Graça	sad	21.08.63	25 Lisboa – São Bento
5:40.7	Berta Maria Madeira, Maria Lurdes Pessoa Duarte, Manuela Silva Nunes, Maria Rosalina Castro	sad	12.09.64	33 Elvas
5:39.9	Dulce Miranda Gouveia, Anabela Miranda Gouveia, Clotilde Botelho de Melo, Lídia Miranda Gouveia	gdln	19.02.73	25 AVCM
5:35.8	Celeste Maria Otão, Lídia Miranda Gouveia, Clotilde Botelho de Melo, Dulce Miranda Gouveia	gdln	23.03.74	25 AVCM
5:07.2	Dulce Miranda Gouveia, Maria Helena Silvano, Maria Teresa Oliveira, Manuela Mendes Silva	cac	28.03.75	25 Porto – Fluvial

4:59.16	Maria Luz Mendes, Maria Teresa Faria, Maria Adelaide Melo, Eugénia Maria Cunha	cac	12.04.79	25 Porto – Fluvial
4:55.5	Helena Antas Barros, Maria Teresa Sousa, Maria Teresa Villaret, Maria Paula Barbeiro	sad	25.03.84	25 Porto - Antas
4:50.6	Maria José Sá, Teresa Paula Figueiras, Alexandra Maria Silva, Ana Maria Fernandes	fcp	10.03.85	25 Porto – Fluvial
4:44.5	Helena Antas Barros, Maria Teresa Sousa, Sílvia Maria Morais, Alexandra Maria Nogueira	sad	29.03.85	25 Algés
4:41.7	Ana Antas de Barros, Helena Antas Barros, Sílvia Maria Morais, Sónia Tarré de Sousa	sad	28.02.87	25 Algés
4:39.57	Ana Antas de Barros, Helena Antas Barros, Sílvia Maria Morais, Sónia Tarré de Sousa	sad	27.03.87	25 Algés
4:26.73	Ana Antas de Barros, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves, Ana Teresa Raimundo	fpn	24.01.88	25 Barcelona
4:14.70	Ana Antas de Barros, Joana Magalhães Soutinho, Joana Isabel Arantes, Ana Gama Alegria	fpn	05.12.93	25 Palma de Maiorca
4:13.09	Ana Antas de Barros, Joana Magalhães Soutinho, Joana Isabel Arantes, Ana Gama Alegria	fpn	05.12.93	25 Palma de Maiorca

Sénior - clubes - § (01.06.98)

4:21.10	Ana Lúcia Cabral, Joana Magalhães Soutinho, Joana Manuel Freitas, Rita Lopes Fernandes	fcp	02.03.96	25 Felgueiras
4:13.56	Susana Patrícia Miguel, Diana Duarte Gomes, Filipa Ferreira Silva, Raquel Sousa Gomes	cna	21.12.07	Silves
4:10.09	Marta Vieira Marinho, Joana Catarina Carvalho, Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	20.12.08	Sines
4:09.10	Marta Vieira Marinho, Joana Catarina Carvalho, Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	04.12.09	Leiria
4:06.14	Marta Vieira Marinho, Joana Catarina Carvalho, Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros

Sénior - seleções - § (01.06.98)

4:13.09	Ana Antas de Barros, Joana Magalhães Soutinho, Joana Isabel Arantes, Ana Gama Alegria	fpn	05.12.93	25 Palma de Maiorca
4:11.54	Ana Sofia Leite, Victoria Kaminskaya, Ana Catarina Monteiro, Joana Patrícia Pinto	fpn	08.11.14	V. R. Santo António

Absoluto - § (1953) # (31.05.98)

9:58.1	Helena Lopes Massano, Aixa Tavares Pinho, Maria José Valle, Odete Maria Nobre	scp	08.08.54	33 Algés
7:52.4	Maria Hortênsia Castro, Maria Helena Costa, Maria Alice Meles, Inês Santa Clara	sad	21.08.54	33 Figueira da Foz
7:43.2	Fernanda Silveira da Cunha, Margarida Machado Neves, Regina Dinis Mendes, Maria Luísa Barreto	sad	11.08.55	33 Algés
7:25.7	Fernanda Silveira da Cunha, Margarida Machado Neves, Regina Dinis Mendes, Maria Luísa Barreto	sad	04.09.55	33 Figueira da Foz
7:05.7	Maria Lourdes França, Fernanda Santos Campos, Ana Vidal França, Maria José Augusto	sclm	08.04.56	33 GDLM
6:58.5	Maria Regina Barreto, Felícia Santana Barreto, Maria Teresa Montoya, Isabel Furtado de Castro	sad	01.09.57	50 Luso
6:42.4	Isabel Furtado de Castro, Maria Antónia Pinto, Maria Teresa Montoya, Luísa Bessone Basto	sad	03.08.58	33 Algés
6:42.1	Maria Antónia Pinto, Felícia Santana Barreto, Maria Teresa Montoya, Maria Odete Santos	sad	31.08.58	50 Praia das Maçãs
6:06.8	Elza Maria Ferreira, Fernanda Santos Campos, Regina Freitas Veloso, Maria Graça Paiva	anlm	02.09.58	33 Algés
6:05.9	Berta Maria Madeira, Felícia Santana Barreto, Luísa Bessone Basto, Maria Teresa Montoya	fpn	23.08.59	33 Aveiro SCBM
6:00.1	Bernardete Sousa e Brito, Regina Freitas Veloso, Branca Margarida Baptista, Amélia Silva Santos	gdlim	13.03.60	33 GDLM
5:54.0	Bernardete Sousa e Brito, Regina Freitas Veloso, Branca Margarida Baptista, Amélia Silva Santos	gdlim	10.04.60	25 AVCM
5:52.8	Bernardete Sousa e Brito, Regina Freitas Veloso, Luísa Bessone Basto, Maria Teresa Montoya	fpn	06.08.60	33 Figueira da Foz
5:50.5	Maria Lurdes Pessoa Duarte, Fernanda Silva Nunes, Manuela Silva Nunes, Maria Rosalina Castro	fpn	01.08.63	50 Belém
5:40.7	Berta Maria Madeira, Maria Lurdes Pessoa Duarte, Manuela Silva Nunes, Maria Rosalina Castro	sad	12.09.64	33 Elvas
5:40.4	Maria Lurdes Pessoa Duarte, Teresa Ferreira Gomes, Júlia Garcês Sousa, Maria do Céu Castelo Branco	fpn	16.07.66	50 Évora
5:32.8	Maria Lurdes Pessoa Duarte, Teresa Ferreira Gomes, Júlia Garcês Sousa, Maria do Céu Castelo Branco	fpn	19.07.66	25 Lisboa – São Bento

5:21.3	Maria do Céu Castelo Branco, Luísa Flecha Gonçalves, Susana Pinto Abreu, Ana Gaspar Monteiro	fpn	29.07.67	50 Lisboa – Olivais
5:20.0	Dulce Miranda Gouveia, Maria Alice Aleixo, Susana Pinto Abreu, Clotilde Botelho de Melo	gdlim	22.04.69	25 AVCM
5:12.3	Dulce Miranda Gouveia, Graça Guedes Maia, Susana Pinto Abreu, Ana Gaspar Monteiro	fpn	13.07.69	25 Coimbra – Municipal
5:10.3	Luísa Cavaleiro Madeira, Ana Maria Chocalhinho, Manuela Mendes Silva, Maria Teresa Oliveira	fpn	17.03.74	25 Coimbra – Municipal
5:07.2	Dulce Miranda Gouveia, Maria Helena Silvano, Maria Teresa Oliveira, Manuela Mendes Silva	cac	28.03.75	25 Porto – Fluvial
5:05.2	Dulce Miranda Gouveia, Maria Paula Santana, Paula Barata Alves, Líliana Mendes Santos	fpn	29.05.76	25 Algés
4:56.0	Dulce Miranda Gouveia, Paula Barata Alves, Helena Maria Fernandes, Maria Paula Santana	fpn	12.06.76	25 Porto – Fluvial
4:51.97	Teresa Paula Figueiras, Maria Luz Mendes, Líliana Mendes Santos, Maria Paula Santana	fpn	19.03.78	25 Atenas
4:42.17	Teresa Paula Figueiras, Maria Júlia Sobral, Doroteia Maria Coelho, Maria Paula Santana	fpn	25.03.79	25 Atenas
4:41.43	Teresa Paula Figueiras, Ana Cristina Peralta, Maria Teresa Villaret, Maria Paula Santana	fpn	21.12.80	25 Antibes
4:28.97	Ana Antas de Barros, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves, Ana Teresa Raimundo	fpn	28.12.86	25 Gijón
4:26.73	Ana Antas de Barros, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves, Ana Teresa Raimundo	fpn	24.01.88	25 Barcelona
4:23.95	Ana Antas de Barros, Joana Magalhães Soutinho, Joana Isabel Arantes, Ana Gama Alegria	fpn	04.04.93	50 Florença
4:19.56	Ana Antas de Barros, Joana Magalhães Soutinho, Joana Isabel Arantes, Ana Gama Alegria	fpn	07.08.93	50 Sheffield
4:14.70	Ana Antas de Barros, Joana Magalhães Soutinho, Joana Isabel Arantes, Ana Gama Alegria	fpn	05.12.93	25 Palma de Maiorca
4:13.09	Ana Antas de Barros, Joana Magalhães Soutinho, Joana Isabel Arantes, Ana Gama Alegria	fpn	05.12.93	25 Palma de Maiorca
4:12.76	Maria Carlos Santos, Joana Magalhães Soutinho, Ana Rita Francisco, Ana Gama Alegria	fpn	03.12.95	25 Rio de Janeiro

Absoluto - clubes

4:42.1	Teresa Paula Figueiras, Marta von Hafe Roboredo, Isabel Silva Mota, Alexandra Maria Silva	fcp	27.06.82	25 Porto – Fluvial
4:32.71	Luísa Tamaki Yokochi, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves, Ana Teresa Raimundo	slb	27.03.88	25 Porto - Antas
4:30.20	Joana Maria Vitoriano, Patrícia Silva Lobo, Maria Luísa Costa, Carla Santa Bárbara	fcp	27.02.92	25 Algés
4:29.50	Ana Antas de Barros, Joana Isabel Aguiar, Raquel Fernandes Anjos, Ana Isabel Nobre	sad	27.02.93	25 Algés
4:28.24	Ana Antas de Barros, Raquel Fernandes Anjos, Andreia Fialho Neves, Ana Isabel Nobre	sad	05.06.93	25 Algés
4:24.62	Alexandra Maria Jorge, Joana Magalhães Soutinho, Maria Luísa Costa, Virgília Soraya Gomes	fcp	05.03.94	25 Braga
4:22.22	Ana Lúcia Cabral, Joana Magalhães Soutinho, Joana Manuel Freitas, Rita Lopes Fernandes	fcp	18.03.95	25 Algés
4:21.10	Ana Lúcia Cabral, Joana Magalhães Soutinho, Joana Manuel Freitas, Rita Lopes Fernandes	fcp	02.03.96	25 Felgueiras
4:20.61	Joana Pimenta Bernardes, Sara Alexandra Madeira, Catarina Correia Fabiana, Ana Filipa Pardal	cvg	09.12.05	Tomar
4:20.17	Marta Vieira Marinho, Paula Filipa Silva, Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	16.12.05	Paços de Ferreira
4:13.56	Susana Patrícia Miguel, Diana Duarte Gomes, Filipa Ferreira Silva, Raquel Sousa Gomes	cna	21.12.07	Silves
4:10.09	Marta Vieira Marinho, Joana Catarina Carvalho, Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	20.12.08	Sines
4:09.10	Marta Vieira Marinho, Joana Catarina Carvalho, Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	04.12.09	Leiria
4:06.14	Marta Vieira Marinho, Joana Catarina Carvalho, Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	19.12.09	Sto. Ant. Cavaleiros

Absoluto - seleções - § (01.06.98)

4:12.76	Maria Carlos Santos, Joana Magalhães Soutinho, Ana Rita Francisco, Ana Gama Alegria	fpn	03.12.95	25 Rio de Janeiro
4:11.54	Ana Sofia Leite, Victoria Kaminskaya, Ana Catarina Monteiro, Joana Patrícia Pinto	fpn	08.11.14	V. R. Santo António

NADADOR COMPLETO

Infantil - § (1980)

8:27.8	Sílvia Maria Morais	abve	05,06.07.80	50 Olivais
	100 L - 1:13.2; 100 B - 1:38.4; 100 C - 1:25.5; 100 M - 1:16.7; 200 E - 2:54.0			
7:49.8	Alexandra Alves	sad	01,02.03.81	25 Areeiro
	100 L - 1:07.1; 100 B - 1:24.0; 100 C - 1:20.4; 100 M - 1:16.1; 200 E - 2:42.2			

Juvenil - § (1980)

7:48.9	Marina Patrício Alvares	cdcp	05,06.07.80	50 Olivais
	100 L - 1:05.3; 100 B - 1:29.4; 100 C - 1:16.6; 100 M - 1:14.7; 200 E - 2:42.9			
7:29.2	Helena Antas Barros	sad	01,02.03.81	25 Areeiro
	100 L - 1:05.0; 100 B - 1:19.6; 100 C - 1:15.0; 100 M - 1:15.2; 200 E - 2:34.4			
7:25.7	Alexandra Maria Silva	fcp	29,30.05.82	25 Antas,Fluv.
	100 L - 1:02.7; 100 B - 1:26.4; 100 C - 1:15.6; 100 M - 1:09.0; 200 E - 2:32.0			

Júnior - § (1980)

7:55.0	Ana Cristina Yokochi	slb	05,06.07.80	50 Olivais
	100 L - 1:09.0; 100 B - 1:33.4; 100 C - 1:14.9; 100 M - 1:11.8; 200 E - 2:45.9			
7:34.4	Paula Marisa Lamego	slb	01,02.03.81	25 Areeiro
	100 L - 1:08.7; 100 B - 1:17.8; 100 C - 1:16.7; 100 M - 1:14.0; 200 E - 2:37.2			
7:18.0	Teresa Paula Figueiras	fcp	30,5,01.6.81	25 Antas
	100 L - 1:05.2; 100 B - 1:21.4; 100 C - 1:10.3; 100 M - 1:12.6; 200 E - 2:28.5			
7:08.8	Teresa Paula Figueiras	fcp	29,30.05.82	25 Antas,Fluv.
	100 L - 1:03.4; 100 B - 1:18.8; 100 C - 1:09.6; 100 M - 1:08.1; 200 E - 2:28.9			

Sénior - § (1980)

7:38.3	Liliana Mendes Santos	slb	05,06.07.80	50 Olivais
	100 L - 1:04.9; 100 B - 1:26.6; 100 C - 1:17.5; 100 M - 1:10.1; 200 E - 2:39.2			
7:32.6	Maria Paula Santana	fcp	30,31.05.81	25 Antas
	100 L - 1:02.0; 100 B - 1:22.9; 100 C - 1:17.7; 100 M - 1:10.0; 200 E - 2:40.0			
7:10.6	Helena Antas Barros	sad	18,19.02.84	25 Algés
	100 L - 1:02.7; 100 B - 1:18.4; 100 C - 1:10.8; 100 M - 1:09.0; 200 E - 2:29.7			

Absoluto - § (1980)

7:38.3	Liliana Mendes Santos	slb	05,06.07.80	50 Olivais
	100 L - 1:04.9; 100 B - 1:26.6; 100 C - 1:17.5; 100 M - 1:10.1; 200 E - 2:39.2			
7:29.2	Helena Antas Barros	sad	01,02.03.81	25 Areeiro
	100 L - 1:05.0; 100 B - 1:19.6; 100 C - 1:15.0; 100 M - 1:15.2; 200 E - 2:34.4			
7:18.0	Teresa Paula Figueiras	fcp	30,5,01.6.81	25 Antas
	100 L - 1:05.2; 100 B - 1:21.4; 100 C - 1:10.3; 100 M - 1:12.6; 200 E - 2:28.5			
7:08.8	Teresa Paula Figueiras	fcp	29,30.05.82	25 Antas,Fluv.
	100 L - 1:03.4; 100 B - 1:18.8; 100 C - 1:09.6; 100 M - 1:08.1; 200 E - 2:28.9			

TODAS AS PISCINAS / PISCINA DE 25m PROVAS MISTAS

4x50 LIVRES

Absoluto clubes

1:45.39	Bruno Miguel Franco, José Tomás Simeão, Bruna Martins Riesenberger, Sofia Alexandra Nunes	cirl	17.04.16	Entroncamento
---------	--	------	----------	---------------

#50x50 LIVRES

Absoluto clubes - § (01.10.79)

30:00.0	tempo limite			
---------	--------------	--	--	--

4x100 LIVRES

Absoluto clubes

3:49.03	Sara Alexandra Madeira, Bernardo Almeida Moreira, Ana Filipa Pardal, Miguel Ferreira Sardinha	cncvg	13.05.06	Caldas da Rainha
---------	--	-------	----------	------------------

#100x100 LIVRES

Absoluto clubes - § (01.10.79)

2 horas	tempo limite			
---------	--------------	--	--	--

#HORA

Absoluto clubes - § (01.10.79)

5000m	distância mínima			
5907m	Gonçalo Nuno Araújo, José Gil Machado, Henrique Mesquita Gabriel, Carlos Estevão Modesto, Pedro Mesquita Gabriel, Helena Antas Barros, Maria Paula Barbeiro, Vanda Maria Ribeiro, Elsa Cristina Sousa, Maria Eugénia Carvalho	sad	24.06.84	25 Algés

4x50 ESTILOS

Absoluto clubes

1:57.28	Susana Correia Oliveira, Duarte Alonso Catela, Miguel Cordeiro Saraiva, Isabel Pinto Abreu	cfb	21.02.09	Alapraia
---------	---	-----	----------	----------

Absoluto seleções

1:47.18	Nathan Keith Theodoris, Ana Pinho Rodrigues, Gabriel José Lopes, Ana Sofia Leite	fpn	03.12.15	Netanya
---------	---	-----	----------	---------

4x100 ESTILOS

Absoluto clubes

4:15.91	Raquel Paulo Ranito, Nuno Gonçalo Quintanilha, Henrique Lourenço Ferreira, Carolina Santos Albuquerque	cncvg	14.02.15	Caldas da Rainha
---------	---	-------	----------	------------------

DOS ANOS 30 AOS ANOS 60



Alexandrina Pinto



Ana Gaspar



António Paulo Vasconcelos



Azinhais dos Santos



Basílio dos Santos



Bessone Basto junior



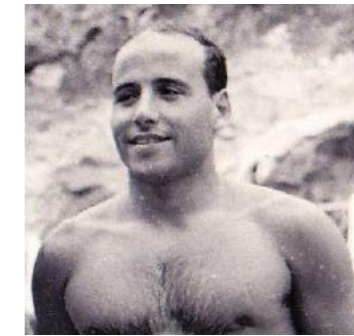
Carlos Monteiro da Silva



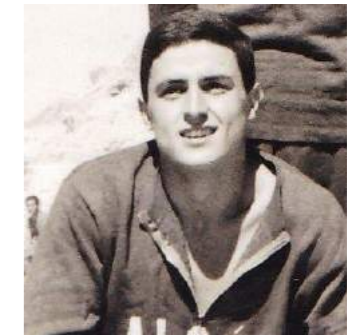
Clotilde B Melo
Lídia Gouveia



Dulce Gouveia José G Pereira
Carlos Oliveira Henrique Vicêncio



Eduardo Barbeiro



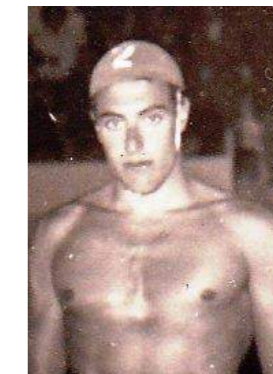
Eduardo José de Sousa



Elza Ferreira



Eugénia Cunha



Eurico Perdigão



Fernando Sacadura



Genoveva M Almeida



Graça Guimarães, Isabel
Torres, Paula Couceiro



Herlander Felga Ribeiro



Hermano Patrone
com irmãos Galo
Alves



Isabel Barrué



Isabel Torres



Joaquim Carvalho



Luis Lopes Conceição



Luís Vaz Jorge



Manuel Cardoso



Manuela Mendes
Silva



Jorge Miguéis



Jorge Mota



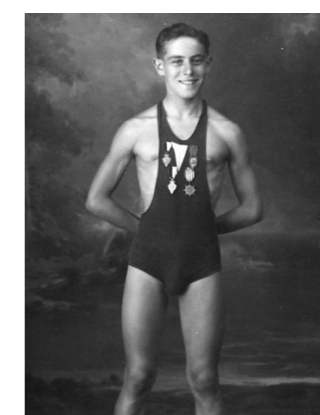
Jorge Viegas
Faria e Manuel
Gaspar



José Magalhães
Gonçalves



Maria Gourinho



Mário Simas



Natália Veiga



José Manuel Fonseca



Júlia Sobral



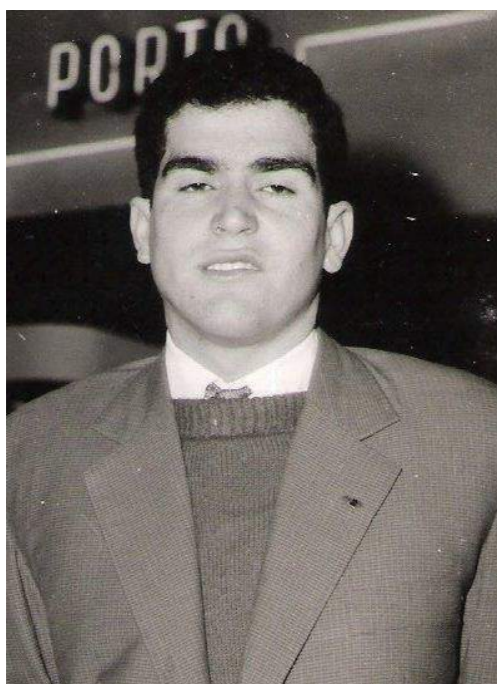
Luis L Conceição, Batista Pereira,
Jeremias Simão, Mário Simas



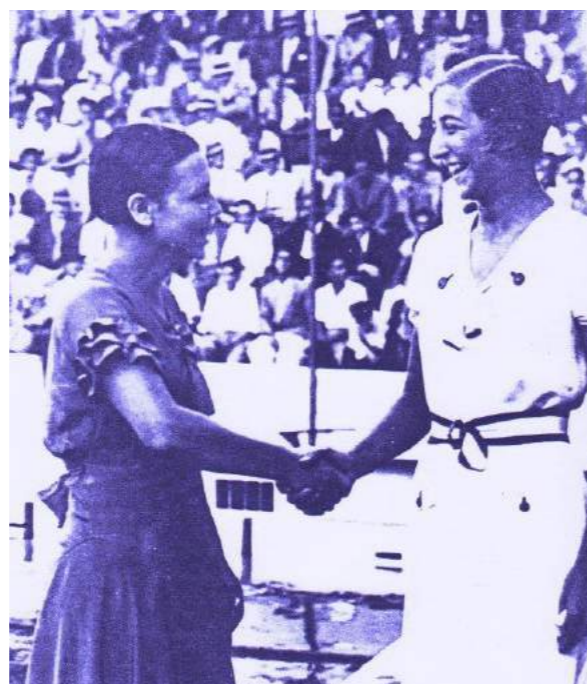
Neiva Maciel



Nuno Lobo



Raúl Cerqueira



Silvina Vieira Alves



Teresa Faria



Vitor Fonseca



Atrás: Henrique Abrantes dos Santos, José Manuel Correia, Máximo Couto, Jeremias Simão, Fernando Leal, Armando Moutinho de Almeida, Fernando Sacadura, José Rosa, Francisco Alves, Mário Simas, Rodrigo Bessone Basto; Frente: João da Silva Marques, Óscar Cabral, Batista Pereira, Luis Lopes da Conceição, Guilherme Patrone, Mira Gomes, Belmiro Santos, Artur Mendes Silva

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

Infantil - § (28.10.86) # (30.09.96)
Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)
Infantil B - § (01.10.04)
0:27.0 tempo limite

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)
Infantil A - § (01.10.04)
0:26.04 tempo limite

Juvenil - § (28.10.86) # (30.09.96)

0:26.17 tempo limite

0:25.84 José Silva Miranda fpn 22.01.88 Genebra

0:25.27 José Silva Miranda fpn 10.04.88 Antuérpia

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:24.99 David Miguel Ferro sfuap 31.03.99 Jamor

0:24.96 David Miguel Ferro sfuap 22.05.99 Lisboa – E. Universitário

0:24.68 Tiago André Venâncio cns 18.05.02 Lisboa – E. Universitário

Juvenil B - § (01.10.04)

0:24.61 Tiago Andrade Machado sca 20.07.17 Jamor

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:25.15 tempo limite

0:24.93 Ricardo Jorge Coxo fpn 17.07.98 Moscovo

0:24.75 Luís Miguel Monteiro fcp 06.08.99 Famalicão

0:24.31 David Miguel Ferro fpn 15.04.00 Atenas

0:23.92 Tiago André Venâncio cns 07.06.03 Loulé

0:23.78 Tiago André Venâncio fpn 31.07.03 Paris

Juvenil A - § (01.10.04)

0:23.78 Tiago André Venâncio fpn 31.07.03 Paris

Júnior B - § (01.10.13)

0:22.95 Tiago André Venâncio fpn 16.07.04 Jamor

Júnior - § (28.10.86) # (30.09.13)

0:24.48 tempo limite

0:24.35 José Silva Miranda fpn 15.07.90 Matur

0:23.90 Luís Miguel Monteiro fcp 20.05.00 Lisboa – E. Universitário

0:23.87 Luís Miguel Monteiro fcp 25.03.01 Jamor

0:23.85 Luís Miguel Monteiro fpn 07.04.01 Jamor

0:23.62 Luís Miguel Monteiro fcp 03.08.01 Loulé

0:23.34 Tiago André Venâncio cns 28.03.04 Jamor

0:22.98 Tiago André Venâncio fpn 15.05.04 Luxemburgo

0:22.95 Tiago André Venâncio fpn 16.07.04 Jamor

Júnior A - § (01.10.13)

0:22.98 Tiago André Venâncio fpn 15.05.04 Luxemburgo

Sénior - § (28.10.86)

0:24.15 tempo limite

0:24.03 Sérgio Alexandre Esteves fpn 02.05.87 Buenos Aires

0:23.9 Paulo Manuel Trindade fcp 22.07.88 Porto – Campanhã

0:23.81 Paulo Manuel Trindade fpn 11.08.90 Roma

0:23.67 Paulo Manuel Trindade fpn 02.12.90 Indianápolis

0:23.47 Paulo Manuel Trindade fpn 09.01.91 Perth

0:23.42 Paulo Manuel Trindade fpn 20.07.91 Sheffield

0:23.18 Pedro Nuno Silva abve 20.05.00 Lisboa – E. Universitário

0:23.06 Pedro Nuno Silva abve 27.07.00 Lisboa – Restelo

0:22.92 Pedro Nuno Silva abve 28.07.00 Lisboa – Restelo

0:22.86 Pedro Nuno Silva fpn 03.08.02 Berlim

0:22.86 Paulo Jorge Santos fcp 30.03.08 Coimbra

0:22.44 Alexandre Escudier Agostinho portin 28.03.09 Lisboa – E. Universitário

0:22.36 Alexandre Escudier Agostinho portin 30.05.09 Coimbra

0:22.36 Alexandre Escudier Agostinho fpn 31.07.09 Roma

Absoluto - § (28.10.86)

0:24.15 tempo limite

0:24.03 Sérgio Alexandre Esteves fpn 02.05.87 Buenos Aires

0:23.9 Paulo Manuel Trindade fcp 22.07.88 Porto – Campanhã

0:23.81 Paulo Manuel Trindade fpn 11.08.90 Roma

0:23.67 Paulo Manuel Trindade fpn 02.12.90 Indianápolis

0:23.47 Paulo Manuel Trindade fpn 09.01.91 Perth

0:23.42 Paulo Manuel Trindade fpn 20.07.91 Sheffield

0:23.18 Pedro Nuno Silva abve 20.05.00 Lisboa – E. Universitário

0:23.06 Pedro Nuno Silva abve 27.07.00 Lisboa – Restelo

0:22.92 Pedro Nuno Silva abve 28.07.00 Lisboa – Restelo

0:22.86 Pedro Nuno Silva fpn 03.08.02 Berlim

0:22.86 Paulo Jorge Santos fcp 30.03.08 Coimbra

0:22.44 Alexandre Escudier Agostinho portin 28.03.09 Lisboa – E. Universitário

0:22.36 Alexandre Escudier Agostinho portin 30.05.09 Coimbra

0:22.36 Alexandre Escudier Agostinho fpn 31.07.09 Roma

100 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

1:06.7 Paulo José Frischknecht fpn 10.06.73 Neheim Hüsten

1:03.6 Rui Pinto Abreu fpn 29.07.73 Génova

1:02.58 Rui Paulo Borges fcp 31.07.80 Lisboa – Olivais

1:02.16 Rui Paulo Borges fcp 31.07.80 Lisboa – Olivais

1:01.90 José Silva Miranda fpn 05.04.86 Zurique

1:01.9 José Silva Miranda anp 28.06.86 Coimbra

1:01.4 José Silva Miranda cfp 05.07.86 Porto – Campanhã

1:00.46 José Silva Miranda cfp 12.07.86 Porto – Campanhã

0:59.0 José Silva Miranda cfp 09.08.86 Coimbra

0:58.8 José Silva Miranda cfp 12.08.86 Coimbra

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Infantil B - § (01.10.04)

0:58.73 Francisco Fezas Vital abve 23.07.05 Coimbra

0:58.49 Alexandre Lages Ribas edv 25.07.10 Porto – Campanhã

0:58.47 João Magalhães Nunes cna 22.07.12 Rio Maior

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:56.9 tempo limite

0:56.81 David Miguel Ferro sfuap 12.07.98 Lisboa – E. Universitário

0:55.69 David Miguel Ferro sfuap 25.07.98 Porto – Campanhã

0:55.53 David Miguel Ferro sfuap 26.07.98 Porto – Campanhã

Infantil A - § (01.10.04)

0:55.53 David Miguel Ferro sfuap 26.07.98 Porto – Campanhã

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

1:10.2 Avelino Santos Pereira fpn 26.08.57 Cádiz

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.67)

1:06.2 João Repas Gonçalves fpn 22.08.65 Barcelona

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

1:05.9 Francisco Bessone Alves sad 03.09.67 Beja

1:04.1 Francisco Bessone Alves sad 03.09.67 Beja

1:02.5 Francisco Bessone Alves sad 03.08.68 Lisboa – Olivais

1:02.4 Francisco Bessone Alves sad 25.08.68 Beja

1:02.3 Henrique Carvalho Vicêncio ind 14.07.72 Lisboa – Olivais

1:00.7 Henrique Carvalho Vicêncio fpn 21.01.73 Genebra

1:00.2 Paulo José Frischknecht fpn 27.07.74 Génova

0:58.9 Paulo José Frischknecht fpn 19.01.75 Genebra

0:57.9 Paulo José Frischknecht fpn 19.01.75 Genebra

0:57.2* Paulo José Frischknecht fpn 09.08.75 Genebra

(recorde homologado em décimas; tempo oficial: 0:57.20)

0:56.9 Paulo José Frischknecht sad 21.08.75 Coimbra

0:56.75 Mabilio António Albuquerque fcp 05.02.84 Lisboa – Olivais

0:56.59 Mabilio António Albuquerque fcp 23.06.84 Porto – Campanhã

0:56.05 Mabilio António Albuquerque fpn 26.07.84 Luxemburgo

0:55.39 José Silva Miranda fpn 09.04.88 Antuérpia

0:55.27 José Silva Miranda fpn 10.04.88 Antuérpia

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:54.65 Ricardo Jorge Coxo sfuap 25.07.97 Famalicão

0:54.54	David Miguel Ferro	sfuap	23.05.99	Lisboa – E. Universitário
0:53.61	David Miguel Ferro	sfuap	01.08.99	Lisboa – E. Universitário
0:53.51	Tiago André Venâncio	cns	19.05.02	Lisboa – E. Universitário

Juvenil B - § (01.10.04)

0:53.51	Tiago André Venâncio	cns	19.05.02	Lisboa – E. Universitário
---------	----------------------	-----	----------	---------------------------

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:53.89	tempo limite			
0:53.78	Luís Miguel Monteiro	fcp	05.08.99	Famalicão
0:53.42	David Miguel Ferro	fqn	16.04.00	Atenas
0:53.26	David Miguel Ferro	sfuap	27.07.00	Lisboa – Restelo
0:53.17	Tiago André Venâncio	fqn	26.01.03	Luxemburgo
0:52.82	Tiago André Venâncio	fqn	12.04.03	Praga
0:52.41	Tiago André Venâncio	cns	08.06.03	Loulé
0:52.10	Tiago André Venâncio	fqn	28.07.03	Paris

Juvenil A - § (01.10.04)

0:52.10	Tiago André Venâncio	fqn	28.07.03	Paris
---------	----------------------	-----	----------	-------

Júnior B - § (01.10.13)

0:49.59	Tiago André Venâncio	fqn	15.07.04	Jamor
---------	----------------------	-----	----------	-------

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

1:16.4	Uriel Adelino Oliveira	aac	06.09.58	Luso
--------	------------------------	-----	----------	------

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

1:01.8	João Repas Gonçalves	sad	25.07.67	Lisboa – Olivais
1:01.1	João Repas Gonçalves	fqn	29.07.67	Lisboa – Olivais
1:00.6	Fernando Rosa Jorge	sad	03.09.69	Lisboa – Olivais
0:58.7	António Botelho de Melo	cac	10.07.75	Coimbra
0:56.38	Paulo José Frischknecht	fcp	24.01.76	Genebra
0:55.90	Rui Pinto Abreu	fqn	07.08.76	Oslo
0:55.84	Paulo José Frischknecht	fqn	07.08.76	Oslo
0:55.60	Paulo José Frischknecht	fqn	07.08.76	Oslo
0:55.47	Rui Pinto Abreu	fqn	21.05.77	Mulhouse
0:55.16	Paulo José Frischknecht	sad	06.08.77	Coimbra
0:54.66	Paulo José Frischknecht	fqn	16.08.77	Jönköping
0:53.89	Rui Pinto Abreu	fqn	20.08.77	Jönköping
0:53.46	Tiago Azevedo Lousada	fcp	25.01.98	Lisboa – E. Universitário
0:53.23	Tiago Azevedo Lousada	fqn	01.08.98	Antuérpia
0:52.59	Tiago Azevedo Lousada	fqn	01.08.98	Antuérpia
0:52.15	Ricardo Jorge Coxo	fqn	27.07.00	Dunquerque
0:52.11	Luís Miguel Monteiro	fqn	07.07.01	La Valetta
0:51.51	Luís Miguel Monteiro	fqn	07.07.01	La Valetta
0:51.32	Luís Miguel Monteiro	fcp	02.08.01	Loulé
0:50.97	Tiago André Venâncio	cns	27.03.04	Jamor
0:50.50	Tiago André Venâncio	fqn	11.05.04	Luxemburgo
0:50.37	Tiago André Venâncio	fqn	11.05.04	Luxemburgo
0:49.59	Tiago André Venâncio	fqn	15.07.04	Jamor

Júnior A - § (01.10.13)

0:50.24	Tiago André Venâncio	cns	19.03.05	Jamor
---------	----------------------	-----	----------	-------

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

1:05.8	Avelino Santos Pereira	sad	31.08.58	Praia das Mações
--------	------------------------	-----	----------	------------------

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

1:00.2	Herlander Felga Ribeiro	fqn	26.08.60	Roma
0:59.8	Herlander Felga Ribeiro	fqn	08.08.63	Rio de Janeiro
0:59.0	Herlander Felga Ribeiro	fqn	12.10.64	Tóquio
0:59.0	Herlander Felga Ribeiro	fqn	30.07.69	Salvador
0:58.5	José Gomes Pereira	sad	26.08.73	Lisboa – Olivais
0:58.2	José Gomes Pereira	fqn	15.04.74	Leeds
0:57.8	José Gomes Pereira	sad	11.08.74	Lisboa – Olivais
0:56.9	José Gomes Pereira	fqn	22.08.74	Viena
0:55.46	José Gomes Pereira	fqn	24.07.76	Montréal
0:55.2	José Gomes Pereira	sad	12.08.76	Lisboa – Olivais
0:55.15	Paulo José Frischknecht	fqn	22.01.78	Genebra
0:53.70	Rui Pinto Abreu	fqn	22.01.78	Genebra
0:53.63	Rui Pinto Abreu	fqn	27.03.78	Leeds
0:53.60	Rui Pinto Abreu	fqn	17.06.78	Linz
0:53.27	Rui Pinto Abreu	fqn	22.08.78	Berlim Ocidental
0:53.13	Rui Pinto Abreu	fqn	27.05.79	Seraing
0:52.85	Rui Pinto Abreu	fqn	26.07.80	Moscovo

0:52.7	Mabilio António Albuquerque	fqn	03.04.88	Tenerife
0:52.50	Paulo Manuel Trindade	fqn	05.08.93	Sheffield
0:52.06	Nuno Filipe Laurentino	sad	24.01.98	Lisboa – E. Universitário
0:51.46	Nuno Filipe Laurentino	sad	09.01.99	Jamor
0:51.33	Nuno Filipe Laurentino	fqn	10.04.99	Guadalupe
0:51.22	Nuno Filipe Laurentino	sad	27.07.00	Lisboa – Restelo
0:49.76	Nuno Filipe Laurentino	sad	10.05.02	Jamor
0:49.71	Tiago André Venâncio	fqn	28.03.07	Melbourne
0:49.66	Alexandre Escudier Agostinho	portin	29.03.09	Lisboa – E. Universitário
0:49.50	Alexandre Escudier Agostinho	fqn	29.07.09	Roma

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

1:00.2	Herlander Felga Ribeiro	fqn	26.08.60	Roma
0:59.8	Herlander Felga Ribeiro	fqn	08.08.63	Rio de Janeiro
0:59.0	Herlander Felga Ribeiro	fqn	12.10.64	Tóquio
0:59.0	Herlander Felga Ribeiro	fqn	30.07.69	Salvador
0:58.5	José Gomes Pereira	sad	26.08.73	Lisboa – Olivais
0:58.2	José Gomes Pereira	fqn	15.04.74	Leeds
0:57.8	José Gomes Pereira	sad	11.08.74	Lisboa – Olivais
0:56.9	José Gomes Pereira	fqn	22.08.74	Viena
0:56.9	Paulo José Frischknecht	sad	21.08.75	Coimbra
0:56.38	Paulo José Frischknecht	fcp	24.01.76	Genebra
0:55.46	José Gomes Pereira	fqn	24.07.76	Montréal
0:55.2	José Gomes Pereira	sad	12.08.76	Lisboa – Olivais
0:55.16	Paulo José Frischknecht	sad	06.08.77	Coimbra
0:54.66	Paulo José Frischknecht	fqn	16.08.77	Jönköping
0:53.89	Rui Pinto Abreu	fqn	20.08.77	Jönköping
0:53.70	Rui Pinto Abreu	fqn	22.01.78	Genebra
0:53.63	Rui Pinto Abreu	fqn	27.03.78	Leeds
0:53.60	Rui Pinto Abreu	fqn	17.06.78	Linz
0:53.27	Rui Pinto Abreu	fqn	22.08.78	Berlim Ocidental
0:53.13	Rui Pinto Abreu	fqn	27.05.79	Seraing
0:52.85	Rui Pinto Abreu	fqn	26.07.80	Moscovo
0:52.7	Mabilio António Albuquerque	fqn	03.04.88	Tenerife
0:52.50	Paulo Manuel Trindade	fqn	05.08.93	Sheffield
0:52.06	Nuno Filipe Laurentino	sad	24.01.98	Lisboa – E. Universitário
0:51.46	Nuno Filipe Laurentino	sad	09.01.99	Jamor
0:51.33	Nuno Filipe Laurentino	fqn	10.04.99	Guadalupe
0:51.22	Nuno Filipe Laurentino	sad	27.07.00	Lisboa – Restelo
0:49.76	Nuno Filipe Laurentino	sad	10.05.02	Jamor
0:49.59	Tiago André Venâncio	fqn	15.07.04	Jamor
0:49.50	Alexandre Escudier Agostinho	fqn	29.07.09	Roma

200 LIVRES**Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)**

2:24.6	Paulo José Frischknecht	sad	19.06.73	Lisboa – Olivais
2:20.46	Sérgio Luz Pinto	fqn	21.07.78	Génova
2:19.93	José Carlos Moreira	fqn	21.07.78	Génova
2:19.40	Sérgio Luz Pinto	fqn	23.07.78	Génova
2:14.0	Rui Paulo Borges	fqn	18.07.80	Génova
2:12.88	Rui Paulo Borges	fcp	02.08.80	Lisboa – Olivais
2:10.61	Rui Paulo Borges	fcp	16.08.80	Coimbra

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:10.61	tempo limite			
2:07.32	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	04.07.03	Lisboa – Restelo
2:06.68	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	26.07.03	Lisboa – Restelo

Infantil B - § (01.10.04)

2:06.18	João Magalhães Nunes	cna	21.07.12	Rio Maior
---------	----------------------	-----	----------	-----------

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:03.54	tempo limite			
2:02.41	Fábio Parrilha da Silva	cnal	20.05.01	Toulouse

Infantil A - § (01.10.04)

2:02.32	João Duarte Santos	cnol	04.07.09	Loulé
2:01.65	João Duarte Santos	cnol	25.07.09	S. João da Madeira

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)**Aspirante - § (01.01.62) # (30.09.67)**

2:29.1	João Repas Gonçalves	fqn	21.08.65	Barcelona
--------	----------------------	-----	----------	-----------

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

2:25.1	Francisco Bessone Alves	sad	02.09.67	Beja
2:18.0	Francisco Bessone Alves	onmp	07.08.68	Lisboa – Olivais
2:16.7	Henrique Carvalho Vicêncio	ind	19.08.72	Évora
2:10.8	Paulo José Frischknecht	sad	09.08.74	Lisboa – Olivais
2:08.7	Paulo José Frischknecht	sad	02.08.75	Lisboa – Olivais
2:07.0	Paulo José Frischknecht	sad	03.08.75	Lisboa – Olivais
2:05.7	Rui Paulo Borges	fcp	31.07.81	Lisboa – Olivais
2:04.34	Rui Paulo Borges	fcp	16.04.82	Buenos Aires
2:01.95	Rui Paulo Borges	fcp	28.08.82	Innsbrück
2:01.55	Tiago Silva Pestana	fcp	25.07.93	Lisboa – Restelo
2:01.31	Tiago Azevedo Lousada	fcp	06.08.95	Coimbra
2:00.45	Tiago Azevedo Lousada	fcp	06.08.95	Coimbra

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:00.39	David Miguel Ferro	sfnup	22.05.99	Lisboa – E. Universitário
2:00.28	Adriano Miguel Niz	cfv	28.07.01	Porto – Campanhã
1:59.83	Tiago André Venâncio	cns	18.05.02	Lisboa – E. Universitário

Juvenil B - § (01.10.04)

1:58.65	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	22.07.05	Coimbra
1:57.89	Pedro Afonso Gaspar	scp	19.07.09	Faro
1:57.67	Diogo Gomes Sousa	cvg	29.07.10	Coimbra
1:57.62	José Henriques Luz	nscg	25.07.14	Jamor
1:57.11	Miguel Diogo Agostinho	fbsc	24.07.15	Coimbra

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:56.45	tempo limite			
1:55.92	Tiago André Venâncio	fcp	13.04.03	Praga
1:55.56	Tiago André Venâncio	fcp	02.08.03	Paris

Juvenil A - § (01.10.04)

1:55.21	Jorge Manuel Maia	gdnfama	28.05.05	Lisboa – E. Universitário
1:55.02	Jorge Manuel Maia	fcp	08.07.05	Lignano Sabbiadoro
1:54.38	Gustavo Manuel Santa	fcp	24.07.09	Tampere
1:54.18	Gustavo Manuel Santa	fcp	24.07.09	Tampere

Júnior B - § (01.10.13)

1:53.32	Gustavo Manuel Santa	cnla	30.07.10	Coimbra
---------	----------------------	------	----------	---------

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)**Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)**

2:46.0	António José Trabuco	lge	22.07.67	Évora
2:30.3	Júlio Pais Ribeiro	gdlim	02.09.67	Beja
2:24.2	João Repas Gonçalves	sad	02.09.67	Beja
2:20.0	João Repas Gonçalves	sad	02.09.67	Beja
2:18.0	Fernando Rosa Jorge	sad	30.08.69	Lisboa – Olivais
2:15.7	António Paulo Vasconcelos	cnlu	21.07.73	Luanda
2:08.7	António Botelho de Melo	cac	29.07.75	Coimbra
2:07.5	Paulo José Frischknecht	fcp	06.06.76	Neheim Hüsten
2:02.65	Paulo José Frischknecht	fcp	19.07.76	Montréal
2:00.57	Rui Pinto Abreu	fcp	21.05.77	Mulhouse
1:57.74	Rui Pinto Abreu	fcp	17.08.77	Jönköping
1:57.40	Paulo José Frischknecht	fcp	17.08.77	Jönköping
1:56.99	Tiago Azevedo Lousada	fcp	29.06.96	Porto – Campanhã
1:56.45	Tiago Azevedo Lousada	fcp	11.08.96	Copenhaga
1:55.68	Tiago Azevedo Lousada	fcp	21.12.96	Lisboa – Restelo
1:55.43	Tiago Azevedo Lousada	fcp	08.06.97	Chiasso
1:54.62	Tiago Azevedo Lousada	fcp	24.01.98	Lisboa – E. Universitário
1:53.92	Tiago Azevedo Lousada	fcp	02.08.98	Antuérpia
1:53.83	Luís Miguel Monteiro	fcp	23.03.01	Jamor
1:52.85	Luís Miguel Monteiro	fcp	05.07.01	La Valetta
1:52.33	Luís Miguel Monteiro	fcp	05.07.01	La Valetta
1:51.57	Luís Miguel Monteiro	fcp	05.08.01	Loulé
1:50.10	Tiago André Venâncio	cns	18.03.05	Jamor
1:49.98	Tiago André Venâncio	fcp	14.07.05	Budapeste

Júnior A - § (01.10.13)

1:49.98	Tiago André Venâncio	fcp	14.07.05	Budapeste
---------	----------------------	-----	----------	-----------

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

2:29.5	Avelino Santos Pereira	sad	30.08.58	Praia das Maças
--------	------------------------	-----	----------	-----------------

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

2:21.1	Eduardo José de Sousa	fcp	30.08.60	Roma
--------	-----------------------	-----	----------	------

2:16.5	Herlander Felga Ribeiro	fcp	01.08.63	Belém
2:14.5	João Repas Gonçalves	sad	24.08.68	Beja
2:13.1	Fernando Rosa Jorge	ind	28.08.71	Coimbra
2:11.2	José Gomes Pereira	sad	16.08.73	Coimbra
2:10.1	José Gomes Pereira	fcp	13.04.74	Leeds
2:08.9	José Gomes Pereira	sad	29.06.74	Tróia
2:07.8	José Gomes Pereira	fcp	19.08.74	Viena
2:06.9	José Gomes Pereira	sad	24.08.75	Coimbra
2:03.03	José Gomes Pereira	fcp	19.07.76	Montréal
2:02.30	José Gomes Pereira	fcp	21.07.76	Montréal
2:01.86	José Gomes Pereira	fcp	21.08.77	Jönköping
1:57.69	Rui Pinto Abreu	fcp	25.03.78	Leeds
1:57.27	Rui Pinto Abreu	fcp	26.03.78	Leeds
1:57.27	Rui Pinto Abreu	cac	08.08.78	Lisboa – Olivais
1:56.13	Rui Pinto Abreu	fcp	20.08.78	Berlim Ocidental
1:55.97	Rui Pinto Abreu	fcp	24.08.78	Berlim Ocidental
1:55.37	Paulo José Frischknecht	fcp	06.04.79	Rio de Janeiro
1:55.06	Paulo José Frischknecht	fcp	21.07.80	Moscovo
1:53.81	Miguel Mendonça Cabrita	fcp	03.08.93	Sheffield
1:53.09	Ricardo Conceição Pedroso	fcp	19.08.97	Sevilha
1:52.80	Ricardo Conceição Pedroso	fcp	06.06.98	Lisboa – E. Universitário
1:52.69	Ricardo Conceição Pedroso	sad	18.12.99	Jamor
1:52.29	Ricardo Conceição Pedroso	fcp	06.07.00	Helsínquia
1:52.15	Ricardo Conceição Pedroso	sad	30.07.00	Lisboa – Restelo
1:52.02	Luís Miguel Monteiro	fcp	10.05.02	Jamor
1:52.02	Luís Miguel Monteiro	fcp	01.08.02	Berlim
1:51.95	Luís Miguel Monteiro	fcp	01.08.02	Berlim
1:50.93	Luís Miguel Monteiro	fcp	12.04.03	Luxemburgo
1:50.23	Tiago André Venâncio	fcp	01.08.06	Budapeste
1:49.63	Tiago André Venâncio	fcp	26.03.07	Melbourne
1:49.02	Tiago André Venâncio	fcp	30.03.07	Melbourne
1:48.98	Luís Emanuel Vaz	gdnfama	25.07.14	Jamor
1:48.39	Alexis Manaças Santos	scp	31.03.17	Coimbra

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

2:21.1	Eduardo José de Sousa	fcp	30.08.60	Roma
2:16.5	Herlander Felga Ribeiro	fcp	01.08.63	Belém
2:14.5	João Repas Gonçalves	sad	24.08.68	Beja
2:13.1	Fernando Rosa Jorge	ind	28.08.71	Coimbra
2:11.2	José Gomes Pereira	sad	16.08.73	Coimbra
2:10.1	José Gomes Pereira	fcp	13.04.74	Leeds
2:08.9	José Gomes Pereira	sad	29.06.74	Tróia
2:07.8	José Gomes Pereira	fcp	19.08.74	Viena
2:07.0	Paulo José Frischknecht	sad	03.08.75	Lisboa – Olivais
2:06.9	José Gomes Pereira	sad	24.08.75	Coimbra
2:03.03	José Gomes Pereira	fcp	19.07.76	Montréal
2:02.65	Paulo José Frischknecht	fcp	19.07.76	Montréal
2:02.30	José Gomes Pereira	fcp	21.07.76	Montréal
2:00.57	Rui Pinto Abreu	fcp	21.05.77	Mulhouse
1:57.74	Rui Pinto Abreu	fcp	17.08.77	Jönköping
1:57.40	Paulo José Frischknecht	fcp	17.08.77	Jönköping
1:57.27	Rui Pinto Abreu	fcp	26.03.78	Leeds
1:57.27	Rui Pinto Abreu	cac	08.08.78	Lisboa – Olivais
1:56.13	Rui Pinto Abreu	fcp	20.08.78	Berlim Ocidental
1:55.97	Rui Pinto Abreu	fcp	24.08.78	Berlim Ocidental
1:55.37	Paulo José Frischknecht	fcp	06.04.79	Rio de Janeiro
1:55.06	Paulo José Frischknecht	fcp	21.07.80	Moscovo
1:53.81	Miguel Mendonça Cabrita	fcp	03.08.93	Sheffield
1:53.09	Ricardo Conceição Pedroso	fcp	19.08.97	Sevilha
1:52.80	Ricardo Conceição Pedroso	fcp	06.06.98	Lisboa – E. Universitário
1:52.69	Ricardo Conceição Pedroso	sad	18.12.99	Jamor
1:52.29	Ricardo Conceição Pedroso	fcp	06.07.00	Helsínquia
1:52.15	Ricardo Conceição Pedroso	sad	30.07.00	Lisboa – Restelo
1:51.57	Luís Miguel Monteiro	fcp	05.08.01	Loulé
1:50.93	Luís Miguel Monteiro	fcp	12.04.03	Luxemburgo
1:50.10	Tiago André Venâncio	cns	18.03.05	Jamor
1:49.98	Tiago André Venâncio	fcp	14.07.05	Budapeste
1:49.63	Tiago André Venâncio	fcp	26.03.07	Melbourne
1:49.02	Tiago André Venâncio	fcp	30.03.07	Melbourne
1:48.98	Luís Emanuel Vaz	gdnfama	25.07.14	Jamor
1:48.39	Alexis Manaças Santos	scp	31.03.17	Coimbra

400 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

5:02.7	Paulo José Frischknecht	fjn	09.06.73	Neheim Hüsten
4:54.0	Paulo José Frischknecht	sad	30.06.73	Lisboa – Olivais
4:51.5	Sérgio Luz Pinto	slb	06.08.78	Lisboa – Olivais
4:51.01	Sérgio Luz Pinto	slb	07.08.78	Lisboa – Olivais
4:36.75	Rui Paulo Borges	fcp	02.05.80	Mulhouse
4:35.37	Rui Paulo Borges	fcp	02.05.80	Mulhouse
4:33.32	Rui Paulo Borges	fcp	02.08.80	Lisboa – Olivais

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

4:28.50	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	05.07.03	Lisboa – Restelo
4:28.42	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	26.07.03	Lisboa – Restelo

Infantil B - § (01.10.04)

4:28.42	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	26.07.03	Lisboa – Restelo
---------	-------------------------	-----	----------	------------------

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

4:22.47	tempo limite			
4:22.18	Luís Duarte Silva	cnac	31.07.99	Lisboa – E. Universitário
4:18.90	Fábio Parrilha da Silva	cnal	28.07.01	Porto – Campanhã
4:18.48	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	30.05.04	Lisboa – E. Universitário
4:15.99	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	11.07.04	Badajoz

Infantil A - § (01.10.04)

4:15.99	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	11.07.04	Badajoz
---------	-------------------------	-----	----------	---------

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

6:02.4	Joaquim Mendes Bilro	lgc	23.07.67	Évora
5:44.3	Joaquim Mendes Bilro	lgc	02.09.67	Beja
5:09.0	Francisco Bessone Alves	sad	02.09.67	Beja
5:02.7	Francisco Bessone Alves	fjn	28.07.68	Madrid
4:59.2	Francisco Bessone Alves	onmp	09.08.68	Lisboa – Olivais
4:56.0	Francisco Bessone Alves	fjn	21.07.69	Belém
4:55.3	Henrique Carvalho Vicêncio	fjn	27.07.72	Coimbra
4:50.9	António Botelho de Melo	apdm	13.04.73	Luanda
4:45.5	António Botelho de Melo	gdln	17.08.73	Coimbra
4:43.0	António Botelho de Melo	gdln	25.08.73	Lisboa – Olivais
4:39.5	Paulo José Frischknecht	sad	01.07.74	Lisboa – Olivais
4:38.8	António Botelho de Melo	gdln	09.08.74	Lisboa – Olivais
4:33.5	Paulo José Frischknecht	sad	20.07.75	Lisboa – Olivais
4:28.0	Paulo José Frischknecht	sad	02.08.75	Lisboa – Olivais
4:24.4	Rui Paulo Borges	fcp	30.07.81	Lisboa – Olivais
4:24.0	Rui Paulo Borges	fcp	08.08.81	Coimbra
4:14.11	Rui Paulo Borges	fjn	16.04.82	Buenos Aires

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

4:14.10	Fábio Parrilha da Silva	fjn	30.03.02	Charleroi
4:13.89	Fábio Parrilha da Silva	fjn	19.07.02	Génova
4:13.03	Jorge Manuel Maia	gdnfama	30.05.04	Lisboa – E. Universitário
4:10.70	Jorge Manuel Maia	gdnfama	30.05.04	Lisboa – E. Universitário

Juvenil B - § (01.10.04)

4:06.22	Rui Filipe Costa	vsc	29.07.06	Coimbra
---------	------------------	-----	----------	---------

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

4:07.37	tempo limite			
4:07.35	Luís Miguel Monteiro	fcp	06.08.99	Famalicao
4:07.03	José Meireles Parente	fjn	29.07.03	Paris
4:07.01	Diogo Filipe Carvalho	cga	30.07.04	Jamor
4:06.07	Diogo Filipe Carvalho	cga	30.07.04	Jamor

Juvenil A - § (01.10.04)

4:05.92	Jorge Manuel Maia	fjn	02.04.05	Funchal – Penteada
4:02.13	Jorge Manuel Maia	gdnfama	29.05.05	Lisboa – E. Universitário
3:59.38	Gustavo Manuel Santa	fjn	21.07.09	Tampere

Júnior B - § (01.10.13)

3:57.15	Gustavo Manuel Santa	fjn	14.07.10	Helsínquia
---------	----------------------	-----	----------	------------

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

5:12.7	João Repas Gonçalves	fjn	30.07.67	Lisboa – Olivais
5:07.0	João Repas Gonçalves	sad	02.09.67	Beja
5:07.0	Fernando Rosa Jorge	sad	17.08.68	Vila Franca de Xira
5:04.7	Fernando Rosa Jorge	sad	04.01.69	Luanda
4:55.8	Carlos Porto Ambrósio	sad	22.06.72	Lisboa – Olivais
4:52.5	Carlos Porto Ambrósio	sad	19.08.72	Évora
4:49.2	António Paulo Vasconcelos	apda	13.04.73	Luanda
4:46.6	António Paulo Vasconcelos	cnlu	17.08.73	Coimbra
4:42.6	António Paulo Vasconcelos	cnlu	25.08.73	Lisboa – Olivais
4:34.7	António Botelho de Melo	cac	28.07.75	Coimbra
4:27.8	António Botelho de Melo	fjn	05.06.76	Neheim Hüsten
4:21.5	Paulo José Frischknecht	fcp	14.08.76	Lisboa – Olivais
4:18.01	Paulo José Frischknecht	sad	08.08.77	Coimbra
4:12.34	Rui Pinto Abreu	fjn	18.08.77	Jönköping
4:11.10	Paulo José Frischknecht	fjn	18.08.77	Jönköping
4:09.95	Rui Paulo Borges	fjn	17.03.84	Mérida MEX
4:06.67	Artur Manuel Costa	fjn	01.05.87	Buenos Aires
4:04.17	Tiago Silva Pestana	fcp	04.08.95	Coimbra
4:02.91	Tiago Azevedo Lousada	fjn	31.07.97	Glasgow
4:01.32	Tiago Azevedo Lousada	fcp	24.01.98	Lisboa – E. Universitário
4:00.00	Tiago Azevedo Lousada	fjn	07.06.98	Lisboa – E. Universitário
3:59.44	Tiago Azevedo Lousada	fjn	30.07.98	Antuérpia
3:58.61	Luís Miguel Monteiro	fcp	03.08.01	Loulé
3:58.26	Ivo Emanuel Carneiro	fjn	12.07.02	Linz
3:57.99	Gustavo Manuel Santa	fjn	14.07.10	Helsínquia
3:57.15	Gustavo Manuel Santa	fjn	14.07.10	Helsínquia

Júnior A - § (01.10.13)

3:58.26	Ivo Emanuel Carneiro	fjn	12.07.02	Linz
---------	----------------------	-----	----------	------

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

5:23.1	Avéllino Santos Pereira	sad	30.08.58	Praia das Maças
--------	-------------------------	-----	----------	-----------------

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

4:51.6	Eduardo José de Sousa	fjn	30.08.60	Roma
4:42.3	António Bessone Basto	fjn	01.08.63	Belém
4:36.4	José Baltar Leite	fcp	22.06.75	Guimarães
4:31.9	José Baltar Leite	fcp	23.08.75	Coimbra
4:31.8	José Baltar Leite	fjn	05.06.76	Neheim Hüsten
4:25.8	José Baltar Leite	fcp	14.08.76	Lisboa – Olivais
4:23.50	José Baltar Leite	fcp	08.08.77	Coimbra
4:18.29	José Baltar Leite	fjn	26.03.78	Leeds
4:15.83	José Baltar Leite	fjn	17.06.78	Linz
4:13.80	Paulo José Frischknecht	sad	07.08.78	Lisboa – Olivais
4:12.7	Paulo José Frischknecht	fjn	16.08.78	Lisboa – Olivais
4:12.12	José Baltar Leite	fjn	23.08.78	Berlim Ocidental
4:08.98	José Baltar Leite	fjn	07.04.79	Rio de Janeiro
4:07.8	José Baltar Leite	fcp	27.07.79	Matur
4:06.24	Artur Manuel Costa	fjn	22.07.88	Maliaño
4:05.96	Artur Manuel Costa	scp	05.08.88	Lisboa – Olivais
4:04.00	Artur Manuel Costa	fjn	18.08.89	Bona
4:03.02	Artur Manuel Costa	fjn	06.04.90	La Paz BC
4:02.76	Artur Manuel Costa	fjn	09.08.90	Roma
4:00.36	Artur Manuel Costa	fjn	15.03.92	Sarcelles
3:58.62	Artur Manuel Costa	fjn	31.05.92	Canet
3:55.57	Luís Miguel Monteiro	fcp	10.05.02	Jamor
3:55.56	Fernando Eurico Costa	lsc	28.07.07	Aveiro
3:55.30	Fábio Manuel Pereira	fjn	14.06.08	Canet
3:52.29	Jorge Manuel Maia	fjn	05.04.09	Málaga

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

4:51.6	Eduardo José de Sousa	fjn	30.08.60	Roma
4:42.3	António Bessone Basto	fjn	01.08.63	Belém
4:39.5	Paulo José Frischknecht	sad	01.07.74	Lisboa – Olivais
4:38.8	António Botelho de Melo	gdln	09.08.74	Lisboa – Olivais
4:33.5	Paulo José Frischknecht	sad	20.07.75	Lisboa – Olivais
4:28.0	Paulo José Frischknecht	sad	02.08.75	Lisboa – Olivais
4:27.8	António Botelho de Melo	fjn	05.06.76	Neheim Hüsten
4:21.5	Paulo José Frischknecht	fcp	14.08.76	Lisboa – Olivais
4:18.01	Paulo José Frischknecht	sad	08.08.77	Coimbra
4:12.34	Rui Pinto Abreu	fjn	18.08.77	Jönköping
4:11.10	Paulo José Frischknecht	fjn	18.08.77	Jönköping
4:08.98	José Baltar Leite	fjn	07.04.79	Rio de Janeiro

4:07.8	José Baltar Leite	cfp	27.07.79	Matur
4:06.67	Artur Manuel Costa	fpn	01.05.87	Buenos Aires
4:06.24	Artur Manuel Costa	fpn	22.07.88	Malião
4:05.96	Artur Manuel Costa	scp	05.08.88	Lisboa – Olivais
4:04.00	Artur Manuel Costa	fpn	18.08.89	Bona
4:03.02	Artur Manuel Costa	fpn	06.04.90	La Paz BC
4:02.76	Artur Manuel Costa	fpn	09.08.90	Roma
4:00.36	Artur Manuel Costa	fpn	15.03.92	Sarcelles
3:58.62	Artur Manuel Costa	fpn	31.05.92	Canet
3:58.61	Luís Miguel Monteiro	fcp	03.08.01	Loulé
3:55.57	Luís Miguel Monteiro	fcp	10.05.02	Jamor
3:55.56	Fernando Eurico Costa	lsc	28.07.07	Aveiro
3:55.30	Fábio Manuel Pereira	fpn	14.06.08	Canet
3:52.29	Jorge Manuel Maia	fpn	05.04.09	Málaga

800 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

10:16.8	Paulo José Frischknecht	sad	11.07.73	Lisboa – Olivais
10:10.0	Carlos Alberto Serra	cfmo	10.08.74	Lisboa – Olivais
10:09.4	Sérgio Luz Pinto	slb	16.07.78	Lisboa – Olivais
09:53.56	Sérgio Luz Pinto	slb	06.08.78	Lisboa – Olivais
09:22.46	Rui Paulo Borges	fcp	17.08.80	Coimbra

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

09:16.67	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	06.07.03	Lisboa – Restelo
09:12.56	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	27.07.03	Lisboa – Restelo

Infantil B - § (01.10.04)

09:12.56	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	27.07.03	Lisboa – Restelo
----------	-------------------------	-----	----------	------------------

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

09:02.0	tempo limite			
08:54.25	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	29.05.04	Lisboa – E. Universitário

Infantil A - § (01.10.04)

08:54.25	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	29.05.04	Lisboa – E. Universitário
----------	-------------------------	-----	----------	---------------------------

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

11:27.6	Carlos Pereira Rebelo	fpn	29.07.67	Lisboa – Olivais
11:12.6	Francisco Bessone Alves	fpn	27.07.68	Madrid
10:34.8	Henrique Carvalho Vicêncio	ind	24.07.72	Lisboa – Olivais
10:32.2	Henrique Carvalho Vicêncio	ind	14.08.72	Coimbra
10:18.9	António Botelho de Melo	apdm	12.04.73	Luanda
10:00.5	António Botelho de Melo	gdlim	26.08.73	Lisboa – Olivais
09:51.1	Paulo José Frischknecht	sad	05.07.74	Lisboa – Olivais
09:38.9	António Botelho de Melo	gdlim	10.08.74	Lisboa – Olivais
09:20.5	Paulo José Frischknecht	sad	20.07.75	Lisboa – Olivais
09:02.0	Rui Paulo Borges	fcp	31.07.81	Lisboa – Olivais
08:51.69	Rui Paulo Borges	fpn	17.04.82	Buenos Aires

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

08:45.55	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	28.05.05	Lisboa – E. Universitário
08:44.94	Duarte Miguel Jorge	cga	02.07.16	Coimbra
08:43.31	Duarte Miguel Jorge	cga	21.07.16	Jamor

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

08:43.14	tempo limite			
08:43.03	Ivo Emanuel Carneiro	scb	29.07.00	Lisboa – Restelo
08:40.09	Ivo Emanuel Carneiro	scb	30.07.00	Lisboa – Restelo
08:37.73	José Meireles Parente	vnc	17.05.03	Lisboa – E. Universitário
08:36.64	José Meireles Parente	vnc	07.06.03	Loulé
08:32.85	José Meireles Parente	fpn	31.07.03	Paris

Juvenil A - § (01.10.04)

08:31.48	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	30.07.06	Coimbra
08:28.22	Rui Filipe Costa	vsc	08.07.07	Famalicão
08:26.26	Gustavo Manuel Santa	cnla	03.07.09	Rio Maior
08:23.54	Gustavo Manuel Santa	fpn	23.07.09	Tampere

Júnior B - § (01.10.13)

08:13.49	Gustavo Manuel Santa	fpn	17.07.10	Helsínquia
----------	----------------------	-----	----------	------------

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

15:29.8	Manuel Leal Pinto	jsc	23.07.67	Évora
11:12.9	Júlio Pais Ribeiro	gdlim	03.09.67	Beja
11:03.7	Fernando Rosa Jorge	sad	04.08.68	Vila Franca de Xira
10:22.1	Fernando Rosa Jorge	sad	18.08.68	Vila Franca de Xira
09:53.2	António Paulo Vasconcelos	cnlu	18.08.73	Coimbra
09:49.2	José Guilherme Loureiro	cdna	11.03.74	Luanda
09:38.7	Orlando Almeida Dias	sad	20.07.75	Lisboa – Olivais
09:22.6*	António Botelho de Melo (homologado tempo em décimas; tempo oficial - 09:22.58)	fpn	10.08.75	Genebra
09:20.0	António Botelho de Melo	cac	22.08.75	Coimbra
09:14.34	António Botelho de Melo	fpn	19.07.76	Montréal
09:13.50	Paulo José Frischknecht	sad	07.08.77	Coimbra
08:59.82	José Dias Tomé	fpn	30.07.78	Florença
08:51.3	José Dias Tomé	sad	06.08.78	Lisboa – Olivais
08:49.77	Rui Paulo Borges	fpn	17.04.83	Lisboa – Olivais
08:43.20	Rui Paulo Borges	fpn	08.08.83	Mulhouse
08:34.49	Rui Paulo Borges	fpn	18.03.84	Mérida MEX
08:30.46	Artur Manuel Costa	fpn	03.05.87	Buenos Aires
08:23.92	Artur Manuel Costa	fpn	22.08.87	Estrasburgo
08:22.58	Ivo Emanuel Carneiro	fpn	25.01.02	Luxemburgo
08:16.64	Fernando Eurico Costa	fpn	24.01.03	Luxemburgo
08:16.53	Gustavo Manuel Santa	cnla	11.04.10	Coimbra
08:13.49	Gustavo Manuel Santa	fpn	17.07.10	Helsínquia
Júnior A - § (01.10.13)				
08:16.64	Fernando Eurico Costa	fpn	24.01.03	Luxemburgo
08:15.65	Alexandre Valdagua Coutinho	assccc	26.07.15	Coimbra
08:09.87	Guilherme Filipe Pina	bscn	11.03.16	Oeiras - Jamor
08:06.97	Guilherme Filipe Pina	fpn	09.07.16	Hódmezővásárhely

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

10:22.9	Eduardo José de Sousa	fpn	02.09.60	Roma
10:18.8	Fernando Rosa Jorge	ind	29.08.71	Coimbra
10:09.3	António Paulo Vasconcelos	cnlu	04.12.73	Luanda
09:59.1	António Paulo Vasconcelos	cnlu	13.02.74	Luanda
09:22.4	José Baltar Leite	cfp	22.08.75	Coimbra
09:14.01	José Baltar Leite	fpn	20.05.77	Mulhouse
09:12.35	José Baltar Leite	cfp	07.08.77	Coimbra
08:54.54	José Baltar Leite	fpn	19.08.77	Jönköping
08:49.30	José Baltar Leite	cfp	06.08.78	Lisboa – Olivais
08:46.41	José Baltar Leite	fpn	24.08.78	Berlim Ocidental
08:44.13	José Baltar Leite	fpn	08.04.79	Rio de Janeiro
08:39.47	José Baltar Leite	fpn	01.02.80	Amersfoort
08:37.87	José Baltar Leite	fpn	16.06.80	Bratislava
08:31.05	Artur Manuel Costa	fpn	24.09.88	Seul
08:29.25	Artur Manuel Costa	fpn	19.08.89	Bona
08:20.54	Artur Manuel Costa	fpn	02.12.90	Indianapolis
08:18.90	Artur Manuel Costa	fpn	21.07.91	Sheffield
08:15.24	Artur Manuel Costa	fpn	30.07.92	Barcelona
08:14.33	Fernando Eurico Costa	fpn	20.02.04	Bordéus
08:13.78	Fernando Eurico Costa	fpn	24.04.04	Dunquerque
08:12.35	Fernando Eurico Costa	fpn	25.04.04	Dunquerque
08:07.83	Fernando Eurico Costa	fpn	13.04.05	Nancy
08:06.98	Fernando Eurico Costa	fpn	26.07.05	Montréal
08:06.44	Fernando Eurico Costa	fpn	27.03.07	Melbourne
08:05.35	Fernando Eurico Costa	lsc	29.07.07	Aveiro

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

10:22.9	Eduardo José de Sousa	fpn	02.09.60	Roma
10:22.1	Fernando Rosa Jorge	sad	18.08.68	Vila Franca de Xira
10:18.8	Fernando Rosa Jorge	ind	29.08.71	Coimbra
10:16.8	Paulo José Frischknecht	sad	11.07.73	Lisboa – Olivais
09:53.2	António Paulo Vasconcelos	cnlu	18.08.73	Coimbra
09:49.2	José Guilherme Loureiro	cdna	11.03.74	Luanda
09:38.9	António Botelho de Melo	gdlim	10.08.74	Lisboa – Olivais
09:20.5	Paulo José Frischknecht	sad	20.07.75	Lisboa – Olivais
09:20.0	António Botelho de Melo	cac	22.08.75	Coimbra
09:14.34	António Botelho de Melo	fpn	19.07.76	Montréal
09:14.01	José Baltar Leite	fpn	20.05.77	Mulhouse
09:12.35	José Baltar Leite	cfp	07.08.77	Coimbra

08:54.54	José Baltar Leite	fjn	19.08.77	Jönköping
08:49.30	José Baltar Leite	cfp	06.08.78	Lisboa – Olivais
08:46.41	José Baltar Leite	fjn	24.08.78	Berlim Ocidental
08:44.13	José Baltar Leite	fjn	08.04.79	Rio de Janeiro
08:39.47	José Baltar Leite	fjn	01.02.80	Amersfoort
08:37.87	José Baltar Leite	fjn	16.06.80	Bratislava
08:34.49	Rui Paulo Borges	fjn	18.03.84	Mérida MEX
08:30.46	Artur Manuel Costa	fjn	03.05.87	Buenos Aires
08:23.92	Artur Manuel Costa	fjn	22.08.87	Estrasburgo
08:20.54	Artur Manuel Costa	fjn	02.12.90	Indianapolis
08:18.90	Artur Manuel Costa	fjn	21.07.91	Sheffield
08:15.24	Artur Manuel Costa	fjn	30.07.92	Barcelona
08:14.33	Fernando Eurico Costa	fjn	20.02.04	Bordéus
08:13.78	Fernando Eurico Costa	fjn	24.04.04	Dunquerque
08:12.35	Fernando Eurico Costa	fjn	25.04.04	Dunquerque
08:07.83	Fernando Eurico Costa	fjn	13.04.05	Nancy
08:06.98	Fernando Eurico Costa	fjn	26.07.05	Montréal
08:06.44	Fernando Eurico Costa	fjn	27.03.07	Melbourne
08:05.35	Fernando Eurico Costa	lsc	29.07.07	Aveiro

1500 LIVRES

Infantil - # (30.09.96)

19:23.9	Vasco Machado Leite	slb	13.07.80	Lisboa – Olivais
18:08.50	Rui Paulo Borges	fcp	01.08.80	Lisboa – Olivais
17:36.07	Rui Paulo Borges	fcp	17.08.80	Coimbra

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

17:27.49	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	06.07.03	Lisboa – Restelo
17:21.58	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	27.07.03	Lisboa – Restelo

Infantil B - § (01.10.04)

17:21.58	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	27.07.03	Lisboa – Restelo
----------	-------------------------	-----	----------	------------------

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

16:53.4	tempo limite			
16:53.04	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	29.05.04	Lisboa – E. Universitário
16:43.48	Pedro Fontoura Oliveira	fjn	19.06.04	Rio Maior

Infantil A - § (01.10.04)

16:43.48	Pedro Fontoura Oliveira	fjn	19.06.04	Rio Maior
----------	-------------------------	-----	----------	-----------

Juvenil - § (23.01.71) # (30.09.96)

22:40.4	Paulo Gameiro Neves	sad	30.07.71	Lisboa – Olivais
22:01.8	Carlos Heitor e Silva	slb	30.07.71	Lisboa – Olivais
21:11.3	Horácio Correia Oliveira	cfp	20.08.71	Lisboa – Olivais
21:07.2	José Guilherme Loureiro	cdna	18.07.72	Luanda
20:13.1	Henrique Carvalho Vicêncio	ind	24.07.72	Lisboa – Olivais
19:49.5	Henrique Carvalho Vicêncio	ind	14.08.72	Coimbra
19:48.4	Henrique Carvalho Vicêncio	ind	20.08.72	Évora
19:25.4	António Botelho de Melo	apdm	12.04.73	Luanda
19:05.3	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	25.07.73	Lisboa – Olivais
18:31.6	António Botelho de Melo	gdln	18.08.73	Coimbra
18:25.3	Paulo José Frischknecht	sad	05.07.74	Lisboa – Olivais
18:19.9	António Botelho de Melo	gdln	10.08.74	Lisboa – Olivais
18:11.7	Paulo José Frischknecht	ani	16.08.74	Lisboa – Olivais
17:41.9	Paulo José Frischknecht	sad	20.07.75	Lisboa – Olivais
16:53.4	Rui Paulo Borges	fcp	31.07.81	Lisboa – Olivais
16:47.59	Rui Paulo Borges	fjn	17.04.82	Buenos Aires
16:39.88	Rui Paulo Borges	fjn	29.08.82	Innsbrück
16:37.48	Tiago Silva Pestana	fcp	25.07.93	Lisboa – Restelo

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

16:31.97	Pedro Fontoura Oliveira	cfb	28.05.05	Lisboa – E. Universitário
16:30.45	Duarte Miguel Jorge	cga	21.07.16	Jamor

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

16:20.16	tempo limite			
16:14.14	José Meireles Parente	vnc	07.06.03	Loulé
16:08.43	José Meireles Parente	fjn	31.07.03	Paris
16:06.07	Rui Filipe Costa	fjn	01.04.07	Genebra

16:04.07	Rui Filipe Costa	fjn	08.06.07	Loulé
16:00.26	Gustavo Manuel Santa	cnla	30.05.09	Coimbra
15:45.55	Gustavo Manuel Santa	fjn	23.07.09	Tampere

Júnior B - § (01.10.13)

15:51.43	Gustavo Manuel Santa	fjn	10.07.10	Helsínquia
15:43.55	Guilherme Filipe Pina	fjn	03.08.15	Singapura

Júnior

21:07.0	Júlio Pais Ribeiro	gdln	03.09.67	Beja
21:03.7	Fernando Rosa Jorge	sad	10.07.68	Lisboa – Olivais
20:49.3	Fernando Rosa Jorge	sad	26.09.68	Lisboa – Olivais
20:21.3	Carlos Porto Ambrósio	sad	20.08.71	Lisboa – Olivais
20:09.2	Carlos Porto Ambrósio	sad	24.07.72	Lisboa – Olivais
19:40.9	Carlos Porto Ambrósio	sad	14.08.72	Coimbra
19:39.6	Carlos Porto Ambrósio	sad	20.08.72	Évora
18:45.2	António Paulo Vasconcelos	cnlu	18.08.73	Coimbra
18:29.9	José Guilherme Loureiro	cdna	11.03.74	Luanda
18:19.3	Orlando Almeida Dias	sad	20.07.75	Lisboa – Olivais
17:39.9*	António Botelho de Melo	fjn	10.08.75	Genebra
	(recorde homologado em décimas; tempo oficial: 17:39.95)			
17:34.8	António Botelho de Melo	cac	22.08.75	Coimbra
17:24.31	António Botelho de Melo	fjn	19.07.76	Montréal
17:15.53	Paulo José Frischknecht	sad	07.08.77	Coimbra
17:04.32	José Dias Tomé	fjn	30.07.78	Florença
16:45.35	José Dias Tomé	sad	06.08.78	Lisboa – Olivais
16:43.3	José Dias Tomé	sad	28.07.79	Matur
16:40.93	Rui Paulo Borges	fjn	17.04.83	Lisboa – Olivais
16:22.57	Rui Paulo Borges	fjn	08.08.83	Mulhouse
16:21.54	Rui Paulo Borges	fjn	18.03.84	Mérida MEX
16:08.76	Artur Manuel Costa	fjn	03.05.87	Buenos Aires
16:05.9	Artur Manuel Costa	scp	17.07.87	Lisboa – Olivais
15:53.21	Artur Manuel Costa	fjn	22.08.87	Estrasburgo
15:50.53	Ivo Emanuel Carneiro	scb	15.06.02	Porto – Campanhã
15:34.51	Fernando Eurico Costa	lsc	24.01.03	Luxemburgo

Júnior A - § (01.10.13)

15:31.96	Guilherme Filipe Pina	bscn	13.03.16	Oeiras - Jamor
15:23.46	Guilherme Filipe Pina	fjn	07.07.16	Hódmezövásárhely

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

21:43.2	Avelino Santos Pereira	sad	31.08.58	Praia das Mações
---------	------------------------	-----	----------	------------------

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

19:40.1	Eduardo José de Sousa	fjn	02.09.60	Roma
19:26.8	António Bessone Basto	fjn	08.08.63	Rio de Janeiro
19:05.5	António Paulo Vasconcelos	cnlu	13.02.74	Luanda
17:35.1	José Baltar Leite	cfp	22.08.75	Coimbra
17:17.94	José Baltar Leite	fjn	20.05.77	Mulhouse
17:17.05	José Baltar Leite	cfp	07.08.77	Coimbra
16:41.54	José Baltar Leite	fjn	19.08.77	Jönköping
16:38.90	José Baltar Leite	cfp	06.08.78	Lisboa – Olivais
16:26.96	José Baltar Leite	fjn	24.08.78	Berlim Ocidental
16:20.95	José Baltar Leite	fjn	08.04.79	Rio de Janeiro
16:17.52	José Baltar Leite	fjn	20.04.80	Madrid
16:16.91	José Baltar Leite	fjn	26.04.80	Nancy
16:13.94	José Baltar Leite	fjn	16.06.80	Bratislava
15:56.13	Artur Manuel Costa	fjn	24.09.88	Seul
15:50.23	Artur Manuel Costa	fjn	11.08.90	Roma
15:39.73	Artur Manuel Costa	fjn	02.12.90	Indianapolis
15:35.98	Artur Manuel Costa	fjn	21.07.91	Sheffield
15:35.28	Fernando Eurico Costa	fjn	24.04.04	Dunquerque
15:21.94	Fernando Eurico Costa	fjn	25.04.04	Dunquerque
15:21.35	Fernando Eurico Costa	lsc	26.07.07	Aveiro
15:16.22	Fernando Eurico Costa	fjn	14.08.07	Banguedoque
15:15.12	Guilherme Filipe Pina	scp	30.03.17	Coimbra

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

19:40.1	Eduardo José de Sousa	fjn	02.09.60	Roma
19:26.8	António Bessone Basto	fjn	08.08.63	Rio de Janeiro
19:25.4	António Botelho de Melo	apdm	12.04.73	Luanda
19:05.3	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	25.07.73	Lisboa – Olivais

18:31.6	António Botelho de Melo	gdml	18.08.73	Coimbra
18:29.9	José Guilherme Loureiro	cdna	11.03.74	Luanda
18:25.3	Paulo José Frischknecht	sad	05.07.74	Lisboa – Olivais
18:19.9	António Botelho de Melo	gdml	10.08.74	Lisboa – Olivais
18:11.7	Paulo José Frischknecht	ani	16.08.74	Lisboa – Olivais
17:41.9	Paulo José Frischknecht	sad	20.07.75	Lisboa – Olivais
17:39.9*	António Botelho de Melo (recorde homologado em décimas; tempo oficial: 17:39.95)	fpn	10.08.75	Genebra
17:34.8	António Botelho de Melo	cac	22.08.75	Coimbra
17:24.31	António Botelho de Melo	fpn	19.07.76	Montréal
17:17.94	José Baltar Leite	fpn	20.05.77	Mulhouse
17:15.53	Paulo José Frischknecht	sad	07.08.77	Coimbra
16:41.54	José Baltar Leite	fpn	19.08.77	Jönköping
16:38.90	José Baltar Leite	cfp	06.08.78	Lisboa – Olivais
16:26.96	José Baltar Leite	fpn	24.08.78	Berlim Ocidental
16:20.95	José Baltar Leite	fpn	08.04.79	Rio de Janeiro
16:17.52	José Baltar Leite	fpn	20.04.80	Madrid
16:16.91	José Baltar Leite	fpn	26.04.80	Nancy
16:13.94	José Baltar Leite	fpn	16.06.80	Bratislava
16:08.76	Artur Manuel Costa	fpn	03.05.87	Buenos Aires
16:05.9	Artur Manuel Costa	scp	17.07.87	Lisboa – Olivais
15:53.21	Artur Manuel Costa	fpn	22.08.87	Estrasburgo
15:50.23	Artur Manuel Costa	fpn	11.08.90	Roma
15:39.73	Artur Manuel Costa	fpn	02.12.90	Indianapolis
15:35.98	Artur Manuel Costa	fpn	21.07.91	Sheffield
15:34.51	Fernando Eurico Costa	lsc	24.01.03	Luxemburgo
15:21.94	Fernando Eurico Costa	fpn	25.04.04	Dunquerque
15:21.35	Fernando Eurico Costa	lsc	26.07.07	Aveiro
15:16.22	Fernando Eurico Costa	fpn	14.08.07	Banguecoque
15:15.12	Guilherme Filipe Pina	scp	30.03.17	Coimbra

4X50 LIVRES

Júnior - clubes - § (01.10.04)

1:42.06	João Pedro Glória, Nuno Gonçalo Quintanilha, Manuel Eduardo Almeida, José João Bica	cvg	29.05.05	Lisboa – E. Universitário
1:41.43	Bruno Miguel Amaral, Gonçalo Emanuel Almeida, Ricardo Lozano Lopes, Francisco Nunes Quintal	cnac	21.05.06	Coimbra
1:38.30	Paulo Jorge Santos, Francisco Nunes Quintal, Daniel Filipe Pinto, Tiago Marques Costa	fcp	16.03.07	Póvoa de Varzim
1:36.69	Rui Filipe Vilar, Nuno Miguel Vieira, João Pedro Almeida, Carlos Filipe Santos	fcp	27.03.09	Lisboa – E. Universitário

Júnior - seleções - § (01.10.04)

sem tempo limite				
1:40.39	António Fernandes Carriço, Bernardo Santos Clemente, Viktor Kot, Francisco Rogério Santos	andl	15.05.16	Gijón
1:39.93	Frederico Sucena Riachos, Francisco Rogério Santos, Guilherme Filipe Pina, João Alexandre Vital	fpn	05.06.16	Porto - Campanhã
1:37.56	Frederico Sucena Riachos, Francisco Rogério Santos, Guilherme Filipe Pina, João Alexandre Vital	fpn	05.06.16	Porto - Campanhã

Sénior - clubes - § (01.10.04)

1:34.90 tempo limite				
1:34.14	Fábio André Figueira, Simão Gomes Morgado, Duarte Rafael Mourão, Carlos Esteves Almeida	cna	18.07.09	Faro
1:34.12	Paulo Jorge Santos, Carlos Filipe Santos, Rui Filipe Vilar, João Filipe Carvalho	fcp	09.04.10	Coimbra
1:33.66	Paulo Jorge Santos, João Filipe Carvalho, Carlos Filipe Santos, Rui Filipe Vilar	fcp	30.05.10	Coimbra
1:33.18	Paulo Jorge Santos, João Filipe Carvalho, Carlos Filipe Santos, Rui Filipe Vilar	fcp	29.07.10	Coimbra
1:32.94	Paulo Jorge Santos, João Filipe Carvalho, Fábio André Figueira, Israel Peressin Murat	fcp	26.07.12	Jamor

Sénior - seleções - § (01.10.04)

1:34.90 tempo limite

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

1:51.5 tempo limite

1:44.9	Alexandre Felske Yokochi, Pedro Alves Saraiva, João Mendes Santos, Henrique Oliveira Villaret	slb	16.06.85	Lisboa – Olivais
1:44.22	Rui Paulo Borges, José Pedro Viana, José Carlos Moreira, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	03.05.86	Mulhouse
1:40.53	Paulo Manuel Trindade, Rui Paulo Borges, José Carlos Meinedo, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	14.03.87	Lisboa – Olivais
1:37.59	Paulo Manuel Trindade, Mabilio António Albuquerque, José Carlos Campelo, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	05.03.88	Lisboa – Olivais
1:37.51	Paulo Manuel Trindade, Mabilio António Albuquerque, José Carlos Campelo, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	16.04.88	Luxemburgo
1:36.59	Ricardo Conceição Pedroso, Duarte Bruno Mendonça, Tiago Azevedo Laranjo, Nuno Filipe Laurentino	sad	17.06.00	Porto – Campanhã
1:36.37	Ivan Fernandes Abreu, Simão Gomes Morgado, Bruno Ferreira da Silva, Gil Maia Santos	cna	19.05.02	Lisboa – E. Universitário
1:34.90	Simão Gomes Morgado, Gil Maia Santos, Bruno Ferreira da Silva, Ivan Fernandes Abreu	cna	18.05.03	Lisboa – E. Universitário
1:34.58	Paulo Jorge Santos, João Filipe Carvalho, Bruno Emanuel Graça, Luís Miguel Monteiro	fcp	02.06.07	Porto – Campanhã
1:33.07	Rui Filipe Vilar, Paulo Jorge Santos, Carlos Filipe Santos, João Filipe Carvalho	fcp	31.05.09	Coimbra
1:32.36	Rui Filipe Vilar, Paulo Jorge Santos, João Filipe Carvalho, Carlos Filipe Santos	fcp	18.07.09	Faro

Absoluto - seleções - § (01.10.04)

1:34.90 tempo limite

4X100 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

5:15.1	Carlos Estevão Modesto, Mário Nuno Soares, José Dias Tomé, Eduardo António Morais	sad	01.07.74	Lisboa – Olivais
4:54.5	Paulo Sousa Torres, Fernando Cobian Silva, José Manuel Borges, Vasco Castro Sousa	fcp	09.08.74	Lisboa – Olivais
4:40.4	José Carlos Mota, Paulo Sousa Torres, Paulo Cruz Pinheiro, Vasco Castro Sousa	fcp	24.08.75	Coimbra
4:36.9	João Paulo Torres Pinto, José Carlos Mota, Nuno António Lobo, Rogério Nascimento Silva	fcp	15.08.76	Lisboa – Olivais
4:22.5	Rui Paulo Borges, Paulo Araújo Almeida, Paulo Manuel Trindade, José Pedro Soares	fcp	03.08.80	Lisboa – Olivais
4:21.74	António Manuel Cortesão, Hélder Graça Santos, Pedro Jorge Gonçalves, Ricardo Jorge Neves	fpn	07.04.85	Lisboa – Olivais
4:12.89	Rui Ramos Martins, José Alexandre Guerra, Sérgio Filipe Souto, José Silva Miranda	fpn	06.04.86	Zurique
4:12.4	José Silva Miranda, Alexandre Cardoso Fortunato, Jorge Carvalho Paiva, Rodolfo Pereira Nunes	cfp	12.08.86	Coimbra

Grupo 4 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:12.4	José Silva Miranda, Alexandre Cardoso Fortunato, Jorge Carvalho Paiva, Rodolfo Pereira Nunes	cfp	12.08.86	Coimbra
--------	--	-----	----------	---------

Grupo 4 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:12.4 tempo limite

Infantil B - clubes - § (01.10.04)

4:07.84	Miguel Ângelo Alves, Rafael Filipe Nunes, Gonçalo Filipe Lopes, Sérgio Fernando Silva	anam	04.07.09	Vila Franca de Xira
4:06.32	David Matias Cristino, Edgar Filipe Santos, Rodrigo Ponte Jorge, Rafael Alcântara Aires	anam	28.06.14	V. Franca Xira
4:06.16	Rafael Alcântara Aires, Edgar Filipe Santos, David Matias Cristino, Rodrigo Ponte Jorge	anam	19.07.14	Loulé

Grupo 4 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:12.89 tempo limite

Infantil B - seleções - § (01.10.04)

4:09.08	Ricardo Pinela Ferreira, David Matias Cristino, Rodrigo Ponte Jorge, Rafael Alcântara Aires	ani	11.05.14	V. Franca Xira
4:05.91	Rafael Moreira Oliveira, João Nogueira Mendes, Diogo Nuno Valente, Diogo Santos Costa	ani	13.06.15	V. Franca Xira

Grupo 3 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:03.26	Ivo Ricardo Seco, João Carlos Monteiro, Pedro Pinto de Almeida, Luís Miguel Monteiro	fcp	06.07.97	Famalicão
Grupo 3 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
3:59.37	David Miguel Ferro, Bruno Miguel Ramos, Pedro Miguel Martins, Filipe Severino Gomes	sfuap	25.07.98	Porto – Campanhã
Infantil A - clubes - § (01.10.04)				
3:59.08	Fábio André Dias, Sérgio Emanuel Luís, João Manuel Lança, Diamantino Gato Brás	sfuap	22.07.06	S. João da Madeira
3:58.25	Luís Manuel Fernandes, Nuno Gonçalves Martins, André Isafas Guimarães, Rafael Ribeiro Pinho	gdnfama	25.07.09	S. João da Madeira
3:55.31	Ricardo Miguel Alves, Tiago João Meira, António Miguel Vitorino, Miguel Prata Santos	vnc	24.07.10	Porto – Campanhã
3:52.27	José Pedro Freitas, João Pereira Tinoco, Hugo Gabriel Morais, Miguel Ângelo Santos	gdnfama	19.07.14	Loulé
Grupo 3 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
4:02.24	tempo limite			
Infantil A - seleções - § (01.10.04)				
3:57.92	João Pedro Silva, José Tomás Simeão, Ricardo Alexandre Faia, Diogo Leal Dantas	anl	11.05.14	V. Franca Xira
3:53.40	Ricardo Pinela Ferreira, Rodrigo Ponte Jorge, David Matias Cristino, Gonçalo Carvalho Ferrão	anl	13-06-15	V. Franca Xira
Infantil - clubes - § (01.10.13)				
3:52.27	José Pedro Freitas, João Pereira Tinoco, Hugo Gabriel Morais, Miguel Ângelo Santos	gdnfama	19.07.14	Loulé
Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)				
Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)				
Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)				
4:49.5	Francisco Bessone Alves, João Souto Gonçalves, Daniel Cristo Correia, José Eduardo Rodrigues	sad	03.08.68	Lisboa – Olivais
4:42.8	Ricardo Esteves Santos, Eduardo Júlio Silva, Luís Bleck Silva, António José Alegria	sad	02.08.69	Lisboa – Olivais
4:39.1	José Gomes Pereira, José Luís Almeida, Luís Bleck Silva, Carlos Porto Ambrósio	sad	06.08.70	Lisboa – Olivais
4:39.0	José Luís Almeida, Carlos Porto Ambrósio, Luís Bleck Silva, José Gomes Pereira	sad	23.08.70	Lisboa – Olivais
4:37.1	Horácio Correia Oliveira, José Carlos Bacelar, José Monteiro Jesus, Carlos Gil Martins	cfp	22.08.71	Lisboa – Olivais
4:34.9	José Guedes Neves, Pedro Ferreira da Silva, António Martins Figueiro, Eduardo Torres Pinto	fcp	13.08.72	Coimbra
4:33.8	Pedro Ferreira da Silva, Luís Martins Fonseca, José Carlos Costa, Rolando Manuel Freitas	fcp	17.08.73	Coimbra
4:24.6	Orlando Almeida Dias, José Luís Antunes, Jaime Sarabando Fidalgo, Paulo José Frischknecht	sad	09.08.74	Lisboa – Olivais
4:23.8	Jaime Carlos Bento, João Manuel Rodrigues, Amílcar José Naldo, Paulo José Frischknecht	sad	03.08.75	Lisboa – Olivais
4:18.2	Carlos Estevão Modesto, Jaime Carlos Bento, João Manuel Rodrigues, Paulo José Frischknecht	sad	24.08.75	Coimbra
4:16.7	Carlos Estevão Modesto, Carlos Alberto Serra, Mário Nuno Soares, Amílcar José Naldo	sad	24.07.76	Tróia
4:13.78	Paulo Gomes Azevedo, João Pires da Silva, Mário Nuno Soares, José Dias Tomé	sad	09.08.77	Coimbra
4:08.15	João Paulo Torres Pinto, Jorge Torres Mano, Vasco Castro Sousa, Rogério Nascimento Silva	fcp	08.08.78	Lisboa – Olivais
4:06.7	José Carlos Moreira, Rui Paulo Borges, Paulo Manuel Trindade, Cláudio Oliveira Ribeiro	fcp	09.08.81	Coimbra
4:02.29	José Alexandre Silva, Mabilio António Albuquerque, Celso Oliveira Ribeiro, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	07.08.83	Lisboa – Olivais
3:59.3	José Alexandre Guerra, Nuno Miguel Castro, Nuno Miguel Cabrita, Rui Ramos Martins	anl	25.06.87	Coimbra
3:54.63	José Silva Miranda, Nuno Miguel Recarei, Rodolfo Pereira Nunes, Alexandre Cardoso Fortunato	cfp	07.08.88	Lisboa – Olivais
3:53.39	Rui Vasco Silva, Tiago Silva Pestana, Ricardo Jorge Santos, Miguel Azevedo Portela	fcp	07.07.93	Walkenswaard
3:51.44	Bruno André Laranjeira, Francisco Coelho Antunes, Ricardo Luís Silva, Tiago Azevedo Lousada	fcp	15.04.95	Charleroi
3:50.06	Sílvio Carvalho Neves, Filipe Crista Carvalho, José Frederico Cavalheiro, Miguel Soares Carvalho	fcp	22.06.96	Atenas

Grupo 2 - § (01.10.96) # (31.05.98)				
3:50.06	Sílvio Carvalho Neves, Filipe Crista Carvalho, José Frederico Cavalheiro, Miguel Soares Carvalho	fcp	22.06.96	Atenas
Grupo 2 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
3:51.45	tempo limite			
3:48.23	Bruno Miguel Ramos, Filipe Severino Gomes, Pedro Miguel Martins, David Miguel Ferro	sfuap	31.07.99	Lisboa – E. Universitário
Juvenil B - clubes - § (01.10.04)				
3:46.74	Miguel Ângelo Alves, Rafael Filipe Nunes, Sérgio Fernando Silva, João Carlos Santos	anam	05.08.11	Póvoa de Varzim
3:45.99	João Miguel Ascensão, Eduardo Salgado Ramos, Jorge Miguel Nunes, Rúben Oliveira Lopes	fcp	27.07.12	Jamor
Grupo 2 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
3:50.06	tempo limite			
Juvenil B - seleções - § (01.10.04)				
3:49.55	Jaime Daniel Correia, João Magalhães Nunes, Francisco Cortês Viterbo, Diogo Alexandre Domingues	anl	11.05.14	V. Franca Xira
3:47.23	Ricardo Alexandre Faia, José Tomás Simeão, Diogo Leal Dantas, João Pedro Silva	anl	13.06.15	V. Franca Xira
3:45.71	Rafael Alcântara Aires, David Matias Cristino, Gonçalo Carvalho Ferraz, Ricardo Pinela Ferreira	anl	14.05.16	V. Franca Xira
Grupo 1 - § (01.10.96) # (31.05.98)				
sem tempo limite				
Grupo 1 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
3:49.55	Ricardo Jorge Coxo, Eduardo Barata Correia, Bruno Gama Freitas, André Filipe Sequeira	sfuap	02.08.98	Jamor
3:46.83	Bruno Miguel Ramos, Pedro Miguel Martins, Filipe Severino Gomes, David Miguel Ferro	sfuap	30.07.00	Lisboa – Restelo
Juvenil A - clubes - § (01.10.04)				
3:46.76	Paulo Jorge Santos, Adelino Emanuel Gaiterio, Tiago Marques Costa, Daniel Filipe Pinto	fcp	12.03.05	Póvoa de Varzim
3:42.32	Paulo Jorge Santos, Tiago Marques Costa, Adelino Emanuel Gaiterio, Daniel Filipe Pinto	fcp	22.07.05	Coimbra
3:41.83	Miguel Ângelo Alves, Rafael Lourenço Gil, Rafael Filipe Nunes, João Carlos Santos	anam	27.07.12	Jamor
3:41.70	João Pedro Belo, Eduardo José Castelo, Miguel Monteiro Cruchinho, Guilherme Pereira Dias	scp	23.03.13	Jamor
3:39.68	João Miguel Ascensão, Luís Carlos Oliveira, Eduardo Salgado Ramos, Rúben Oliveira Lopes	fcp	19.07.13	Famalicão
Grupo 1 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
3:46.86	tempo limite			
3:42.88	Hugo Pereira Pinto, Chema Maurício Fernandes, Luís Duarte Silva, André Pedro Mestre	fcp	08.04.01	Varsóvia
3:40.61	Carlos Esteves Almeida, Diogo Filipe Carneiro, Ivo André Margarido, Diogo Filipe Carvalho	fcp	04.04.04	Limassol
Juvenil A - seleções - § (01.10.04)				
3:39.59	Pedro Fontoura Oliveira, João Carlos Santiago, César Fernando Faria, Mário João Costa	fcp	09.04.06	Atenas
3:37.47	Miguel Cordeiro Saraiva, Diogo Parrilha Silva, Ricardo Manuel Machado, Gustavo Manuel Santa	fcp	05.04.09	Limassol
3:36.45	Gustavo Manuel Santa, Diogo Parrilha Silva, Pedro Ribeiro Mendes, Miguel Cordeiro Saraiva	fcp	20.07.09	Tampere
Juvenil - clubes - § (01.10.13)				
3:39.68	tempo limite			
Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)				
Júnior - § (01.01.62) # (31.05.98)				
4:23.8	Carlos Monteiro da Silva, João Carlos Stocker, António Neiva Maciel, Fernando Rosa Jorge	sad	10.08.68	Lisboa – Olivais
4:19.8	Carlos Porto Ambrósio, Luís Bleck Silva, João António Rodrigues, Carlos Heitor e Silva	fcp	27.07.72	Coimbra
4:19.1	João Filipe Queiró, Joaquim Jesus Carvalho, João Pinto Angelo, Horácio Correia Oliveira	aac	17.08.73	Coimbra
4:14.2	José Carlos Bacelar, Luís Lopes Santos,			

4:12.6	José Baltar Leite, Carlos Gil Martins	cfp	09.08.74	Lisboa – Olivais
4:03.9	Henrique Carvalho Vicêncio, Jaime Sarabando Fidalgo, José Luís Antunes, Orlando Almeida Dias	sad	03.08.75	Lisboa – Olivais
3:59.79	Fernando Santos Almeida, Francisco Miguel Martins, Pedro Almeida Sousa, Paulo José Frischknecht	fcp	15.08.76	Lisboa – Olivais
3:59.07	Paulo José Frischknecht, Carlos Alberto Serra, Jaime Carlos Bento, João Manuel Rodrigues	sad	09.08.77	Coimbra
3:57.09	Paulo Gomes Azevedo, José Dias Tomé, Carlos Estevão Modesto, Carlos Alberto Serra	sad	08.08.78	Lisboa – Olivais
3:51.74	Fernando Neves Teixeira, João Pires da Silva, José Dias Tomé, Paulo Gomes Azevedo	sad	07.08.79	Lisboa – Olivais
3:49.16	Paulo Gomes Azevedo, José Dias Tomé, João Pires da Silva, Fernando Neves Teixeira	sad	03.08.80	Lisboa – Olivais
3:44.18	José Alexandre Silva, Paulo Manuel Trindade, Sérgio Alexandre Esteves, Rui Paulo Borges	fpn	12.08.84	Coimbra
3:44.06	José Silva Miranda, José Alexandre Guerra, Carlos Gama Alegria, Nuno Miguel Castro	fpn	02.04.89	Espoo
3:43.79	José Silva Miranda, Nuno Miguel Castro, José Alexandre Guerra, Nuno Miguel Recarei	fpn	21.05.90	Bruges
3:41.04	Miguel Azevedo Portela, Marcelo Azevedo Igreja, Ricardo Jorge Santos, Tiago Silva Pestana	fpn	15.04.95	Atenas
3:40.95	Tiago Azevedo Lousada, Filipe Miguel Rosa, Bruno Miguel Gaspar, João Hernandez Cardoso	fpn	06.04.96	Lisboa – Restelo
3:39.81	Bruno Miguel Gaspar, Filipe Miguel Rosa, João Hernandez Cardoso, Tiago Azevedo Lousada	fpn	29.03.97	Atenas
	José Frederico Cavalheiro, Filipe Miguel Rosa, Rodrigo Martins Alves, Miguel Soares Carvalho	fpn	04.04.98	Copenhaga

Júnior - clubes - § (01.06.98)

3:49.16	tempo limite			
3:47.13	Filipe Miguel Rosa, Alexandre José Félix, Ricardo Matos Garcia, Rui Freitas Vicente	cns	02.08.98	Jamor
3:43.13	Eduardo Barata Correia, Marcos Ricardo Graça, Bruno Gama Freitas, Ricardo Jorge Coxo	sfuap	16.07.00	Jamor
3:42.77	Ivo Rafael Gonçalves, Henrique Pereira Neiva, Bruno Miguel Amorim, João Carlos Moura	cfv	23.03.01	Jamor
3:39.07	Pedro Mesquita Morais, Tiago Alexandre Fougo, André Silva Bastos, Luís Miguel Monteiro	fcp	23.03.01	Jamor
3:36.13	Fábio Manuel Pereira, João Carlos Maia, João Amaral Pereira, Adriano Miguel Niz	cfv	26.03.04	Jamor
3:34.25	Rui Filipe Vilar, João Pedro Almeida, Samuel Patrício Queirós, Carlos Filipe Santos	fcp	27.03.09	Lisboa – E. Universitário

Júnior - seleções - § (01.06.98)

3:38.17	Tiago Azevedo Lousada, Filipe Freire Custódio, João Filipe Costa, José Frederico Cavalheiro	fpn	01.08.98	Antuérpia
3:36.00	Tiago Azevedo Lousada, Filipe Freire Custódio, João Filipe Costa, José Frederico Cavalheiro	fpn	01.08.98	Antuérpia
3:32.95	Ricardo Jorge Coxo, Luís Miguel Monteiro, João Antunes Coelho, Bruno Emanuel Graça	fpn	27.07.00	Dunquerque
3:31.63	David Miguel Ferro, Ivo Emanuel Carneiro, Miguel Pádua Figueiredo, Luís Miguel Monteiro	fpn	08.04.01	Jamor
3:31.09	Ivo Emanuel Carneiro, Luís Duarte Silva, David Miguel Ferro, Miguel Martins Pires	fpn	11.07.02	Linz
3:30.80	Luís Duarte Silva, David Miguel Ferro, Miguel Martins Pires, Ivo Emanuel Carneiro	fpn	11.07.02	Linz
3:27.23	Tiago André Venâncio, Adriano Miguel Niz, Fábio Manuel Pereira, Alexandre Escudier Agostinho	fpn	15.07.04	Jamor
3:27.00	Fábio Manuel Pereira, Adriano Miguel Niz, Alexandre Escudier Agostinho, Tiago André Venâncio	fpn	15.07.04	Jamor

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.05.98)

4:06.4	António Bessone Basto, Herlander Felga Ribeiro, Luís Vaz Jorge, Carlos Boanova Otão	fpn	01.08.63	Belém
4:06.2	José Gomes Pereira, Francisco Bessone Alves, Luís Bleck Silva, Carlos Porto Ambrósio	sad	26.08.73	Lisboa – Olivais
3:58.6	José Gomes Pereira, Paulo Almeida Sande, José Santos Silva, Henrique Carvalho Vicêncio	sad	15.08.76	Lisboa – Olivais
3:56.32	José Gomes Pereira, Orlando Almeida Dias, José Santos Silva, José Luís Antunes	sad	09.08.77	Coimbra

3:41.85	José Gomes Pereira, Paulo José Frischknecht, Rui Pinto Abreu, José Baltar Leite	fpn	18.06.78	Linz
3:38.37	Rui Pinto Abreu, Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira, José Baltar Leite	fpn	22.08.78	Berlim Ocidental
3:36.14	Sérgio Alexandre Esteves, João Mendes Santos, Rui Paulo Borges, Vasco Castro Sousa	fpn	21.08.86	Madrid
3:35.06	Mabilio António Albuquerque, Sérgio Alexandre Esteves, João Mendes Santos, Vasco Castro Sousa	fpn	21.08.87	Estrasburgo
3:33.37	Mabilio António Albuquerque, Henrique Oliveira Villaret, Rui David Castro, Sérgio Alexandre Esteves	fpn	02.04.88	Tenerife
3:31.3	Mabilio António Albuquerque, Henrique Oliveira Villaret, Vasco Castro Sousa, Sérgio Alexandre Esteves	fpn	03.04.88	Tenerife
3:31.10	Nuno Filipe Laurentino, Paulo Manuel Trindade, Ricardo Conceição Pedroso, Miguel Cabral Machado	fpn	15.04.95	Belo Horizonte

Sénior - clubes - § (01.06.98)

3:32.70	tempo limite			
3:29.35	Nuno Filipe Laurentino, Bruno Gil Dias, Nuno Miguel Dias, Ricardo Conceição Pedroso	sad	09.01.99	Jamor
3:28.78	Ricardo Conceição Pedroso, Bruno Gil Dias, Nuno Filipe Laurentino, Nuno Miguel Dias	sad	09.08.99	Famalicão
3:28.67	Ricardo Conceição Pedroso, Tiago Azevedo Laranjo, Nuno Filipe Laurentino, Duarte Bruno Mendonça	sad	30.07.00	Lisboa – Restelo
3:28.59	Ricardo Conceição Pedroso, Miguel Martins Pires, Nuno Filipe Laurentino, Duarte Rafael Mourão	sad	23.03.06	Lisboa – E. Universitário
3:28.33	Paulo Jorge Santos, João Filipe Carvalho, Gil Gonçalves Pinto, Luís Miguel Monteiro	fcp	28.03.08	Coimbra
3:26.36	Simão Gomes Morgado, Duarte Rafael Mourão, Fábio André Figueira, Carlos Esteves Almeida	cna	19.07.09	Faro
3:26.21	Paulo Jorge Santos, Fábio André Figueira, João Filipe Carvalho, Israel Peressin Murat	fcp	27.07.12	Jamor

Sénior - seleções - § (01.06.98)

3:31.10	tempo limite			
3:27.96	Nuno Filipe Laurentino, Bruno Miguel Gaspar, Ricardo Conceição Pedroso, Tiago Azevedo Lousada	fpn	11.04.99	Guadalupe
3:24.28	Nuno Filipe Laurentino, Luís Miguel Monteiro, Ricardo Jorge Coxo, Pedro Nuno Silva	fpn	29.07.02	Berlim
3:23.62	Nuno Filipe Laurentino, Luís Miguel Monteiro, Ricardo Jorge Coxo, Pedro Nuno Silva	fpn	29.07.02	Berlim
3:23.06	Tiago André Venâncio, Alexandre Escudier Agostinho, Diogo Filipe Carvalho, Adriano Miguel Niz	fpn	18.03.08	Eindhoven

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.05.98)

4:06.4	António Bessone Basto, Herlander Felga Ribeiro, Luís Vaz Jorge, Carlos Boanova Otão	fpn	01.08.63	Belém
4:06.2	José Gomes Pereira, Francisco Bessone Alves, Luís Bleck Silva, Carlos Porto Ambrósio	sad	26.08.73	Lisboa – Olivais
4:02.9	José Gomes Pereira, Paulo José Frischknecht, António Coelho Neves, José Santos Silva	sad	11.08.74	Lisboa – Olivais
3:58.5	José Gomes Pereira, Orlando Almeida Dias, Henrique Carvalho Vicêncio, Paulo José Frischknecht	sad	24.08.75	Coimbra
3:54.4	Paulo José Frischknecht, Pedro Almeida Sousa, António Martins Fangueiro, João Eduardo Torres Pinto	fcp	15.08.76	Lisboa – Olivais
3:43.34	Paulo José Frischknecht, António Botelho de Melo, José Gomes Pereira, Rui Pinto Abreu	fpn	22.05.77	Mulhouse
3:39.69	José Gomes Pereira, Paulo José Frischknecht, Rui Pinto Abreu, António Botelho de Melo	fpn	16.08.77	Jönköping
3:38.37	Rui Pinto Abreu, Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira, José Baltar Leite	fpn	22.08.78	Berlim Ocidental
3:36.14	Sérgio Alexandre Esteves, João Mendes Santos, Rui Paulo Borges, Vasco Castro Sousa	fpn	21.08.86	Madrid
3:35.06	Mabilio António Albuquerque, Sérgio Alexandre Esteves, João Mendes Santos, Vasco Castro Sousa	fpn	21.08.87	Estrasburgo
3:33.37	Mabilio António Albuquerque, Henrique Oliveira Villaret, Rui David Castro, Sérgio Alexandre Esteves	fpn	02.04.88	Tenerife
3:31.3	Mabilio António Albuquerque, Henrique Oliveira Villaret, Vasco Castro Sousa, Sérgio Alexandre Esteves	fpn	03.04.88	Tenerife
3:31.10	Nuno Filipe Laurentino, Paulo Manuel Trindade, Ricardo Conceição Pedroso, Miguel Cabral Machado	fpn	15.04.95	Belo Horizonte

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

3:55.0	tempo limite			
--------	--------------	--	--	--

3:43.8	João Mendes Santos, Henrique Oliveira Villaret, Rui Pinto Abreu, Paulo José Frischknecht	slb	15.08.82	Lisboa – Olivais
3:43.77	Paulo José Frischknecht, Pedro Alves Saraiva, Henrique Oliveira Villaret, João Mendes Santos	slb	11.08.85	Porto – Campanhã
3:43.61	Sérgio Alexandre Esteves, Mabilio António Albuquerque, José Carlos Meinedo, Rui Paulo Borges	fcp	03.08.86	Lisboa – Olivais
3:42.87	Sérgio Alexandre Esteves, Mabilio António Albuquerque, Paulo Manuel Trindade, Rui Paulo Borges	fcp	02.08.87	Porto – Campanhã
3:37.70	Mabilio António Albuquerque, Rui Paulo Borges, Paulo Manuel Trindade, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	02.08.87	Porto – Campanhã
3:36.62	Mabilio António Albuquerque, Manuel Pontes Ferreira, António Luís Portela, Paulo Manuel Trindade	fcp	25.07.93	Lisboa – Restelo
3:33.18	Miguel Cabral Machado, António Luís Portela, Sérgio Alexandre Esteves, Paulo Manuel Trindade	fcp	31.07.94	Lisboa – Restelo
3:32.85	Miguel Cabral Machado, Rui Paulo Borges, António Luís Portela, Paulo Manuel Trindade	fcp	06.08.95	Coimbra
3:32.70	Miguel Cabral Machado, André Marques Dias, Miguel Azevedo Portela, António Luís Portela	fcp	04.08.96	Famalicao
3:31.87	Nuno Filipe Laurentino, Bruno Gil Dias, Ricardo Conceição Pedroso, Duarte Bruno Mendonça	sad	24.01.98	Lisboa – E. Universitário
3:29.35	Nuno Filipe Laurentino, Bruno Gil Dias, Nuno Miguel Dias, Ricardo Conceição Pedroso	sad	09.01.99	Jamor
3:28.78	Ricardo Conceição Pedroso, Bruno Gil Dias, Nuno Filipe Laurentino, Nuno Miguel Dias	sad	09.08.99	Famalicao
3:28.67	Ricardo Conceição Pedroso, Tiago Azevedo Laranjo, Nuno Filipe Laurentino, Duarte Bruno Mendonça	sad	30.07.00	Lisboa – Restelo
3:28.59	Ricardo Conceição Pedroso, Miguel Martins Pires, Nuno Filipe Laurentino, Duarte Rafael Mourão	sad	23.03.06	Lisboa – E. Universitário
3:28.33	Paulo Jorge Santos, João Filipe Carvalho, Gil Gonçalves Pinto, Luís Miguel Monteiro	fcp	28.03.08	Coimbra
3:27.52	Paulo Jorge Santos, Carlos Filipe Santos, Rui Filipe Vilar, João Filipe Carvalho	fcp	30.05.09	Coimbra
3:24.33	Paulo Jorge Santos, João Filipe Carvalho, Carlos Filipe Santos, Rui Filipe Vilar	fcp	19.07.09	Faro

Absoluto - seleções - § (01.06.98)

3:31.10	tempo limite			
3:27.96	Nuno Filipe Laurentino, Bruno Miguel Gaspar, Ricardo Conceição Pedroso, Tiago Azevedo Lousada	fpn	11.04.99	Guadalupe
3:24.28	Nuno Filipe Laurentino, Luís Miguel Monteiro, Ricardo Jorge Coxo, Pedro Nuno Silva	fpn	29.07.02	Berlim
3:23.62	Nuno Filipe Laurentino, Luís Miguel Monteiro, Ricardo Jorge Coxo, Pedro Nuno Silva	fpn	29.07.02	Berlim
3:23.06	Tiago André Venâncio, Alexandre Escudier Agostinho, Diogo Filipe Carvalho, Adriano Miguel Niz	fpn	18.03.08	Eindhoven

4X200 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

10:34.5	Vasco Castro Sousa, José Manuel Borges, Paulo Sousa Torres, Fernando Cobian Silva	fcp	08.08.74	Lisboa – Olivais
10:07.5	José Carneiro Pinto, Paulo Sousa Torres, Paulo Cruz Pinheiro, Vítor Viana Pinto	fcp	23.08.75	Coimbra
09:32.29	Rui Paulo Borges, Paulo Araújo Almeida, Paulo Manuel Trindade, José Pedro Soares	fcp	02.08.80	Lisboa – Olivais
09:26.05	Rui Ramos Martins, Jorge Carvalho Paiva, José Alexandre Guerra, Sérgio Filipe Souto	fpn	06.04.86	Zurique
09:10.2	José Silva Miranda, Jorge Carvalho Paiva, Alexandre Cardoso Fortunato, Rodolfo Pereira Nunes	cfp	11.08.86	Coimbra
09:08.12	Tiago Nuno Girão, Miguel Azevedo Portela, João Ribeiro Conde, Tiago Silva Pestana	fcp	28.07.91	Braga

Grupo 4 - § (01.10.96) # (31.05.98)

09:08.12	Tiago Nuno Girão, Miguel Azevedo Portela, João Ribeiro Conde, Tiago Silva Pestana	fcp	28.07.91	Braga
----------	---	-----	----------	-------

Grupo 4 - clubes - § (01.01.98) # (30.09.04)

09:08.12 tempo limite

Infantil B - clubes - § (01.10.04)

08:58.82	Rafael Filipe Nunes, João Carlos Santos, Miguel Ângelo Alves, Sérgio Fernando Silva	anam	03.07.09	Vila Franca de Xira
----------	---	------	----------	---------------------

08:58.21	Rodrigo Ponte Jorge, Edgar Filipe Santos, David Matias Cristino, Rafael Alcântara Aires	anam	18.07.14	Loulé
----------	---	------	----------	-------

Grupo 4 - seleções - § (01.01.98) # (30.09.04)

Infantil B - seleções - § (01.10.04)

09:26.05	tempo limite			
08:56.27	Bernardo Jorge Simões, Tiago Miguel Trombinhas, Bernardo Victorino Almeida, António Lombardi Carvalho	anl	20.05.17	Vila Franca de Xira

Grupo 3 - § (01.10.96) # (31.05.98)

08:58.53	Ivo Ricardo Seco, Pedro Pinto de Almeida, Pedro Mesquita Moraes, Luís Miguel Monteiro	fcp	04.07.97	Famalicao
08:52.00	Luís Miguel Monteiro, Pedro Pinto de Almeida, João Carlos Monteiro, Ivo Ricardo Seco	fcp	27.07.97	Famalicao

Grupo 3 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

08:50.70	Filipe Severino Gomes, Pedro Miguel Martins, Bruno Miguel Ramos, David Miguel Ferro	sfuap	24.07.98	Porto – Campanhã
08:46.69	Jorge Manuel Maia, Paulo Ricardo Araújo, João Miguel Ferreira, Nuno José Simões	gdnfama	25.07.03	Lisboa – Restelo

Infantil A - clubes - § (01.10.04)

08:43.47	Diogo Parrilha Silva, Leonardo Bruno André, Miguel Monteiro Diogo, Diogo Miguel Mendes	cnal	20.07.07	Faro
08:35.01	Miguel Ângelo Alves, João Carlos Santos, Rafael Filipe Nunes, Sérgio Fernando Silva	anam	23.07.10	Porto – Campanhã
08:34.91	Edgar Filipe Santos, David Matias Cristino, Rodrigo Ponte Jorge, Rafael Alcântara Aires	anam	17.07.15	Oeiras-Jamor

Grupo 3 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

Infantil A - seleções - § (01.10.04)

08:42.07 tempo limite

Infantil - clubes - § (01.10.13)

08:35.01	tempo limite			
08:34.91	Edgar Filipe Santos, David Matias Cristino, Rodrigo Ponte Jorge, Rafael Alcântara Aires	anam	17.07.15	Oeiras-Jamor

Infantil - seleções - § (01.10.13)

sem tempo limite

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

12:34.0	Américo Patrício Tomate, Hélder Almeida Frias, Fernando Agudo Conceição, Fernando Jorge Guimarães	cnl	01.08.68	Lisboa – Olivais
11:25.4	Ricardo Esteves Santos, Américo Patrício Tomate, Artur Lopes Trindade, Fernando Agudo Conceição	cnl	17.08.68	Vila Franca de Xira
10:59.8	António José Alegria, Luís Bleck Silva, Ricardo Esteves Santos, Eduardo Júlio Silva	sad	29.07.69	Lisboa – Olivais
10:47.2	Eduardo Júlio Silva, Luís Bleck Silva, António José Alegria, Américo Patrício Tomate	sad	23.08.69	Évora
10:40.0	Luís Bleck Silva, José Gomes Pereira, Carlos Porto Ambrósio, José Luís Almeida	sad	29.07.70	Lisboa – Olivais
10:33.6	Luís Bleck Silva, Carlos Porto Ambrósio, José Gomes Pereira, José Luís Almeida	sad	05.08.70	Lisboa – Olivais
10:16.0	José Guedes Neves, António Martins Fangueiro, Pedro Ferreira da Silva, Eduardo Torres Pinto	fcp	12.08.72	Coimbra
09:50.8	Pedro Ferreira da Silva, Eduardo Torres Pinto, Luís Martins Fonseca, José Carlos Costa	fcp	16.08.73	Coimbra
09:26.4	José Luís Antunes, Orlando Almeida Dias, Jaime Sarabando Fidalgo, Paulo José Frischknecht	sad	29.06.74	Tróia
09:17.0	Paulo José Frischknecht, Orlando Almeida Dias, Jaime Sarabando Fidalgo, José Luís Antunes	sad	08.08.74	Lisboa – Olivais
09:12.13	Paulo Gomes Azevedo, João Pires da Silva, Mário Nuno Soares, José Dias Tomé	sad	08.08.77	Coimbra
09:10.14	António Casalini Araújo, Manuel Rui Carrelhas, Fernando Neves Teixeira, João Pires da Silva	sad	07.08.78	Lisboa – Olivais
09:10.05	José Carlos Moreira, José Carlos Campelo, Cláudio Oliveira Ribeiro, António Carlos Matos	fcp	02.08.80	Lisboa – Olivais
09:08.3	José Carlos Moreira, Rui Paulo Borges,			

09:00.0	Paulo Manuel Trindade, Cláudio Oliveira Ribeiro José Alexandre Silva, Rui Paulo Borges, Paulo Manuel Trindade, Alfredo Silva Azevedo	fcp	08.08.81	Coimbra
08:47.61	Celso Oliveira Ribeiro, José Alexandre Silva, Sérgio Alexandre Esteves, Mabilio António Albuquerque José Pedro Viana, Celso Oliveira Ribeiro,	fcp	06.08.83	Lisboa – Olivais
08:42.25	António Adérito Chaves, Mabilio António Albuquerque José Silva Miranda, Nuno Miguel Recarei, Rodolfo Pereira Nunes, Alexandre Cardoso Fortunato	fcp	11.08.84	Coimbra
08:38.42	Bruno André Laranjeira, Hugo José Amorim, Francisco Coelho Antunes, Tiago Azevedo Lousada	fcp	06.08.88	Lisboa – Olivais
08:22.48	Bruno André Laranjeira, Hugo José Amorim, Francisco Coelho Antunes, Tiago Azevedo Lousada	fpn	16.04.95	Charleroi
Grupo 2 - § (01.10.96) # (31.05.98)				
08:22.48	Bruno André Laranjeira, Hugo José Amorim, Francisco Coelho Antunes, Tiago Azevedo Lousada	fpn	16.04.95	Charleroi
Grupo 2 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
08:31.22	tempo limite			
08:27.02	Luís Miguel Monteiro, Pedro Mesquita Morais, João Carlos Monteiro, Ivo Ricardo Seco	fcp	24.07.98	Porto – Campanhã
Juvenil B - clubes - § (01.10.04)				
08:25.70	André Rafael Marinho, Gonçalo Filipe Gregório, Gonçalo Duarte Martins, Guilherme Pereira Gil Diogo Gomes Sousa, David Rodrigues Luís, João Couto Costa, Pedro Afonso Centeno	sfuap	24.07.08	Jamor
08:24.90	Sérgio Fernando Silva, Miguel Ângelo Alves, Rafael Filipe Nunes, João Carlos Santos	cvg	29.07.10	Coimbra
08:24.26	Ricardo Miguel Alves, Tiago João Meira, António Miguel Vitorino, Miguel Prata Santos	anam	25.03.11	Jamor
08:24.10	Ricardo Miguel Alves, Tiago João Meira, António Miguel Vitorino, Miguel Prata Santos	vnc	25.03.11	Jamor
08:15.48	Ricardo Miguel Alves, Tiago João Meira, António Miguel Vitorino, Miguel Prata Santos	vnc	04.08.11	Póvoa de Varzim
Grupo 2 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
Juvenil B - seleções - § (01.10.04)				
08:22.48	tempo limite			
08:22.48	Tomás Penha Monteiro, Bernardo Safara Inverno, Vicente Oliveira Gomes, Diogo Santos Costa	anl	20.05.17	Vila Franca de Xira
Grupo 1 - § (01.10.96) # (31.05.98)				
08:22.11	Hugo José Amorim, João Filipe Costa, Rodolfo Melo Almeida, José Frederico Cavalheiro	fpn	30.03.97	Istambul
Grupo 1 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
08:25.65	Ricardo Jorge Coxo, Bruno Gama Freitas, Eduardo Barata Correia, André Filipe Sequeira Sandro Pereira Jesus, José Júlio Almeida, Pedro Alves Pereira, João Sousa Fernandes David Neiva Moreira, Fábio Manuel Pereira, João Carlos Mala, Adriano Miguel Niz	sfuap	31.07.98	Jamor
08:20.80	Hugo Alberto Ribeiro, Mário Jorge Rodrigues, Tiago Dourado Campos, Igor Guterres Carvalho	cna	29.07.00	Lisboa – Restelo
08:16.62	Hugo Alberto Ribeiro, Mário Jorge Rodrigues, Tiago Dourado Campos, Igor Guterres Carvalho	cfv	26.07.02	Jamor
08:12.91	Hugo Alberto Ribeiro, Mário Jorge Rodrigues, Tiago Dourado Campos, Igor Guterres Carvalho	cfv	09.07.04	Famalicão
Juvenil A - clubes - § (01.10.04)				
08:12.15	Paulo Jorge Santos, Tiago Marques Costa, Adelino Emanuel Gaiterio, Daniel Filipe Pinto Edgar Oliveira Ribeiro, Manuel Augusto Rodrigues, Nuno Vieira Malheiro, Ricardo Manuel Machado	fcp	23.07.05	Coimbra
08:11.38	Miguel Ângelo Alves, Rafael Lourenço Gil, Rafael Filipe Nunes, João Carlos Santos	scb	18.07.09	Faro
08:07.15	Miguel Ângelo Alves, Rafael Lourenço Gil, Rafael Filipe Nunes, João Carlos Santos	anam	23.03.12	Póvoa de Varzim
07:58.57	Miguel Ângelo Alves, Rafael Lourenço Gil, Rafael Filipe Nunes, João Carlos Santos	anam	26.07.12	Jamor
Grupo 1 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
08:22.11	tempo limite			
08:05.26	Duarte João Dantas, David Miguel Ferro, Henrique Pereira Neiva, Ivo Emanuel Carneiro Diogo Filipe Carvalho, Nelson Guerreiro Langa, Carlos Esteves Almeida, Diogo Filipe Carneiro	fpn	15.04.00	Atenas
08:02.30	Duarte João Dantas, David Miguel Ferro, Henrique Pereira Neiva, Ivo Emanuel Carneiro Diogo Filipe Carvalho, Nelson Guerreiro Langa, Carlos Esteves Almeida, Diogo Filipe Carneiro	fpn	03.04.04	Limassol
Juvenil A - seleções - § (01.10.04)				
07:55.30	Gustavo Manuel Santa, Ricardo Manuel Machado, Miguel Monteiro Diogo, Miguel Cordeiro Saraiva Rafael Lourenço Gil, André Filipe Farinha, Tiago Manuel Teixeira, João Carlos Santos	fpn	04.04.09	Limassol
07:55.10	Gustavo Manuel Santa, Ricardo Manuel Machado, Miguel Monteiro Diogo, Miguel Cordeiro Saraiva Rafael Lourenço Gil, André Filipe Farinha, Tiago Manuel Teixeira, João Carlos Santos	fpn	31.03.12	Corfu

Juvenil - clubes - § (01.10.13)

07:58.57 tempo limite

Juvenil - seleções - § (01.10.13)
sem tempo limite**Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)****Júnior - § (01.01.62) # 31.05.98**

10:07.8	João Repas Gonçalves, Fernando José Gonçalves, João Carlos Stocker, Carlos Monteiro da Silva António Neiva Maciel, Carlos Monteiro da Silva, Fernando Rosa Jorge, João Carlos Stocker	sad	02.09.67	Beja
10:04.0	Luís Bleck Silva, António Coelho Neves, José Santos Silva, Carlos Porto Ambrósio	sad	24.08.68	Beja
09:43.1	Horácio Correia Oliveira, João Pinto Angelo, Joaquim Jesus Carvalho, João Filipe Queiró	sad	12.08.72	Coimbra
09:41.2	Henrique Carvalho Vicêncio, José Carlos Simões, Luís Cavaleiro Madeira, Carlos José Cruchinho	aac	16.08.73	Coimbra
09:34.8	Eduardo Torres Pinto Pedro Ferreira da Silva António Martins Figueiro, Rolando Manuel Freitas	slb	29.06.74	Tróia
09:28.5	Orlando Almeida Dias, Henrique Carvalho Vicêncio, José Luís Antunes, Jaime Sarabando Fidalgo	fcp	08.08.74	Lisboa – Olivais
09:21.4	Orlando Almeida Dias, Henrique Carvalho Vicêncio, Jaime Sarabando Fidalgo, José Luís Antunes	sad	02.08.75	Lisboa – Olivais
09:18.5	Orlando Almeida Dias, Jaime Carlos Bento, João Manuel Rodrigues, José Luís Antunes	sad	23.08.75	Coimbra
09:02.1	Paulo José Frischknecht, Carlos Alberto Serra, Jaime Carlos Bento, João Manuel Rodrigues	sad	14.08.76	Lisboa – Olivais
08:49.32	Carlos Alberto Serra, Carlos Estevão Modesto, Paulo Gomes Azevedo, José Dias Tomé	sad	08.08.77	Coimbra
08:37.47	João Pires da Silva, José Dias Tomé, Fernando Neves Teixeira, Paulo Gomes Azevedo	sad	07.08.78	Lisboa – Olivais
08:36.75	João Pires da Silva, José Dias Tomé, Fernando Neves Teixeira, Paulo Gomes Azevedo	sad	06.08.79	Lisboa – Olivais
08:28.69	José Pedro Viana, Mabilio António Albuquerque, Celso Oliveira Ribeiro, Sérgio Alexandre Esteves	sad	02.08.80	Lisboa – Olivais
08:27.46	Carlos Gama Alegria, José Alexandre Guerra, José Silva Miranda, Nuno Miguel Castro	fcp	10.08.85	Porto – Campanhã
08:21.57	Tiago Silva Pestana, João Pedro Coias, Ricardo Nuno Abrantes, Nuno Miguel Dias	fpn	02.04.89	Espoo
08:08.88	Miguel Soares Carvalho, Filipe Freire Custódio, José Frederico Cavalheiro, Filipe Miguel Rosa	fpn	05.08.94	Pardubice
08:03.78	Miguel Soares Carvalho, Filipe Freire Custódio, José Frederico Cavalheiro, Filipe Miguel Rosa	fpn	05.04.98	Copenhaga

Júnior - clubes - § (01.06.98)

08:27.46 tempo limite

08:09.73	Hélder Valentim Pais, Eduardo Barata Correia, Bruno Gama Freitas, Ricardo Jorge Coxo Pedro Mesquita Morais, André Silva Bastos, Tiago Alexandre Fougo, Luís Miguel Monteiro	sfuap	15.07.00	Jamor
08:03.97	Ivo Emanuel Carneiro, João Nuno Sousa, José Eduardo Cardoso, João Carlos Ferreira	fcp	25.03.01	Jamor
08:00.51	Fábio Manuel Pereira, João Amaral Pereira, Nuno Alberto Pereira, Adriano Miguel Niz	scb	16.03.02	Póvoa de Varzim
07:59.02	João Amaral Pereira, Fábio Manuel Pereira, João Carlos Santos, Fábio Alcântara Aires, Rafael Lourenço Gil, João Pedro Gil	cfv	07.03.04	Póvoa de Varzim
07:49.68	João Carlos Santos, Fábio Alcântara Aires, Rafael Lourenço Gil, João Pedro Gil	cfv	28.03.04	Jamor
07:44.42	João Carlos Santos, Fábio Alcântara Aires, Rafael Lourenço Gil, João Pedro Gil	anam	05.04.14	Coimbra

Júnior - seleções - § (01.06.98)

08:00.41	Ricardo Jorge Coxo, Filipe Freire Custódio, João Antunes Coelho, Paulo Fragueiro Franco	fpn	15.07.99	Moscovo
07:54.71	Ricardo Jorge Coxo, Paulo Fragueiro Franco, João Antunes Coelho, Luís Miguel Monteiro	fpn	15.04.00	Larnaca
07:46.46	Ivo Emanuel Carneiro, Duarte João Dantas, Egas Sousa Bastos, Luís Miguel Monteiro	fpn	07.04.01	Jamor
07:46.13	Luis Miguel Monteiro, Ivo Emanuel Carneiro, Egas Sousa Bastos, Duarte João Dantas	fpn	06.07.01	La Valetta
07:42.39	Ivo Emanuel Carneiro, Luís Duarte Silva, David Miguel Ferro, Miguel Martins Pires	fpn	12.07.02	Linz
07:39.23	Miguel Martins Pires, David Miguel Ferro,			

07:37.88	Luís Duarte Silva, Ivo Emanuel Carneiro	fpn	12.07.02	Linz
07:32.26	Adriano Miguel Niz, Fábio Manuel Pereira, Fábio Parrilha da Silva, Tiago André Venâncio	fpn	16.07.04	Jamor
07:32.26	Fábio Manuel Pereira, Adriano Miguel Niz, Edgar Pereira Silva, Tiago André Venâncio	fpn	16.07.04	Jamor
Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)				
11:21.0	Carlos Filipe Fonseca, António Miranda Rodrigues, José Manuel Fonseca, Avelino Santos Pereira	sad	31.08.58	Praia das Maças
Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.05.98)				
10:13.5	Fernando Esteves Madeira, Eurico Mendonça Perdigão, Guilherme José Patrone, Eduardo Murta Barbeiro	sad	26.08.61	Espinho
09:08.5	António Bessone Basto, Luís Vaz Jorge, Eduardo José de Sousa, Herlander Felga Ribeiro	fpn	08.08.63	Rio de Janeiro
09:01.8	José Gomes Pereira, José Santos Silva, Paulo Almeida Sande, Henrique Carvalho Vicêncio	sad	14.08.76	Lisboa – Olivais
08:36.69	José Gomes Pereira, Orlando Almeida Dias, José Santos Silva, José Luís Antunes	sad	08.08.77	Coimbra
08:29.00	Orlando Almeida Dias, Jaime Carlos Bento, José Gomes Pereira, Paulo José Frischknecht	sad	07.08.78	Lisboa – Olivais
07:52.98	Rui Pinto Abreu, Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira, José Baltar Leite	fpn	24.08.78	Berlim Ocidental
07:50.06	Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Miguel Dias, Duarte Bruno Mendonça, Nuno Filipe Laurentino	sad	05.08.95	Coimbra
07:49.30	Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Miguel Dias, Duarte Bruno Mendonça, Nuno Filipe Laurentino	sad	23.12.95	Lisboa – Restelo
07:46.95	Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Filipe Laurentino, Miguel Mendonça Cabrita, Diogo Castro Madeira	fpn	23.05.96	Fort Lauderdale
07:44.93	Nuno Miguel Dias, Duarte Bruno Mendonça, Ricardo Conceição Pedroso, Miguel Mendonça Cabrita	sad	03.08.96	Famalicão
Sénior - clubes - § (01.06.98)				
07:40.81	Nuno Miguel Dias, Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Filipe Laurentino, Miguel Mendonça Cabrita	sad	25.01.98	Lisboa – E. Universitário
07:35.82	Miguel Martins Pires, Duarte Rafael Mourão, Nuno Filipe Laurentino, Diogo Banza Pinto	sad	26.07.07	Aveiro
07:33.17	Gustavo Manuel Santa, Ricardo Ferreira Cotovio, Pedro Miguel Pinotes, Alexis Manaças Santos	scp	06.04.12	Coimbra
07:31.41	Guilherme Pereira Dias, Mário André Bonança, Pedro Miguel Pinotes, Alexis Manaças Santos	scp	12.04.15	Jamor
07:27.46	Alexis Manaças Santos, Igor Araújo Mogne, Guilherme Pereira Dias, Pedro Miguel Pinotes	scp	31.03.17	Coimbra
Sénior - seleções - § (01.06.98)				
07:46.95	tempo limite			
07:35.80	Ricardo Conceição Pedroso, Tiago Azevedo Lousada, André Marques Dias, Nuno Filipe Laurentino	fpn	09.04.99	Guadalupe
07:33.54	Adriano Miguel Niz, João Pedro Araújo, Duarte Rafael Mourão, Ivo Emanuel Carneiro	fpn	15.08.05	Izmir
07:25.73	Tiago André Venâncio, Adriano Miguel Niz, Fábio Manuel Pereira, Miguel Martins Pires	fpn	05.08.06	Budapeste
07:20.46	Tiago André Venâncio, Fábio Manuel Pereira, Diogo Filipe Carvalho, Adriano Miguel Niz	fpn	30.03.07	Melbourne
07:16.48	César Fernando Faria, Jorge Manuel Maia, Diogo Filipe Carvalho, Fábio Manuel Pereira	fpn	31.07.09	Roma
Absoluto - § (melhor tempo até 31.12.60) # (31.05.98)				
10:13.5	Fernando Esteves Madeira, Eurico Mendonça Perdigão, Guilherme José Patrone, Eduardo Murta Barbeiro	sad	26.08.61	Espinho
09:08.5	António Bessone Basto, Luís Vaz Jorge, Eduardo José de Sousa, Herlander Felga Ribeiro	fpn	08.08.63	Rio de Janeiro
08:55.2	Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira, Orlando Almeida Dias, António José Alegria	sad	09.08.74	Lisboa – Olivais
08:53.4	Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira, Henrique Carvalho Vicêncio, Orlando Almeida Dias	sad	23.08.75	Coimbra
08:26.68	José Gomes Pereira, António Botelho de Melo, Rui Pinto Abreu, Paulo José Frischknecht	fpn	21.07.76	Montréal
08:06.72	José Gomes Pereira, Paulo José Frischknecht, Rui Pinto Abreu, António Botelho de Melo	fpn	21.08.77	Jönköping
07:52.98	Rui Pinto Abreu, Paulo José Frischknecht,			

07:50.06	José Gomes Pereira, José Baltar Leite	fpn	24.08.78	Berlim Ocidental
07:49.30	Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Miguel Dias, Duarte Bruno Mendonça, Nuno Filipe Laurentino	sad	05.08.95	Coimbra
07:46.95	Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Miguel Dias, Duarte Bruno Mendonça, Nuno Filipe Laurentino	sad	23.12.95	Lisboa – Restelo
07:44.93	Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Filipe Laurentino, Miguel Mendonça Cabrita, Diogo Castro Madeira	fpn	23.05.96	Fort Lauderdale
07:40.81	Nuno Miguel Dias, Duarte Bruno Mendonça, Ricardo Conceição Pedroso, Miguel Mendonça Cabrita	sad	03.08.96	Famalicão
07:40.81	Nuno Miguel Dias, Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Filipe Laurentino, Miguel Mendonça Cabrita	sad	25.01.98	Lisboa – E. Universitário
Absoluto - clubes - § (01.10.79)				
08:16.0	tempo limite			
08:07.44	José Carlos Meinedo, Rui Paulo Borges, Sérgio Alexandre Esteves, Mabilio António Albuquerque	fcp	01.08.87	Porto – Campanhã
07:58.23	Mabilio António Albuquerque, António Adérito Chaves, Sérgio Alexandre Esteves, Rui Paulo Borges	fcp	06.08.88	Lisboa – Olivais
07:56.85	Rui Paulo Borges, Carlos Martins de Oliveira, António Luís Portela, Miguel Cabral Machado	fcp	24.07.93	Lisboa – Restelo
07:49.00	Nuno Miguel Dias, Duarte Bruno Mendonça, Emilio Nuno Frischknecht, Miguel Mendonça Cabrita	sad	30.07.94	Lisboa – Restelo
07:44.93	Nuno Miguel Dias, Duarte Bruno Mendonça, Ricardo Conceição Pedroso, Miguel Mendonça Cabrita	sad	03.08.96	Famalicão
07:40.81	Nuno Miguel Dias, Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Filipe Laurentino, Miguel Mendonça Cabrita	sad	25.01.98	Lisboa – E. Universitário
07:35.82	Miguel Martins Pires, Duarte Rafael Mourão, Nuno Filipe Laurentino, Diogo Banza Pinto	sad	26.07.07	Aveiro
07:33.17	Gustavo Manuel Santa, Ricardo Ferreira Cotovio, Pedro Miguel Pinotes, Alexis Manaças Santos	scp	06.04.12	Coimbra
07:31.41	Guilherme Pereira Dias, Mário André Bonança, Pedro Miguel Pinotes, Alexis Manaças Santos	scp	12.04.15	Jamor
07:27.46	Alexis Manaças Santos, Igor Araújo Mogne, Guilherme Pereira Dias, Pedro Miguel Pinotes	scp	31.03.17	Coimbra
Absoluto - seleções - § (01.06.98)				
07:46.95	tempo limite			
07:41.48	Tiago Azevedo Lousada, Ricardo Conceição Pedroso, Nuno Miguel Dias, André Marques Dias	fpn	05.06.98	Lisboa – E. Universitário
07:35.80	Ricardo Conceição Pedroso, Tiago Azevedo Lousada, André Marques Dias, Nuno Filipe Laurentino	fpn	09.04.99	Guadalupe
07:27.68	Luís Miguel Monteiro, Nuno Filipe Laurentino, Ricardo Jorge Coxo, Ivo Emanuel Carneiro	fpn	03.08.02	Berlim
07:25.73	Tiago André Venâncio, Adriano Miguel Niz, Fábio Manuel Pereira, Miguel Martins Pires	fpn	05.08.06	Budapeste
07:20.46	Tiago André Venâncio, Fábio Manuel Pereira, Diogo Filipe Carvalho, Adriano Miguel Niz	fpn	30.03.07	Melbourne
07:16.48	César Fernando Faria, Jorge Manuel Maia, Diogo Filipe Carvalho, Fábio Manuel Pereira	fpn	31.07.09	Roma

#10x100 LIVRES

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

10:17.0 tempo limite

50 BRUÇOS

Júnior B - § (01.10.13)

0:29.10 Pedro Miguel Agostinho fpn 10.07.09 Praga

Júnior - § (01.10.04)

Júnior A - § (01.10.13)

0:29.07 tempo limite

Sénior - § (01.10.04)

0:28.51 tempo limite
 0:28.43 Carlos Esteves Almeida fpn 25.05.12 Debrecen
 0:28.16 Carlos Esteves Almeida fpn 30.07.13 Barcelona

Absoluto - § (01.06.98)

0:29.53	tempo limite			
0:29.47	Bruno Miguel Gaspar	fcp	22.05.99	Lisboa – E. Universitário
0:29.38	José Guilherme Couto	fjn	29.07.99	Istambul
0:28.91	José Guilherme Couto	fjn	06.04.00	Luxemburgo
0:28.51	José Guilherme Couto	fjn	28.07.01	Fukuoka
0:28.43	Carlos Esteves Almeida	fjn	25.05.12	Debrecen
0:28.16	Carlos Esteves Almeida	fjn	30.07.13	Barcelona

100 BRUÇOS**Infantil - § (28.05.73)**

1:37.7	Paulo Heitor e Silva	slb	29.06.73	Lisboa – Olivais
1:37.5	Fernando Gaio da Silva	slb	05.07.73	Lisboa – Olivais
1:35.4	Paulo Heitor e Silva	slb	11.07.73	Lisboa – Olivais
1:31.8	Carlos Estêvão Modesto	sad	01.07.74	Lisboa – Olivais
1:31.1	Carlos Alberto Serra	fjn	27.07.74	Génova
1:28.5	José Manuel Borges	fcp	09.08.74	Lisboa – Olivais
1:25.24	Vasco Castro Sousa	fjn	31.07.76	Génova
1:24.2	Nuno António Lobo	fcp	14.08.76	Lisboa – Olivais
1:22.8	Alexandre Luz Pinto	slb	08.07.78	Lisboa – Olivais
1:21.84	Alexandre Luz Pinto	slb	07.08.78	Lisboa – Olivais
1:21.10	Rui Paulo Borges	fcp	03.05.80	Mulhouse
1:20.9	Rui Paulo Borges	fcp	02.08.80	Lisboa – Olivais
1:20.2	Tiago Amaro Tracana	scf	07.07.82	Lisboa – Olivais
1:19.3	João Paulo Claro	sfuap	16.07.83	Lisboa – Olivais
1:18.48	João Paulo Claro	sfuap	24.06.84	Porto – Campanhã
1:17.55	Pedro Alexandre Coutinho	scf	09.02.85	Lisboa – Olivais
1:15.57	Pedro Alexandre Coutinho	fjn	06.04.85	Lisboa – Olivais
1:15.25	Pedro Alexandre Coutinho	fjn	14.07.85	Rapallo

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:14.12	Ricardo José Varela	cns	08.06.02	Mérida
1:13.82	Ricardo José Varela	cns	20.07.02	Lisboa – Restelo

Infantil B - § (01.10.04)

1:11.95	André Gonçalo Santos	lsc	24.07.10	Porto – Campanhã
---------	----------------------	-----	----------	------------------

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:12.47	tempo limite			
1:11.68	António Sérgio Pereira	cnac	20.05.01	Lisboa – E. Universitário
1:10.43	António Sérgio Pereira	cnac	28.07.01	Porto – Campanhã

Infantil A - § (01.10.04)

1:10.35	Luís Manuel Fernandes	gdnfama	25.07.09	S. João da Madeira
1:09.91	André Gonçalo Santos	lsc	23.07.11	Lisboa – E. Universitário
1:09.82	Ricardo Samuel Pereira	ccds	20.05.17	Vila Franca de Xira

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

1:27.3	José António Bacelar	sclm	30.08.58	Praia das Maças
--------	----------------------	------	----------	-----------------

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)**Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)**

1:21.8	João Carvalho Rocha	fjn	15.08.69	Viena
1:20.4	Henrique Carvalho Vicêncio	ind	22.06.72	Lisboa – Olivais
1:19.8	Henrique Carvalho Vicêncio	ind	13.08.72	Coimbra
1:18.6	Henrique Carvalho Vicêncio	fjn	21.01.73	Genebra
1:18.4	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	19.06.73	Lisboa – Olivais
1:16.5	Henrique Carvalho Vicêncio	fjn	11.08.73	Leeds
1:16.5*	António Pedro Mourão	fjn	10.08.75	Genebra

1:15.90	Alexandre Felske Yokochi	fjn	22.07.79	Génova
1:14.40	Alexandre Felske Yokochi	fjn	22.07.79	Génova
1:13.47	Alexandre Felske Yokochi	fjn	26.01.80	Genebra
1:12.54	Alexandre Felske Yokochi	fjn	27.01.80	Genebra
1:11.77	Alexandre Felske Yokochi	fjn	19.04.80	Madrid
1:11.55	Alexandre Felske Yokochi	fjn	05.07.80	Darmstadt
1:10.33	Alexandre Felske Yokochi	fjn	05.07.80	Darmstadt
1:09.46	Pedro Alexandre Coutinho	fjn	23.07.87	Roma
1:09.31	Pedro Alexandre Coutinho	scf	31.07.87	Porto – Campanhã

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:09.30	Carlos Esteves Almeida	cna	18.05.03	Lisboa – E. Universitário
---------	------------------------	-----	----------	---------------------------

Juvenil B - § (01.10.04)

1:08.43	Miguel Aragão Santos	cfv	28.05.06	Lisboa – E. Universitário
1:08.13	André Miguel Silva	pdem	11.06.06	Loulé
1:07.83	André Miguel Silva	pdem	11.06.06	Loulé
1:07.32	André Miguel Silva	fjn	30.06.06	Rio Maior
1:06.98	André Miguel Silva	fjn	30.06.06	Rio Maior
1:06.85	André Gonçalo Santos	lsc	24.03.12	Póvoa de Varzim
1:06.44	André Gonçalo Santos	fjn	31.03.12	Corfu

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)**Juvenil A - § (01.10.04)**

1:06.35	tempo limite			
1:06.28	André Miguel Silva	pdem	09.06.07	Loulé
1:05.99	André Gonçalo Santos	fjn	06.04.13	Poznan
1:05.74	André Gonçalo Santos	fjn	16.07.13	Utrecht
1:05.43	André Gonçalo Santos	fjn	16.07.13	Utrecht

Júnior B - § (01.10.13)

1:04.54	André Miguel Silva	fjn	02.08.08	Belgrado
---------	--------------------	-----	----------	----------

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

1:33.4	António José Ferreira	aac	31.08.57	Luso
--------	-----------------------	-----	----------	------

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

1:25.5	Carlos Monteiro da Silva	sad	03.09.67	Beja
1:21.7	Vitor Gama Cerqueira	gdlim	03.09.67	Beja
1:20.9	Vitor Gama Cerqueira	gdlim	18.08.68	Vila Franca de Xira
1:19.6	José Luís Nunes	cfp	25.08.68	Beja
1:18.5	João Carvalho Rocha	avcm	30.08.70	Beja
1:18.2	Carlos José Cruchinho	slb	17.08.73	Coimbra
1:17.1	Henrique Carvalho Vicêncio	fjn	19.01.74	Genebra
1:16.0	Carlos José Cruchinho	slb	09.08.74	Lisboa – Olivais
1:16.0	Henrique Carvalho Vicêncio	anl	16.08.74	Lisboa – Olivais
1:13.8	Henrique Carvalho Vicêncio	fjn	18.01.75	Genebra
1:12.86	Vasco Castro Sousa	fcp	03.05.80	Mulhouse
1:11.31	Vasco Castro Sousa	fcp	03.05.80	Mulhouse
1:10.94	Vasco Castro Sousa	fcp	02.08.80	Lisboa – Olivais
1:10.03	Alexandre Felske Yokochi	fjn	14.02.81	Barcelona
1:08.95	Alexandre Felske Yokochi	fjn	23.04.81	Guadalupe
1:08.3	Alexandre Felske Yokochi	slb	08.08.81	Coimbra
1:07.44	Alexandre Felske Yokochi	fjn	15.04.82	Buenos Aires
1:06.91	José Guilherme Couto	fjn	04.08.94	Pardubice
1:06.35	José Guilherme Couto	fjn	04.08.94	Pardubice
1:05.37	José Guilherme Couto	fjn	19.07.95	Genebra
1:05.08	Helder José Lopes	fjn	30.01.00	Luxemburgo
1:04.80	Helder José Lopes	fjn	16.04.00	Larnaca
1:04.30	Helder José Lopes	fjn	27.07.00	Dunquerque
1:03.70	Carlos Esteves Almeida	cna	23.03.06	Lisboa – E. Universitário
1:02.87	André Miguel Silva	pdem	18.07.09	Faro

Júnior A - § (01.10.13)

1:02.87	André Miguel Silva	pdem	18.07.09	Faro
---------	--------------------	------	----------	------

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

1:39.8	Fernando Rodrigues Paiva	aac	06.09.58	Luso
--------	--------------------------	-----	----------	------

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

1:27.5	Lindberg Conceição Nunes	fjn	26.08.57	Cádiz
1:25.1	Vasco Ramos Cruz	sad	03.09.67	Beja
1:24.1	José Manuel Conceição	sad	03.09.67	Beja
1:22.1	Vitor Gama Cerqueira	gdlim	05.01.69	Luanda
1:19.1	Vitor Gama Cerqueira	fjn	20.07.69	Belém
1:18.1	José Luís Nunes	cdna	15.03.70	Luanda
1:17.8	José Luís Nunes	apda	29.03.70	Beira
1:16.3	José Luís Nunes	cdna	07.01.71	Luanda
1:15.5	Carlos Alberto Oliveira	fjn	27.07.72	Coimbra
1:15.1	Carlos Alberto Oliveira	gdlim	20.08.72	Évora
1:14.6	Carlos Alberto Oliveira	apdm	15.04.73	Luanda
1:14.0	Carlos Alberto Oliveira	gdlim	26.08.73	Lisboa – Olivais
1:13.55	Henrique Carvalho Vicêncio	fjn	19.07.76	Montréal
1:11.53	Jaime Sarabando Fidalgo	fjn	06.04.79	Rio de Janeiro
1:11.00	Jaime Sarabando Fidalgo	sad	06.08.79	Lisboa – Olivais
1:10.92	Jaime Sarabando Fidalgo	fjn	18.04.80	Madrid

1:10.49	Alexandre Felske Yokochi	fpn	29.01.83	Amersfoort
1:09.88	Alexandre Felske Yokochi	fpn	29.01.83	Amersfoort
1:08.1	Alexandre Felske Yokochi	fpn	30.01.83	Amersfoort
1:07.93	Alexandre Felske Yokochi	fpn	30.01.83	Amersfoort
1:07.14	Alexandre Felske Yokochi	fpn	15.04.83	Lisboa – Olivais
1:06.15	Alexandre Felske Yokochi	fpn	06.08.85	Sofia
1:05.66	Alexandre Felske Yokochi	fpn	18.09.88	Seul
1:05.59	Alexandre Felske Yokochi	fpn	15.08.89	Bona
1:05.58	José Guilherme Couto	scp	22.12.95	Lisboa – Restelo
1:03.95	José Guilherme Couto	fpn	19.08.97	Sevilha
1:02.78	José Guilherme Couto	fpn	19.08.97	Sevilha
1:02.73	José Guilherme Couto	fpn	19.08.97	Sevilha
1:02.50	José Guilherme Couto	fpn	03.07.00	Helsínquia
1:02.50	José Guilherme Couto	fpn	23.07.01	Fukuoka
1:02.17	José Guilherme Couto	fpn	23.07.01	Fukuoka
1:02.13	Carlos Esteves Almeida	fpn	24.07.11	Xangai
1:01.68	Carlos Esteves Almeida	cna	02.12.11	Atlanta
1:01.44	Carlos Esteves Almeida	cna	02.12.11	Atlanta
1:01.19	Carlos Esteves Almeida	fpn	21.05.12	Debrecen
1:01.01	Carlos Esteves Almeida	fpn	28.07.13	Barcelona

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

1:27.3	José António Bacelar	sclm	30.08.58	Praia das Maças
1:25.1	Vasco Ramos Cruz	sad	03.09.67	Beja
1:24.1	José Manuel Conceição	sad	03.09.67	Beja
1:21.7	Vítor Gama Cerqueira	gdml	03.09.67	Beja
1:20.9	Vítor Gama Cerqueira	gdml	18.08.68	Vila Franca de Xira
1:19.6	José Luís Nunes	cfp	25.08.68	Beja
1:19.1	Vítor Gama Cerqueira	fpn	20.07.69	Belém
1:18.1	José Luís Nunes	cdna	15.03.70	Luanda
1:17.8	José Luís Nunes	apda	29.03.70	Beira
1:16.3	José Luís Nunes	cdna	07.01.71	Luanda
1:15.5	Carlos Alberto Oliveira	fpn	27.07.72	Coimbra
1:15.1	Carlos Alberto Oliveira	gdml	20.08.72	Évora
1:14.6	Carlos Alberto Oliveira	apdm	15.04.73	Luanda
1:14.0	Carlos Alberto Oliveira	gdml	26.08.73	Lisboa – Olivais
1:13.8	Henrique Carvalho Vicêncio	fpn	18.01.75	Genebra
1:13.55	Henrique Carvalho Vicêncio	fpn	19.07.76	Montréal
1:11.53	Jaime Sarabando Fidalgo	fpn	06.04.79	Rio de Janeiro
1:11.00	Jaime Sarabando Fidalgo	sad	06.08.79	Lisboa – Olivais
1:10.92	Jaime Sarabando Fidalgo	fpn	18.04.80	Madrid
1:10.33	Alexandre Felske Yokochi	fpn	05.07.80	Darmstadt
1:10.03	Alexandre Felske Yokochi	fpn	14.02.81	Barcelona
1:08.95	Alexandre Felske Yokochi	fpn	23.04.81	Guadalupe
1:08.3	Alexandre Felske Yokochi	slb	08.08.81	Coimbra
1:07.44	Alexandre Felske Yokochi	fpn	15.04.82	Buenos Aires
1:07.14	Alexandre Felske Yokochi	fpn	15.04.83	Lisboa – Olivais
1:06.15	Alexandre Felske Yokochi	fpn	06.08.85	Sofia
1:05.66	Alexandre Felske Yokochi	fpn	18.09.88	Seul
1:05.59	Alexandre Felske Yokochi	fpn	15.08.89	Bona
1:05.37	José Guilherme Couto	fpn	19.07.95	Genebra
1:03.95	José Guilherme Couto	fpn	19.08.97	Sevilha
1:02.78	José Guilherme Couto	fpn	19.08.97	Sevilha
1:02.73	José Guilherme Couto	fpn	19.08.97	Sevilha
1:02.50	José Guilherme Couto	fpn	03.07.00	Helsínquia
1:02.50	José Guilherme Couto	fpn	23.07.01	Fukuoka
1:02.17	José Guilherme Couto	fpn	23.07.01	Fukuoka
1:02.13	Carlos Esteves Almeida	fpn	24.07.11	Xangai
1:01.68	Carlos Esteves Almeida	cna	02.12.11	Atlanta
1:01.44	Carlos Esteves Almeida	cna	02.12.11	Atlanta
1:01.19	Carlos Esteves Almeida	fpn	21.05.12	Debrecen
1:01.01	Carlos Esteves Almeida	fpn	28.07.13	Barcelona

200 BRUÇOS

Infantil - § (28.05.73)

3:14.5	Carlos Estevão Modesto	sad	29.06.74	Tróia
3:07.1	Carlos Alberto Serra	cfmo	08.08.74	Lisboa – Olivais
3:07.1	Carlos Estevão Modesto	sad	08.08.74	Lisboa – Olivais
2:57.0	Vasco Castro Sousa	fcf	15.08.76	Lisboa – Olivais

2:51.47	Alexandre Luz Pinto	slb	08.08.78	Lisboa – Olivais
2:49.97	Rui Paulo Borges	fcf	03.08.80	Lisboa – Olivais
2:49.93	Pedro Alexandre Coutinho	fpn	07.04.85	Lisboa – Olivais
2:45.6	Gustavo André Reis	scp	03.07.90	Lisboa – Olivais

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:45.41	Bruno Daniel Monteiro	lsc	08.07.01	Porto – Campanhã
2:41.52	Tomás Miguel Freitas	cdn	27.07.03	Lisboa – Restelo

Infantil B - § (01.10.04)

2:39.83	Luís Manuel Fernandes	gdnfama	20.07.08	Famalicao
2:39.45	Miguel Angelo Santos	gdnfama	14.07.13	S. João da Madeira
2:38.14	Duarte Anastácio Sousa	caqc	19.07.15	Oeiras-Jamor

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Infantil A - § (01.10.04)

2:32.84	tempo limite			
2:32.07	João Soares Carneiro	slb	15.07.17	Loulé

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

3:18.7	Adriano José Barreira	fpn	21.08.65	Barcelona
3:18.6	Luís Brito Rosa	sad	25.07.67	Lisboa – Olivais
3:13.8	Luís Brito Rosa	sad	05.10.67	Vila Franca de Xira
3:13.8	Rogério Gonçalves Figueiredo	sad	04.08.68	Vila Franca de Xira
3:11.2	Rogério Gonçalves Figueiredo	sad	17.08.68	Vila Franca de Xira
3:09.6	João Carvalho Rocha	fpn	16.08.69	Viena
3:05.5	João Carvalho Rocha	avcm	23.08.69	Évora
3:03.2	João Carvalho Rocha	avcm	27.08.69	Lisboa – Olivais
3:03.2	João Carvalho Rocha	avcm	30.08.69	Lisboa – Olivais
3:02.8	António Paulo Vasconcelos	cnlu	21.08.71	Lisboa – Olivais
3:01.1	António Paulo Vasconcelos	cnlu	28.08.71	Coimbra
2:56.1	Henrique Carvalho Vicêncio	fpn	20.05.72	Neheim Hüsten
2:53.9	Henrique Carvalho Vicêncio	ind	20.07.72	Lisboa – Olivais
2:51.9	Henrique Carvalho Vicêncio	fpn	28.07.72	Coimbra
2:44.8	Henrique Carvalho Vicêncio	fpn	09.08.73	Leeds
2:40.6	Alexandre Felske Yokochi	slb	30.06.79	Lisboa – Olivais
2:36.4	Alexandre Felske Yokochi	slb	28.07.79	Matur
2:32.45	Alexandre Felske Yokochi	fpn	14.03.80	Barcelona
2:30.00	Alexandre Felske Yokochi	fpn	19.04.80	Madrid
2:29.28	Alexandre Felske Yokochi	fpn	06.07.80	Darmstadt
2:28.28	Alexandre Felske Yokochi	fpn	10.08.80	Skövde

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Juvenil B - § (01.10.04)

2:25.39	André Miguel Silva	pdem	10.06.06	Loulé
2:24.15	André Miguel Silva	pdem	10.06.06	Loulé

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:25.06	tempo limite			
2:25.02	Carlos Esteves Almeida	cna	29.05.04	Lisboa – E. Universitário
2:24.49	Carlos Esteves Almeida	cna	29.05.04	Lisboa – E. Universitário

Juvenil A - § (01.10.04)

2:23.94	André Miguel Silva	pdem	25.03.07	Coimbra
2:22.25	Jorge Jesus Silva	scb	23.07.16	Jamor

Júnior B - § (01.10.13)

2:19.18	André Gonçalo Santos	lsc	31.05.14	Coimbra
2:19.00	André Gonçalo Santos	lsc	26.07.14	Jamor

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

3:41.7	Vítor Soares Silva	jsc	22.07.67	Évora
3:00.5	Vítor Gama Cerqueira	gdml	25.07.67	Lisboa – Olivais
2:59.7	Vítor Gama Cerqueira	gdml	02.09.67	Beja
2:55.1	Vítor Gama Cerqueira	fpn	28.07.68	Madrid
2:53.5	Rui Manuel Ribeiro	losc	29.08.70	Beja
2:52.8	Rui Manuel Ribeiro	losc	21.08.71	Lisboa – Olivais
2:48.7	António Paulo Vasconcelos	cnlu	16.07.73	Coimbra
2:48.5	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	29.06.74	Tróia
2:44.9	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	08.08.74	Lisboa – Olivais
2:42.4	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	03.08.75	Lisboa – Olivais

2:40.20	Carlos Estevão Modesto	sad	08.08.78	Lisboa – Olivais
2:39.7	Vasco Castro Sousa	anp	28.06.80	Lisboa – Olivais
2:35.89	Vasco Castro Sousa	fcp	17.08.80	Coimbra
2:30.0	Alexandre Felske Yokochi	fjn	15.02.81	Barcelona
2:25.69	Alexandre Felske Yokochi	fjn	24.04.81	Guadalupe
2:25.06	Alexandre Felske Yokochi	fjn	07.09.81	Split
2:22.19	Alexandre Felske Yokochi	fjn	16.04.82	Buenos Aires
2:21.85	José Guilherme Couto	fjn	22.07.95	Genebra
2:21.48	Helder José Lopes	fjn	29.01.00	Luxemburgo
2:20.85	Helder José Lopes	fjn	30.07.00	Dunquerque
2:18.79	Helder José Lopes	fjn	30.07.00	Dunquerque
2:18.32	Henrique Pereira Neiva	fjn	14.07.02	Linz
2:18.07	Carlos Esteves Almeida	cna	25.03.06	Lisboa – E. Universitário
2:15.99	André Miguel Silva	pdem	20.07.09	Faro

Júnior A - § (01.10.13)

2:15.99	André Miguel Silva	pdem	20.07.09	Faro
---------	--------------------	------	----------	------

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

3:02.4	Vasco Neto da Naia	scbm	31.08.58	Praia das Maças
--------	--------------------	------	----------	-----------------

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

3:02.5	Lindberg Conceição Nunes	fjn	26.08.57	Cádiz
2:54.0	Luís Vaz Jorge	fjn	01.08.63	Belém
2:53.8	Vítor Gama Cerqueira	fjn	24.07.69	Fortaleza
2:53.5	José Luís Nunes	cdna	26.02.70	Luanda
2:51.2	José Luís Nunes	cdna	14.03.70	Luanda
2:49.9	José Luís Nunes	cdna	17.03.70	Luanda
2:49.9	Carlos Alberto Oliveira	gdldm	12.08.72	Coimbra
2:49.3	Carlos Alberto Oliveira	gdldm	19.08.72	Évora
2:47.3	Luís Brito Rosa	anl	13.04.73	Luanda
2:47.1	Carlos Alberto Oliveira	apdm	13.04.73	Luanda
2:44.2	Carlos Alberto Oliveira	indu	21.08.73	Moscovo
2:43.1	Henrique Carvalho Vicêncio	fjn	05.06.76	Neheim Hústen
2:41.97	Henrique Carvalho Vicêncio	fjn	24.07.76	Montréal
2:40.85	Jaime Sarabando Fidalgo	sad	08.08.78	Lisboa – Olivais
2:38.28	Jaime Sarabando Fidalgo	fjn	07.04.79	Rio de Janeiro
2:37.0	Jaime Sarabando Fidalgo	sad	28.07.79	Matur
2:35.80	Jaime Sarabando Fidalgo	sad	07.08.79	Lisboa – Olivais
2:25.00	Alexandre Felske Yokochi	fjn	29.01.83	Amersfoort
2:22.80	Alexandre Felske Yokochi	fjn	29.01.83	Amersfoort
2:19.76	Alexandre Felske Yokochi	fjn	02.08.84	Los Angeles
2:19.63	Alexandre Felske Yokochi	fjn	09.08.85	Sofia
2:18.92	Alexandre Felske Yokochi	fjn	28.08.85	Kobe
2:17.99	Alexandre Felske Yokochi	fjn	21.08.86	Madrid
2:17.91	Alexandre Felske Yokochi	fjn	21.08.87	Estrasburgo
2:17.87	Alexandre Felske Yokochi	fjn	23.09.88	Seul
2:17.28	José Guilherme Couto	fjn	24.07.96	Atlanta
2:16.39	José Guilherme Couto	fjn	22.08.97	Sevilha
2:14.90	José Guilherme Couto	fjn	22.08.97	Sevilha
2:13.34	Carlos Esteves Almeida	fjn	12.08.08	Pequim
2:13.21	Carlos Esteves Almeida	fjn	01.08.13	Barcelona

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

3:02.4	Vasco Neto da Naia	scbm	31.08.58	Praia das Maças
2:54.0	Luís Vaz Jorge	fjn	01.08.63	Belém
2:53.8	Vítor Gama Cerqueira	fjn	24.07.69	Fortaleza
2:53.5	José Luís Nunes	cdna	26.02.70	Luanda
2:51.2	José Luís Nunes	cdna	14.03.70	Luanda
2:49.9	José Luís Nunes	cdna	17.03.70	Luanda
2:49.9	Carlos Alberto Oliveira	gdldm	12.08.72	Coimbra
2:49.3	Carlos Alberto Oliveira	gdldm	19.08.72	Évora
2:47.3	Luís Brito Rosa	anl	13.04.73	Luanda
2:47.1	Carlos Alberto Oliveira	apdm	13.04.73	Luanda
2:44.8	Henrique Carvalho Vicêncio	fjn	09.08.73	Leeds
2:44.2	Carlos Alberto Oliveira	indu	21.08.73	Moscovo
2:42.4	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	03.08.75	Lisboa – Olivais
2:41.97	Henrique Carvalho Vicêncio	fjn	24.07.76	Montréal
2:40.20	Carlos Estevão Modesto	sad	08.08.78	Lisboa – Olivais
2:38.28	Jaime Sarabando Fidalgo	fjn	07.04.79	Rio de Janeiro
2:36.4	Alexandre Felske Yokochi	slb	28.07.79	Matur
2:35.80	Jaime Sarabando Fidalgo	sad	07.08.79	Lisboa – Olivais
2:32.45	Alexandre Felske Yokochi	fjn	14.03.80	Barcelona

2:30.00	Alexandre Felske Yokochi	fjn	19.04.80	Madrid
2:29.28	Alexandre Felske Yokochi	fjn	06.07.80	Darmstadt
2:28.28	Alexandre Felske Yokochi	fjn	10.08.80	Skövde
2:25.69	Alexandre Felske Yokochi	fjn	24.04.81	Guadalupe
2:25.06	Alexandre Felske Yokochi	fjn	07.09.81	Split
2:22.19	Alexandre Felske Yokochi	fjn	16.04.82	Buenos Aires
2:19.76	Alexandre Felske Yokochi	fjn	02.08.84	Los Angeles
2:19.63	Alexandre Felske Yokochi	fjn	09.08.85	Sofia
2:18.92	Alexandre Felske Yokochi	fjn	28.08.85	Kobe
2:17.99	Alexandre Felske Yokochi	fjn	21.08.86	Madrid
2:17.91	Alexandre Felske Yokochi	fjn	21.08.87	Estrasburgo
2:17.87	Alexandre Felske Yokochi	fjn	23.09.88	Seul
2:17.28	José Guilherme Couto	fjn	24.07.96	Atlanta
2:16.39	José Guilherme Couto	fjn	22.08.97	Sevilha
2:14.90	José Guilherme Couto	fjn	22.08.97	Sevilha
2:13.34	Carlos Esteves Almeida	fjn	12.08.08	Pequim
2:13.21	Carlos Esteves Almeida	fjn	01.08.13	Barcelona

#4x100 BRUÇOS

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

5:00.0 tempo limite

#4x200 BRUÇOS

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

10:56.0 tempo limite

50 COSTAS

Júnior B - § (01.10.13)

0:26.91	Alexis Manaças Santos	fjn	11.07.09	Praga
---------	-----------------------	-----	----------	-------

Júnior - § (01.10.04)

0:27.51	tempo limite			
0:27.42	Frederico Subtil Lima	ind	29.07.06	Coimbra
0:27.12	Alexis Manaças Santos	scp	28.03.09	Lisboa – E. Universitário
0:26.99	Carlos Filipe Santos	fcp	30.05.09	Coimbra
0:26.91	Alexis Manaças Santos	fjn	11.07.09	Praga
0:26.77	Alexis Manaças Santos	fjn	28.03.10	Gorzów Wielkopolski
0:26.58	Alexis Manaças Santos	scp	10.04.10	Coimbra
0:26.49	Miguel Duarte Nascimento	fjn	07.04.13	Kiev

Júnior A - § (01.10.13)

0:26.49	Miguel Duarte Nascimento	fjn	07.04.13	Kiev
---------	--------------------------	-----	----------	------

Sénior - § (01.10.04)

0:25.99	tempo limite			
0:25.88	Alexis Manaças Santos	fjn	23.05.12	Debrecen
0:25.78	Alexis Manaças Santos	fjn	03.08.13	Barcelona
0:25.70	Alexis Manaças Santos	fjn	08.08.15	Kazan
0:25.54	Alexis Manaças Santos	scp	20.12.15	Coimbra

Absoluto - § (01.06.98)

0:26.94	tempo limite			
0:26.42	Nuno Filipe Laurentino	fjn	28.07.99	Istambul
0:26.38	Nuno Filipe Laurentino	fjn	28.07.99	Istambul
0:26.24	Nuno Filipe Laurentino	fjn	29.07.99	Istambul
0:26.19	Nuno Filipe Laurentino	fjn	06.04.00	Luxemburgo
0:26.13	Nuno Filipe Laurentino	fjn	06.07.00	Helsínquia
0:26.02	Nuno Filipe Laurentino	fjn	31.07.02	Berlim
0:25.99	Nuno Filipe Laurentino	fjn	31.07.02	Berlim
0:25.88	Alexis Manaças Santos	fjn	23.05.12	Debrecen
0:25.78	Alexis Manaças Santos	fjn	03.08.13	Barcelona
0:25.70	Alexis Manaças Santos	fjn	08.08.15	Kazan
0:25.54	Alexis Manaças Santos	scp	20.12.15	Coimbra

100 COSTAS

Infantil - § (28.05.73)

1:27.7	Carlos Correia da Silva	sfuap	29.06.73	Lisboa – Olivais
1:26.4	Jaime Sequeira Lourenço	sfuap	04.07.73	Lisboa – Olivais
1:18.9	André Filipe Fonseca	fjn	29.07.73	Génova
1:16.55	José Carlos Moreira	fcp	06.08.77	Coimbra
1:15.0	Sérgio Luz Pinto	slb	09.07.78	Lisboa – Olivais
1:13.23	José Carlos Moreira	fjn	23.07.78	Génova
1:10.92	José Carlos Moreira	fjn	23.07.78	Génova
1:10.6	Pedro Luz Pinto	fjn	22.04.84	Zwevegen
1:10.27	Pedro Luz Pinto	scp	23.06.84	Porto – Campanhã
1:09.67	João Pinho Serra	slb	04.08.88	Lisboa – Olivais
1:08.91	João Pinho Serra	fjn	01.04.89	Lisboa – Olivais
1:07.73	João Pinho Serra	slb	30.07.89	Lisboa – Olivais

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:07.7	tempo limite			
1:07.22	Frederico Subtil Lima	abve	27.07.01	Porto – Campanhã
1:07.19	Pedro Foutoura Oliveira	cfb	25.07.03	Lisboa – Restelo

Infantil B - § (01.10.04)

1:07.18	Gonçalo Filipe Gregório	sfuap	21.07.06	S. João da Madeira
1:06.53	Diogo Gomes Sousa	cvg	18.07.08	Famalicao
1:06.49	Sérgio Fernando Silva	anam	24.07.09	S. João da Madeira
1:05.71	Alexandre Lages Ribas	edv	23.07.10	Porto – Campanhã
1:05.69	Diogo Nuno Valente	scp	19.07.15	Oeiras-Jamor
1:05.61	Gonçalo Henriques Vanzeller	cfb	16.07.16	Famalicao

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:03.81	tempo limite			
---------	--------------	--	--	--

Infantil A - § (01.10.04)

1:03.04	João Pedro Neto	cns	24.05.09	Jamor
1:02.84	Sérgio Fernando Silva	anam	23.07.10	Porto – Campanhã
1:01.39	Alexandre Lages Ribas	edv	22.07.11	Lisboa – E. Universitário

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

1:18.7	Carlos Boanova Otão	gdln	30.08.58	Praia das Maças
--------	---------------------	------	----------	-----------------

Aspirante - § (01.01.62)

1:12.9	Carlos Monteiro da Silva	fjn	22.08.65	Barcelona
--------	--------------------------	-----	----------	-----------

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

1:11.9	Luís Bleck Silva	sad	30.08.70	Beja
1:11.5	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	16.08.73	Coimbra
1:10.3	António Botelho de Melo	apdm	16.08.74	Lisboa – Olivais
1:09.6	Paulo José Frischknecht	fjn	18.01.75	Genebra
1:09.54	José Carlos Moreira	fjn	20.01.79	Genebra
1:09.00	José Carlos Moreira	fjn	22.07.79	Génova
1:07.90	José Carlos Moreira	fjn	22.07.79	Génova
1:07.70	José Carlos Moreira	fcp	07.08.79	Lisboa – Olivais
1:06.58	José Carlos Moreira	fjn	25.01.80	Genebra
1:05.67	José Carlos Moreira	fjn	25.01.80	Genebra
1:05.04	José Carlos Moreira	fcp	04.05.80	Mulhouse
1:03.81	José Carlos Moreira	fcp	17.08.80	Coimbra
1:03.76	José Carlos Meinado	fcp	01.03.86	Lisboa – Olivais
1:03.44	José Carlos Meinado	fjn	06.04.86	Lisboa – Olivais

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:02.80	Eugénio Pinho Costa	scb	27.07.97	Famalicao
1:02.60	João Sousa Fernandes	ind	08.06.99	Jamor
1:02.15	João Sousa Fernandes	ind	26.06.99	Porto – Campanhã
1:01.21	João Sousa Fernandes	ind	30.07.99	Lisboa – E. Universitário
1:01.12	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	07.06.03	Loulé
1:01.03	Pedro Diogo Oliveira	fjn	02.08.03	Paris

Juvenil B - § (01.10.04)

1:00.64	Diogo Gomes Sousa	fjn	27.03.10	Coimbra
1:00.20	Diogo Gomes Sousa	fjn	28.03.10	Coimbra
0:59.97	Diogo Gomes Sousa	cvg	31.07.10	Coimbra

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:01.17	tempo limite			
1:01.05	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	02.08.98	Jamor
1:00.73	João Sousa Fernandes	fjn	16.04.00	Atenas
0:59.90	Adriano Miguel Niz	fjn	31.03.02	Charleroi

0:59.75	Adriano Miguel Niz	cfv	11.05.02	Jamor
0:59.65	Adriano Miguel Niz	fjn	21.07.02	Génova
0:59.46	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	01.08.04	Jamor

Juvenil A - § (01.10.04)

0:58.61	Diogo Gomes Sousa	cvg	29.05.11	Coimbra
---------	-------------------	-----	----------	---------

Júnior B - § (01.10.13)

0:57.17	Alexis Manaças Santos	fjn	12.07.09	Praga
---------	-----------------------	-----	----------	-------

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

1:43.2	Uriel Adelino Oliveira	aac	07.09.58	Luso
--------	------------------------	-----	----------	------

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

1:10.6	Carlos Monteiro da Silva	sad	25.07.67	Lisboa – Olivais
1:10.2	Carlos Monteiro da Silva	sad	03.09.67	Beja
1:08.2	Carlos Monteiro da Silva	onmp	07.08.68	Lisboa – Olivais
1:08.1	Carlos Monteiro da Silva	onmp	09.08.68	Lisboa – Olivais
1:07.9	António Botelho de Melo	cac	10.07.75	Coimbra
1:06.0	António Botelho de Melo	fjn	06.06.76	Neheim Hüsten
1:05.76	António Botelho de Melo	fjn	18.07.76	Montréal
1:04.6	Jacob Carlos Frischknecht	sad	27.07.79	Matur
1:04.20	Jacob Carlos Frischknecht	sad	07.08.79	Lisboa – Olivais
1:03.55	Jacob Carlos Frischknecht	fjn	18.04.80	Madrid
1:03.27	Pedro Manuel Lima	scp	02.08.87	Porto – Campanhã
1:02.21	José Carlos Meinado	fjn	09.04.88	Antuérpia
1:01.88	José Carlos Meinado	fjn	10.04.88	Antuérpia
1:01.85	Miguel Arrobas Silva	fjn	07.04.91	Lisboa – Olivais
1:01.48	Miguel Arrobas Silva	fjn	18.07.91	Avila
1:00.73	Miguel Arrobas Silva	fjn	03.08.91	Antuérpia
1:00.66	Miguel Arrobas Silva	fjn	03.08.91	Antuérpia
1:00.42	Miguel Arrobas Silva	sad	11.08.91	Lisboa – Olivais
1:00.06	Nuno Filipe Laurentino	fjn	14.06.92	Charlotte
0:59.86	Nuno Filipe Laurentino	fjn	14.06.92	Charlotte
0:59.10	Bruno Gama Freitas	fjn	15.04.00	Larnaca
0:58.83	Bruno Gama Freitas	fjn	30.07.00	Dunquerque
0:58.82	João Sousa Fernandes	fjn	07.07.01	La Valetta
0:58.56	João Sousa Fernandes	cna	19.07.01	Jamor
0:58.56	Adriano Miguel Niz	fjn	02.08.03	Glasgow
0:58.04	Adriano Miguel Niz	cfv	21.12.03	Lisboa – E. Universitário
0:58.04	Adriano Miguel Niz	cfv	21.12.03	Lisboa – E. Universitário
0:57.98	Adriano Miguel Niz	fjn	17.07.04	Jamor
0:57.95	Adriano Miguel Niz	fjn	18.07.04	Jamor
0:57.17	Alexis Manaças Santos	fjn	12.07.09	Praga
0:57.09	Alexis Manaças Santos	scp	10.04.10	Coimbra

Júnior A - § (01.10.13)

0:56.45	Miguel Duarte Nascimento	fjn	11.07.13	Poznan
0:56.05	Gabriel José Lopes	fjn	25.08.15	Singapura
0:55.79	Gabriel José Lopes	fjn	25.08.15	Singapura

Antiga categoria Júnior - § (melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

1:14.7	Raul Ângelo Cerqueira	sad	30.08.58	Praia das Maças
--------	-----------------------	-----	----------	-----------------

Sénior - § (melhor tempo até 31.12.60)

1:06.7	Raul Ângelo Cerqueira	fjn	30.08.60	Roma
1:04.69	António Botelho de Melo	fjn	21.05.77	Mulhouse
1:04.13	António Botelho de Melo	fjn	17.08.77	Jönköping
1:03.93	Rui Pinto Abreu	fjn	21.01.78	Genebra
1:03.29	Rui Pinto Abreu	fjn	21.01.78	Genebra
1:02.87	Rui Pinto Abreu	cac	08.08.78	Lisboa – Olivais
1:01.84	Rui Pinto Abreu	fjn	26.05.79	Seraing
1:01.55	Rui Pinto Abreu	fjn	26.05.79	Seraing
1:00.62	Rui Pinto Abreu	fjn	20.07.80	Moscovo
1:00.34	Rui Pinto Abreu	fjn	23.04.81	Guadalupe
0:59.76	Pedro Ferreira Soares	fjn	22.08.86	Madrid
0:59.37	Miguel Arrobas Silva	fjn	30.07.92	Barcelona
0:59.18	Nuno Filipe Laurentino	fjn	04.04.93	Florença
0:58.87	Nuno Filipe Laurentino	slb	25.07.93	Lisboa – Restelo
0:58.59	Nuno Filipe Laurentino	fjn	07.08.93	Sheffield
0:58.07	Nuno Filipe Laurentino	fjn	10.09.94	Roma
0:57.23	Nuno Filipe Laurentino	fjn	16.04.95	Belo Horizonte
0:56.56	Nuno Filipe Laurentino	fjn	26.08.95	Viena
0:56.34	Alexis Manaças Santos	fjn	04.12.11	Eindhoven

0:56.26	Alexis Manaças Santos	fjn	04.12.11	Eindhoven
0:55.83	Pedro Diogo Oliveira	fjn	21.05.12	Debrecen
0:55.80	Pedro Diogo Oliveira	fjn	12.04.14	Palma Maiorca
0:55.55	Pedro Diogo Oliveira	fjn	13.12.14	Amesterdão
0:55.55	Pedro Diogo Oliveira	esjb	03.04.15	Coimbra
0:55.46	Pedro Diogo Oliveira	esjb	03.04.15	Coimbra
0:55.01	Gabriel José Lopes	aln	31.03.17	Coimbra

Absoluto - § (melhor tempo até 31.12.60)

1:06.7	Raul Ângelo Cerqueira	fjn	30.08.60	Roma
1:06.0	António Botelho de Melo	fjn	06.06.76	Neheim Hùsten
1:05.76	António Botelho de Melo	fjn	18.07.76	Montréal
1:04.69	António Botelho de Melo	fjn	21.05.77	Mulhouse
1:04.13	António Botelho de Melo	fjn	17.08.77	Jönköping
1:03.93	Rui Pinto Abreu	fjn	21.01.78	Genebra
1:03.29	Rui Pinto Abreu	fjn	21.01.78	Genebra
1:02.87	Rui Pinto Abreu	cac	08.08.78	Lisboa - Olivais
1:01.84	Rui Pinto Abreu	fjn	26.05.79	Seraing
1:01.55	Rui Pinto Abreu	fjn	26.05.79	Seraing
1:00.62	Rui Pinto Abreu	fjn	20.07.80	Moscovo
1:00.34	Rui Pinto Abreu	fjn	23.04.81	Guadalupe
0:59.76	Pedro Ferreira Soares	fjn	22.08.86	Madrid
0:59.37	Miguel Arrobas Silva	fjn	30.07.92	Barcelona
0:59.18	Nuno Filipe Laurentino	fjn	04.04.93	Florença
0:58.87	Nuno Filipe Laurentino	slb	25.07.93	Lisboa - Restelo
0:58.59	Nuno Filipe Laurentino	fjn	07.08.93	Sheffield
0:58.07	Nuno Filipe Laurentino	fjn	10.09.94	Roma
0:57.23	Nuno Filipe Laurentino	fjn	16.04.95	Belo Horizonte
0:56.56	Nuno Filipe Laurentino	fjn	26.08.95	Viena
0:56.34	Alexis Manaças Santos	fjn	04.12.11	Eindhoven
0:56.26	Alexis Manaças Santos	fjn	04.12.11	Eindhoven
0:55.83	Pedro Diogo Oliveira	fjn	21.05.12	Debrecen
0:55.80	Pedro Diogo Oliveira	fjn	12.04.14	Palma Maiorca
0:55.55	Pedro Diogo Oliveira	fjn	13.12.14	Amesterdão
0:55.55	Pedro Diogo Oliveira	esjb	03.04.15	Coimbra
0:55.46	Pedro Diogo Oliveira	esjb	03.04.15	Coimbra
0:55.01	Gabriel José Lopes	aln	31.03.17	Coimbra

200 COSTAS

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

2:57.6	Ângelo Fernando Ortega	sfuap	06.07.74	Lisboa - Olivais
2:45.2	Carlos Alberto Serra	cfmo	11.08.74	Lisboa - Olivais
2:37.5	Sérgio Luz Pinto	slb	15.07.78	Lisboa - Olivais
2:36.10	Sérgio Luz Pinto	slb	05.08.78	Lisboa - Olivais
2:34.39	José Carlos Moreira	fcp	05.08.78	Lisboa - Olivais
2:34.03	Pedro Luz Pinto	scp	04.02.84	Lisboa - Olivais
2:31.1	Pedro Luz Pinto	fjn	21.04.84	Zwevegen
2:30.86	João Pinho Serra	fjn	01.04.89	Lisboa - Olivais
2:30.0	João Pinho Serra	slb	22.06.89	Lisboa - Olivais
2:29.8	João Pinho Serra	slb	13.07.89	Lisboa - Olivais
2:28.6	David Paiva Lopes	slb	13.07.89	Lisboa - Olivais
2:27.07	João Pinho Serra	slb	30.07.89	Lisboa - Olivais

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:26.18	João Paulo Paías	cnla	10.07.05	Rio Maior
2:25.69	Paulo Bruno Janeiro	cnla	08.07.07	Rio Maior
2:24.61	Alexandre Lages Ribas	edv	05.06.10	Porto - Campanhã
2:22.49	Alexandre Lages Ribas	edv	13.06.10	Póvoa de Varzim
2:21.70	Alexandre Lages Ribas	edv	24.07.10	Porto - Campanhã
2:20.98	André Vilas Ruivo	dnmg	22.06.13	Coimbra
2:20.07	André Vilas Ruivo	dnmg	13.07.13	S. João da Madeira

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:19.5	tempo limite			
2:19.29	Mário Jorge Rodrigues	cfv	02.06.02	Póvoa de Varzim
2:15.87	Pedro Diogo Oliveira	ands	15.06.02	Porto - Campanhã

Infantil A - § (01.10.04)

2:14.56	Alexandre Lages Ribas	edv	23.07.11	Lisboa - E. Universitário
---------	-----------------------	-----	----------	---------------------------

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

2:39.1	Carlos Monteiro da Silva	fjn	21.08.65	Barcelona
2:38.2	Luís Cavaleiro Madeira	slb	12.07.72	Coimbra
2:37.7	Luís Cavaleiro Madeira	slb	24.07.72	Lisboa - Olivais
2:37.4	Luís Cavaleiro Madeira	slb	15.08.72	Coimbra
2:37.3	José Guedes Neves	fcp	15.08.72	Coimbra
2:32.3	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	19.08.73	Coimbra
2:30.9	António Botelho de Melo	gdIm	11.08.74	Lisboa - Olivais
2:27.6	José Carlos Moreira	fcp	27.07.79	Matur
2:24.63	José Carlos Moreira	fjn	13.03.80	Barcelona
2:22.0	José Carlos Moreira	anp	29.06.80	Lisboa - Olivais
2:20.26	José Carlos Moreira	fjn	05.07.80	Darmstadt
2:19.5	José Carlos Moreira	fcp	31.07.80	Lisboa - Olivais
2:14.29	José Carlos Meinedo	fjn	05.04.86	Lisboa - Olivais

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:11.55	João Sousa Fernandes	ind	31.07.99	Lisboa - E. Universitário
2:10.96	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	18.05.03	Lisboa - E. Universitário
2:10.91	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	18.05.03	Lisboa - E. Universitário
2:09.42	Pedro Diogo Oliveira	fjn	28.07.03	Paris

Juvenil B - § (01.10.04)

2:08.79	João Alexandre Vital	adrcimm	23.03.13	Jamor
2:07.68	João Alexandre Vital	fjn	06.04.13	Poznan
2:06.73	João Alexandre Vital	fjn	29.06.13	San Marino
2:06.44	João Alexandre Vital	fjn	17.07.13	Utrecht

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:10.71	tempo limite			
2:10.19	Daniel Aparício Pereira	fjn	12.07.99	Esbjerg
2:08.25	Adriano Miguel Niz	fjn	30.03.02	Charleroi
2:08.09	Adriano Miguel Niz	cfv	10.05.02	Jamor
2:07.63	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	30.05.04	Lisboa - E. Universitário
2:06.97	Pedro Diogo Oliveira	fjn	03.07.04	Génova
2:06.92	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	30.07.04	Jamor

Juvenil A - § (01.10.04)

2:06.59	João Alexandre Vital	fjn	28.06.14	Netanya
---------	----------------------	-----	----------	---------

Júnior B - § (01.10.13)

2:03.06	Pedro Diogo Oliveira	fjn	15.07.05	Budapeste
---------	----------------------	-----	----------	-----------

Antiga categoria Aspirante - § (melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

2:36.2	Carlos Monteiro da Silva	sad	02.09.67	Beja
2:30.6	Carlos Monteiro da Silva	fjn	28.07.68	Madrid
2:26.65	António Botelho de Melo	fjn	24.07.76	Montréal
2:24.2	António Botelho de Melo	cac	12.08.76	Lisboa - Olivais
2:22.85	Jacob Carlos Frischknecht	fjn	29.07.78	Florença
2:18.1	Jacob Carlos Frischknecht	sad	27.07.79	Matur
2:16.7	Pedro Ferreira Soares	abve	05.08.82	Póvoa de Varzim
2:13.48	José Carlos Meinedo	fjn	09.04.88	Antuérpia
2:12.73	Miguel Arrobas Silva	fjn	06.04.91	Lisboa - Olivais
2:12.00	Miguel Arrobas Silva	fjn	16.06.91	Chiasso
2:09.68	Miguel Arrobas Silva	fjn	01.08.91	Antuérpia
2:09.24	Miguel Arrobas Silva	fjn	01.08.91	Antuérpia
2:08.87	Nuno Filipe Laurentino	slb	06.08.92	Aveiro
2:07.73	Mário Moura Carvalho	fjn	20.07.95	Genebra
2:06.85	Mário Moura Carvalho	fcp	03.08.95	Coimbra
2:06.73	Daniel Aparício Pereira	fjn	06.07.01	La Valetta
2:05.72	Adriano Miguel Niz	cfv	30.03.03	Lisboa - Restelo
2:05.41	Adriano Miguel Niz	fjn	12.04.03	Praga
2:04.96	Adriano Miguel Niz	fjn	01.08.03	Glasgow
2:03.87	Adriano Miguel Niz	cfv	20.12.03	Lisboa - E. Universitário
2:03.06	Pedro Diogo Oliveira	fjn	15.07.05	Budapeste
2:02.96	Pedro Diogo Oliveira	fjn	07.07.06	Palma de Maiorca
2:02.75	Pedro Diogo Oliveira	fjn	07.07.06	Palma de Maiorca
2:02.21	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	28.07.06	Coimbra

Júnior A - § (01.10.13)

2:02.21	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	28.07.06	Coimbra
---------	----------------------	------	----------	---------

Antiga categoria Júnior - § (melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

2:27.9	António Bessone Basto	fpn	08.07.62	Barcelona
2:23.32	António Botelho de Melo	fpn	22.05.77	Mulhouse
2:15.23	Rui Pinto Abreu	cac	05.08.78	Lisboa – Olivais
2:11.08	Rui Pinto Abreu	fpn	24.04.81	Guadalupe
2:10.04	Pedro Ferreira Soares	fpn	19.08.86	Madrid
2:09.63	Rui Paulo Borges	fcp	08.08.91	Lisboa – Olivais
2:06.88	Miguel Arrobas Silva	fpn	14.03.92	Sarcelles
2:06.72	Miguel Arrobas Silva	fpn	15.03.92	Sarcelles
2:06.02	Miguel Arrobas Silva	fpn	28.07.92	Barcelona
2:05.17	Nuno Filipe Laurentino	slb	22.07.93	Lisboa – Restelo
2:04.85	Nuno Filipe Laurentino	fpn	07.09.94	Roma
2:03.81	Nuno Filipe Laurentino	fpn	24.08.95	Viena
2:03.46	Nuno Filipe Laurentino	fpn	24.08.95	Viena
2:03.00	Mário Moura Carvalho	fpn	07.07.00	Helsínquia
2:01.98	Pedro Diogo Oliveira	fpn	01.12.06	Barcelona
2:00.62	Pedro Diogo Oliveira	fpn	29.03.07	Melbourne
2:00.33	Pedro Diogo Oliveira	ind	31.03.12	Indianapolis
1:59.72	Pedro Diogo Oliveira	fpn	25.05.12	Debrecen
1:58.83	Pedro Diogo Oliveira	fpn	01.08.12	Londres

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

2:27.9	António Bessone Basto	fpn	08.07.62	Barcelona
2:26.65	António Botelho de Melo	fpn	24.07.76	Montréal
2:24.2	António Botelho de Melo	cac	12.08.76	Lisboa – Olivais
2:23.32	António Botelho de Melo	fpn	22.05.77	Mulhouse
2:22.85	Jacob Carlos Frischknecht	fpn	29.07.78	Florença
2:15.23	Rui Pinto Abreu	cac	05.08.78	Lisboa – Olivais
2:11.08	Rui Pinto Abreu	fpn	24.04.81	Guadalupe
2:10.04	Pedro Ferreira Soares	fpn	19.08.86	Madrid
2:09.68	Miguel Arrobas Silva	fpn	01.08.91	Antuérpia
2:09.24	Miguel Arrobas Silva	fpn	01.08.91	Antuérpia
2:06.88	Miguel Arrobas Silva	fpn	14.03.92	Sarcelles
2:06.72	Miguel Arrobas Silva	fpn	15.03.92	Sarcelles
2:06.02	Miguel Arrobas Silva	fpn	28.07.92	Barcelona
2:05.17	Nuno Filipe Laurentino	slb	22.07.93	Lisboa – Restelo
2:04.85	Nuno Filipe Laurentino	fpn	07.09.94	Roma
2:03.81	Nuno Filipe Laurentino	fpn	24.08.95	Viena
2:03.46	Nuno Filipe Laurentino	fpn	24.08.95	Viena
2:03.00	Mário Moura Carvalho	fpn	07.07.00	Helsínquia
2:02.96	Pedro Diogo Oliveira	fpn	07.07.06	Palma de Maiorca
2:02.75	Pedro Diogo Oliveira	fpn	07.07.06	Palma de Maiorca
2:02.21	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	28.07.06	Coimbra
2:01.98	Pedro Diogo Oliveira	fpn	01.12.06	Barcelona
2:00.62	Pedro Diogo Oliveira	fpn	29.03.07	Melbourne
2:00.33	Pedro Diogo Oliveira	ind	31.03.12	Indianapolis
1:59.72	Pedro Diogo Oliveira	fpn	25.05.12	Debrecen
1:58.83	Pedro Diogo Oliveira	fpn	01.08.12	Londres

#4X100 COSTAS**Absoluto - clubes - § (01.10.79)**

4:32.0 tempo limite

#4X200 COSTAS**Absoluto - clubes - § (01.10.79)**

9:53.0 tempo limite

50 MARIPOSA**Júnior B - § (01.10.13)**

0:24.89 Tiago André Venâncio cns 30.07.04 Jamor

Júnior - § (01.10.04) # (30.09.13)

0:25.04 tempo limite

Júnior A - § (01.10.13)

0:25.03 Miguel Duarte Nascimento fpn 10.07.13 Poznan

Sénior - § (01.10.04)

0:24.38	tempo limite			
0:24.05	Simão Gomes Morgado	fpn	31.07.06	Budapeste
0:24.03	Simão Gomes Morgado	cna	27.03.09	Lisboa – E. Universitário
0:23.97	Simão Gomes Morgado	fpn	05.04.09	Málaga
0:23.75	Simão Gomes Morgado	fpn	05.04.09	Málaga
0:23.72	Simão Gomes Morgado	fpn	05.04.09	Málaga

Absoluto - § (01.06.98)

0:25.74	tempo limite			
0:25.70	Ricardo Jorge Coxo	fpn	17.07.99	Moscovo
0:25.27	Simão Gomes Morgado	fpn	26.07.99	Istambul
0:25.27	Simão Gomes Morgado	fpn	27.05.00	Sheffield
0:25.04	Ricardo Jorge Coxo	fpn	30.07.00	Dunquerque
0:24.91	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	20.05.01	Lisboa – E. Universitário
0:24.91	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	15.03.02	Póvoa de Varzim
0:24.64	Ricardo Jorge Coxo	fpn	13.04.02	Greve
0:24.60	Simão Gomes Morgado	fpn	29.07.02	Berlim
0:24.38	Simão Gomes Morgado	fpn	29.07.02	Berlim
0:24.05	Simão Gomes Morgado	fpn	31.07.06	Budapeste
0:24.03	Simão Gomes Morgado	cna	27.03.09	Lisboa – E. Universitário
0:23.97	Simão Gomes Morgado	fpn	05.04.09	Málaga
0:23.75	Simão Gomes Morgado	fpn	05.04.09	Málaga
0:23.72	Simão Gomes Morgado	fpn	05.04.09	Málaga

100 MARIPOSA**Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)**

1:15.0	Paulo José Frischknecht	fpn	09.06.73	Neheim Hüsten
1:12.1	Rui Pinto Abreu	fpn	28.07.73	Génova
1:10.97	Rui Paulo Borges	fcp	04.05.80	Mulhouse
1:09.36	Rui Paulo Borges	fcp	04.05.80	Mulhouse
1:08.28	Rui Paulo Borges	fcp	01.08.80	Lisboa – Olivais
1:07.77	Sérgio Filipe Souto	fpn	06.04.86	Zurique
1:07.0	Sérgio Filipe Souto	anp	28.06.86	Coimbra
1:06.7	Sérgio Filipe Souto	lsc	05.07.86	Porto – Campanhã
1:06.37	Sérgio Filipe Souto	lsc	13.07.86	Porto – Campanhã
1:06.2	Sérgio Filipe Souto	lsc	18.07.86	Porto – Campanhã
1:06.1	Sérgio Filipe Souto	lsc	10.08.86	Coimbra
1:05.01	Tiago Ramos Barroso	sad	27.07.96	Coimbra

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:03.64 Fábio Parrilha da Silva cnal 22.07.00 S. João da Madeira

Infantil B - § (01.10.04)

1:03.64 Fábio Parrilha da Silva cnal 22.07.00 S. João da Madeira

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:03.37	tempo limite			
1:02.38	Tiago Ramos Barroso	sad	26.07.97	Famalicão
1:01.21	David Miguel Ferro	sfuap	25.07.98	Porto – Campanhã
1:00.55	Fábio Parrilha da Silva	cnal	20.05.01	Toulouse
1:00.27	Fábio Parrilha da Silva	cnal	28.07.01	Porto – Campanhã

Infantil A - § (01.10.04)

1:00.27	Fábio Parrilha da Silva	cnal	28.07.01	Porto – Campanhã
1:00.17	Salvador Vieira Gordo	scp	31.03.17	Cairo
0:59.49	Salvador Vieira Gordo	scp	28.07.17	Sheffield

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)
1:15.6 João Lourenço Fernandes fpn 21.09.65 Barcelona**Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)**

1:15.3	Francisco Bessone Alves	sad	17.08.68	Vila Franca de Xira
1:14.6	Francisco Bessone Alves	sad	26.09.68	Lisboa – Olivais
1:14.2	Carlos Heitor e Silva	slb	20.08.71	Lisboa – Olivais
1:13.7	Joaquim Jesus Carvalho	aac	18.05.72	Coimbra
1:12.3	Joaquim Jesus Carvalho	aac	12.07.72	Coimbra

1:11.0	Joaquim Jesus Carvalho	aac	15.08.72	Coimbra
1:10.7	José Guilherme Loureiro	cdna	19.08.73	Coimbra
1:09.3	Paulo José Frischknecht	sad	06.07.74	FNAT
1:07.0	Paulo José Frischknecht	fjn	27.07.74	Génova
1:06.2	Paulo José Frischknecht	sad	11.08.74	Lisboa – Olivais
1:04.2	Paulo José Frischknecht	fjn	17.01.75	Genebra
1:03.7	Paulo José Frischknecht	fjn	18.01.75	Genebra
1:03.4*	Paulo José Frischknecht (recorde homologado em décimas; tempo oficial: 1:03.37)	fjn	10.08.75	Genebra
1:01.94	Mabilio António Albuquerque	fjn	29.07.84	Luxemburgo
1:01.70	José Carlos Meinedo	fcp	13.07.86	Porto – Campanhã
1:01.70	Emílio Nuno Frischknecht	sad	13.07.86	Porto – Campanhã
1:01.42	Emílio Nuno Frischknecht	sad	02.08.86	Lisboa – Olivais
1:01.19	Miguel Mendonça Cabrita	fjn	02.04.89	Espoo
1:00.8	Miguel Mendonça Cabrita	sad	15.07.89	Lisboa – Olivais
1:00.72	Ricardo Jorge Santos	sfuap	24.07.93	Lisboa – Restelo
Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
1:00.70	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	29.06.97	Porto – Campanhã
0:59.46	Ricardo Jorge Coxo	fjn	21.07.97	Lisboa – E. Universitário
0:59.35	Ricardo Jorge Coxo	fjn	21.07.97	Lisboa – E. Universitário
0:59.16	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	26.07.97	Famalicão
0:57.58	David Miguel Ferro	sfuap	31.07.99	Lisboa – E. Universitário
Juvenil B - § (01.10.04)				
0:57.58	David Miguel Ferro	sfuap	31.07.99	Lisboa – E. Universitário
Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
0:58.78	tempo limite			
0:58.64	Ricardo Jorge Coxo	fjn	11.04.98	Praga
0:58.60	Ricardo Jorge Coxo	fjn	14.07.98	Moscovo
0:57.59	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	01.08.98	Jamor
0:57.35	Pedro Diogo Oliveira	fjn	03.04.04	Limassol
0:56.57	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	29.05.04	Lisboa – E. Universitário
0:56.11	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	29.07.04	Jamor
Juvenil A - § (01.10.04)				
0:56.11	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	29.07.04	Jamor
Júnior B - § (01.10.13)				
0:54.77	Tiago André Venâncio	cns	29.07.04	Jamor
Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)				
1:29.5	Fernando Rodrigues Paiva	aac	01.09.56	Praia das Maças
Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)				
1:07.8	João Lourenço Fernandes	cnn	25.07.67	Lisboa – Olivais
1:07.1	João Lourenço Fernandes	cnn	03.09.67	Beja
1:06.8	Vítor Manuel Oliveira	cfp	22.08.75	Coimbra
1:01.55	Paulo José Frischknecht	fcp	23.01.76	Genebra
1:01.20	Paulo José Frischknecht	fjn	08.08.76	Oslo
0:59.98	Paulo José Frischknecht	fjn	18.08.77	Jönköping
0:59.36	João Mendes Santos	fjn	09.09.81	Split
0:58.58	Paulo António Camacho	cnf	01.08.87	Porto – Campanhã
0:57.78	Miguel Mendonça Cabrita	fjn	03.08.91	Antuérpia
0:57.72	Simão Gomes Morgado	fjn	08.08.96	Copenhaga
0:56.44	Simão Gomes Morgado	fjn	31.07.97	Glasgow
0:56.40	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	17.06.00	Porto – Campanhã
0:56.39	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	17.06.00	Porto – Campanhã
0:55.59	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	15.07.00	Jamor
0:55.40	Luís Miguel Monteiro	fcp	04.08.01	Loulé
0:55.23	Tiago André Venâncio	cns	28.03.04	Jamor
0:54.77	Tiago André Venâncio	cns	29.07.04	Jamor
0:54.66	Diogo Filipe Carvalho	cga	25.03.06	Lisboa – E. Universitário
0:54.36	Miguel Duarte Nascimento	portin	30.03.13	Coimbra
0:54.16	Miguel Duarte Nascimento	fjn	07.04.13	Kiev
Júnior A - § (01.10.13)				
0:54.16	Miguel Duarte Nascimento	fjn	07.04.13	Kiev
Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)				
1:33.1	Fernando Rodrigues Paiva	aac	07.09.58	Luso
Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)				
1:08.6	Luís Vaz Jorge	fjn	31.08.60	Roma
1:04.4	Vítor Manuel Fonseca	fjn	01.08.63	Belém

1:01.8	Vítor Manuel Fonseca	indu	29.08.67	Tóquio
1:01.6	Paulo José Frischknecht	fjn	20.01.78	Genebra
1:01.24	Paulo José Frischknecht	fjn	20.01.78	Genebra
1:00.40	Vítor Manuel Oliveira	fjn	17.06.78	Linx
1:00.00	Paulo José Frischknecht	sad	06.08.78	Lisboa – Olivais
0:59.52	Paulo José Frischknecht	fjn	26.08.78	Berlim Ocidental
0:59.39	Paulo José Frischknecht	fjn	27.05.79	Seraing
0:57.94	Paulo José Frischknecht	fjn	22.07.80	Moscovo
0:57.87	João Mendes Santos	fjn	23.08.83	Roma
0:57.61	João Mendes Santos	fjn	18.08.86	Madrid
0:57.33	Mabilio António Albuquerque	fjn	01.04.88	Tenerife
0:57.0	Paulo António Camacho	fjn	01.04.88	Tenerife
0:56.79	Paulo António Camacho	cnf	25.03.89	Casablanca
0:56.78	Paulo António Camacho	fjn	01.12.90	Indianapolis
0:56.66	Paulo António Camacho	cnf	24.07.93	Lisboa – Restelo
0:56.49	Paulo António Camacho	cnf	24.07.93	Lisboa – Restelo
0:56.45	Miguel Mendonça Cabrita	fjn	04.08.93	Sheffield
0:56.25	Simão Gomes Morgado	cna	01.08.98	Jamor
0:55.62	Nuno Filipe Laurentino	sad	09.01.99	Jamor
0:55.52	Simão Gomes Morgado	fjn	11.04.99	Guadalupe
0:55.45	Simão Gomes Morgado	fjn	30.07.99	Istambul
0:55.19	Simão Gomes Morgado	cna	07.08.99	Famalicão
0:55.13	Simão Gomes Morgado	fjn	07.04.00	Luxemburgo
0:54.92	Simão Gomes Morgado	fjn	28.05.00	Sheffield
0:54.91	Simão Gomes Morgado	fjn	28.05.00	Sheffield
0:54.69	Simão Gomes Morgado	fjn	07.07.00	Helsínquia
0:54.68	Simão Gomes Morgado	cnf	25.03.01	Jamor
0:54.64	Simão Gomes Morgado	fjn	25.07.01	Fukuoka
0:54.44	Ricardo Jorge Coxo	fjn	14.04.02	Greve
0:54.40	Nuno Filipe Laurentino	sad	10.05.02	Jamor
0:54.27	Simão Gomes Morgado	fjn	02.08.02	Berlim
0:53.79	Simão Gomes Morgado	fjn	02.08.02	Berlim
0:53.69	Simão Gomes Morgado	fjn	15.05.04	Luxemburgo
0:53.53	Simão Gomes Morgado	fjn	19.08.04	Atenas
0:53.14	Simão Gomes Morgado	fjn	22.03.08	Eindhoven
0:52.80	Simão Gomes Morgado	fjn	14.08.08	Pequim
0:52.42	Diogo Filipe Carvalho	cga	29.03.09	Lisboa – E. Universitário
Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)				
1:08.6	Luís Vaz Jorge	fjn	31.08.60	Roma
1:04.4	Vítor Manuel Fonseca	fjn	01.08.63	Belém
1:01.8	Vítor Manuel Fonseca	indu	29.08.67	Tóquio
1:01.55	Paulo José Frischknecht	fcp	23.01.76	Genebra
1:01.20	Paulo José Frischknecht	fjn	08.08.76	Oslo
0:59.98	Paulo José Frischknecht	fjn	18.08.77	Jönköping
0:59.52	Paulo José Frischknecht	fjn	26.08.78	Berlim Ocidental
0:59.39	Paulo José Frischknecht	fjn	27.05.79	Seraing
0:57.94	Paulo José Frischknecht	fjn	22.07.80	Moscovo
0:57.87	João Mendes Santos	fjn	23.08.83	Roma
0:57.61	João Mendes Santos	fjn	18.08.86	Madrid
0:57.33	Mabilio António Albuquerque	fjn	01.04.88	Tenerife
0:57.0	Paulo António Camacho	fjn	01.04.88	Tenerife
0:56.79	Paulo António Camacho	cnf	25.03.89	Casablanca
0:56.78	Paulo António Camacho	fjn	01.12.90	Indianapolis
0:56.66	Paulo António Camacho	cnf	24.07.93	Lisboa – Restelo
0:56.49	Paulo António Camacho	cnf	24.07.93	Lisboa – Restelo
0:56.45	Miguel Mendonça Cabrita	fjn	04.08.93	Sheffield
0:56.44	Simão Gomes Morgado	fjn	31.07.97	Glasgow
0:56.25	Simão Gomes Morgado	cna	01.08.98	Jamor
0:55.62	Nuno Filipe Laurentino	sad	09.01.99	Jamor
0:55.52	Simão Gomes Morgado	fjn	11.04.99	Guadalupe
0:55.45	Simão Gomes Morgado	fjn	30.07.99	Istambul
0:55.19	Simão Gomes Morgado	cna	07.08.99	Famalicão
0:55.13	Simão Gomes Morgado	fjn	07.04.00	Luxemburgo
0:54.92	Simão Gomes Morgado	fjn	28.05.00	Sheffield
0:54.91	Simão Gomes Morgado	fjn	28.05.00	Sheffield
0:54.69	Simão Gomes Morgado	fjn	07.07.00	Helsínquia
0:54.68	Simão Gomes Morgado	cnf	25.03.01	Jamor
0:54.64	Simão Gomes Morgado	fjn	25.07.01	Fukuoka
0:54.44	Ricardo Jorge Coxo	fjn	14.04.02	Greve
0:54.40	Nuno Filipe Laurentino	sad	10.05.02	Jamor
0:54.27	Simão Gomes Morgado	fjn	02.08.02	Berlim

0:53.79	Simão Gomes Morgado	fjn	02.08.02	Berlim
0:53.69	Simão Gomes Morgado	fjn	15.05.04	Luxemburgo
0:53.53	Simão Gomes Morgado	fjn	19.08.04	Atenas
0:53.14	Simão Gomes Morgado	fjn	22.03.08	Eindhoven
0:52.80	Simão Gomes Morgado	fjn	14.08.08	Pequim
0:52.42	Diogo Filipe Carvalho	cga	29.03.09	Lisboa – E. Universitário

200 MARIPOSA

Infantil - # (30.09.96)

2:26.3	Rui Paulo Borges	fcp	03.08.80	Lisboa – Olivais
2:25.7	João Pedro Coias	sad	01.07.90	Lisboa – Olivais
2:25.36	Abel Pedro Martins	slb	22.07.90	Lisboa – Olivais
2:25.27	Paulo Fraguero Franco	cdn	29.07.95	Lisboa – Olivais

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:21.67	Fábio Parrilha da Silva	cnal	23.07.00	S. João da Madeira
---------	-------------------------	------	----------	--------------------

Infantil B - § (01.10.04)

2:21.67	Fábio Parrilha da Silva	cnal	23.07.00	S. João da Madeira
---------	-------------------------	------	----------	--------------------

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:17.79	tempo limite			
2:16.99	Luís Duarte Silva	cnac	01.08.99	Lisboa – E. Universitário
2:14.84	Fábio Parrilha da Silva	cnal	13.05.01	Póvoa de Varzim
2:14.50	Fábio Parrilha da Silva	cnal	29.07.01	Porto – Campanhã

Infantil A - § (01.10.04)

2:14.50	Fábio Parrilha da Silva	cnal	29.07.01	Porto – Campanhã
---------	-------------------------	------	----------	------------------

Juvenil - § (23.01.71) # (30.09.96)

2:56.4	Carlos Heitor e Silva	slb	21.08.71	Lisboa – Olivais
2:55.3	Joaquim Jesus Carvalho	aac	13.07.72	Coimbra
2:54.9	Joaquim Jesus Carvalho	aac	21.07.72	Coimbra
2:51.4	Henrique Carvalho Vicêncio	ind	24.07.72	Lisboa – Olivais
2:51.1	José Carlos Rodrigues	gdlim	13.08.72	Coimbra
2:49.2	José Guilherme Loureiro	cdna	10.03.73	Luanda
2:33.9	José Guilherme Loureiro	cdna	16.08.73	Coimbra
2:33.3	José Guilherme Loureiro	cdna	25.08.73	Lisboa – Olivais
2:29.1	Paulo José Frischknecht	sad	08.08.74	Lisboa – Olivais
2:24.3	Paulo José Frischknecht	sad	03.08.75	Lisboa – Olivais
2:22.5	Rui Paulo Borges	fcp	09.08.81	Coimbra
2:15.8	Rui Paulo Borges	fcp	08.08.82	Póvoa de Varzim
2:15.4	Miguel Mendonça Cabrita	fjn	01.04.89	Espoo
2:14.5	Miguel Mendonça Cabrita	sad	16.07.89	Lisboa – Olivais
2:13.93	João Pedro Coias	sad	09.08.92	Aveiro
2:12.86	João Pedro Coias	sad	09.08.92	Aveiro

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:12.12	João Antunes Coelho	scb	27.07.97	Famalicão
2:11.84	Fábio Parrilha da Silva	fjn	31.03.02	Charleroi
2:09.61	Fábio Parrilha da Silva	cnal	11.05.02	Jamor

Juvenil B - § (01.10.04)

2:08.12	Jorge Jesus Silva	scb	26.07.15	Coimbra
---------	-------------------	-----	----------	---------

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:09.18	tempo limite			
2:08.80	Fábio Parrilha da Silva	fjn	31.07.03	Paris
2:06.68	Pedro Diogo Oliveira	fjn	04.04.04	Limassol
2:05.86	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	13.06.04	Loulé
2:05.10	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	13.06.04	Loulé
2:03.76	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	31.07.04	Jamor

Juvenil A - § (01.10.04)

2:03.76	Pedro Diogo Oliveira	cnrm	31.07.04	Jamor
---------	----------------------	------	----------	-------

Júnior B - § (01.10.13)

2:02.12	Pedro Diogo Oliveira	fjn	16.07.05	Budapeste
---------	----------------------	-----	----------	-----------

Júnior - # (30.09.13)

2:48.8	Júlio Pais Ribeiro	gdlim	02.09.67	Beja
2:48.2	João Pinto Angelo	aac	21.07.72	Coimbra
2:41.5	João Pinto Angelo	aac	13.08.72	Coimbra

2:37.9	Carlos Heitor e Silva	anl	13.04.73	Luanda
2:34.4	Carlos Heitor e Silva	slb	16.08.73	Coimbra
2:31.7	José Guilherme Loureiro	cdna	09.03.74	Luanda
2:20.51	Paulo José Frischknecht	fjn	18.07.76	Montréal
2:20.2	Paulo José Frischknecht	fcp	15.08.76	Lisboa – Olivais
2:16.43	Paulo José Frischknecht	fjn	22.05.77	Mulhouse
2:12.00	João Mendes Santos	slb	16.08.80	Coimbra
2:09.51	João Mendes Santos	fjn	25.04.81	Guadalupe
2:09.41	João Mendes Santos	fjn	11.09.81	Split
2:09.20	Diogo Castro Madeira	slb	02.08.87	Porto – Campanhã
2:09.11	Miguel Mendonça Cabrita	fjn	06.04.91	Lisboa – Olivais
2:06.50	Miguel Mendonça Cabrita	fjn	01.08.91	Antuérpia
2:06.41	Ricardo Jorge Santos	fjn	21.07.95	Genebra
2:05.70	Ricardo Jorge Santos	fjn	21.07.95	Genebra
2:05.16	Simão Gomes Morgado	fjn	02.08.97	Glasgow
2:04.88	Simão Gomes Morgado	fjn	02.08.97	Glasgow
2:04.75	Duarte Rafael Mourão	gestl	19.05.02	Lisboa – E. Universitário
2:02.72	Duarte Rafael Mourão	fjn	13.07.02	Linz
2:02.42	Duarte Rafael Mourão	fjn	13.07.02	Linz
2:02.35	Fábio Manuel Pereira	fjn	17.07.04	Jamor
2:02.12	Pedro Diogo Oliveira	fjn	16.07.05	Budapeste
2:01.46	Pedro Diogo Oliveira	fjn	08.07.06	Palma de Maiorca

Júnior A - § (01.10.13)

2:01.46	Pedro Diogo Oliveira	fjn	08.07.06	Palma de Maiorca
---------	----------------------	-----	----------	------------------

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

3:13.8	Manuel Almeida Jorge	cnn	30.08.58	Praia das Mações
--------	----------------------	-----	----------	------------------

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

2:28.9	Luís Vaz Jorge	fjn	31.08.60	Roma
2:18.3	Vítor Manuel Fonseca	fjn	18.10.64	Tóquio
2:17.7	Vítor Manuel Fonseca	indu	30.08.67	Tóquio
2:13.23	Vítor Manuel Oliveira	fjn	17.06.78	Linz
2:11.33	Paulo José Frischknecht	fjn	26.04.80	Nancy
2:06.46	João Mendes Santos	fjn	17.04.83	Lisboa – Olivais
2:04.89	João Mendes Santos	fjn	26.08.83	Roma
2:04.72	João Mendes Santos	fjn	03.08.84	Los Angeles
2:04.37	João Mendes Santos	fjn	22.08.86	Madrid
2:03.96	João Mendes Santos	fjn	22.08.86	Madrid
2:03.74	João Mendes Santos	fjn	22.08.87	Estrasburgo
2:03.36	Diogo Castro Madeira	fjn	15.03.92	Sarcelles
2:03.15	Miguel Mendonça Cabrita	fjn	14.06.92	Charlotte
2:02.22	Diogo Castro Madeira	fjn	30.07.92	Barcelona
2:01.55	Diogo Castro Madeira	fjn	26.08.95	Viena
2:01.21	Diogo Castro Madeira	fjn	26.08.95	Viena
2:01.08	Simão Gomes Morgado	fjn	31.07.02	Berlim
1:59.99	Luís Miguel Monteiro	fjn	31.07.02	Berlim
1:59.67	Diogo Filipe Carvalho	fjn	27.03.07	Melbourne
1:59.00	Pedro Diogo Oliveira	fjn	20.03.08	Eindhoven
1:57.41	Pedro Diogo Oliveira	fjn	11.08.08	Pequim
1:56.71	Diogo Filipe Carvalho	fjn	02.04.09	Málaga
1:56.17	Pedro Fontoura Oliveira	fjn	28.07.09	Roma

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

2:28.9	Luís Vaz Jorge	fjn	31.08.60	Roma
2:18.3	Vítor Manuel Fonseca	fjn	18.10.64	Tóquio
2:17.7	Vítor Manuel Fonseca	indu	30.08.67	Tóquio
2:16.43	Paulo José Frischknecht	fjn	22.05.77	Mulhouse
2:13.23	Vítor Manuel Oliveira	fjn	17.06.78	Linz
2:11.33	Paulo José Frischknecht	fjn	26.04.80	Nancy
2:09.51	João Mendes Santos	fjn	25.04.81	Guadalupe
2:09.41	João Mendes Santos	fjn	11.09.81	Split
2:06.46	João Mendes Santos	fjn	17.04.83	Lisboa – Olivais
2:04.89	João Mendes Santos	fjn	26.08.83	Roma
2:04.72	João Mendes Santos	fjn	03.08.84	Los Angeles
2:04.37	João Mendes Santos	fjn	22.08.86	Madrid
2:03.96	João Mendes Santos	fjn	22.08.86	Madrid
2:03.74	João Mendes Santos	fjn	22.08.87	Estrasburgo
2:03.36	Diogo Castro Madeira	fjn	15.03.92	Sarcelles
2:03.15	Miguel Mendonça Cabrita	fjn	14.06.92	Charlotte
2:02.22	Diogo Castro Madeira	fjn	30.07.92	Barcelona
2:01.55	Diogo Castro Madeira	fjn	26.08.95	Viena

2:01.21	Diogo Castro Madeira	fpn	26.08.95	Viena
2:01.08	Simão Gomes Morgado	fpn	31.07.02	Berlim
1:59.99	Luís Miguel Monteiro	fpn	31.07.02	Berlim
1:59.67	Diogo Filipe Carvalho	fpn	27.03.07	Melbourne
1:59.00	Pedro Diogo Oliveira	fpn	20.03.08	Eindhoven
1:57.41	Pedro Diogo Oliveira	fpn	11.08.08	Pequim
1:56.71	Diogo Filipe Carvalho	fpn	02.04.09	Málaga
1:56.17	Pedro Fontoura Oliveira	fpn	28.07.09	Roma

#4X100 MARIPOSA

Absoluto - clubes - § (01.10.79)
4:17.0 tempo limite

#4X200 MARIPOSA

Absoluto - clubes - § (01.10.79)
10:54.0 tempo limite

200 ESTILOS

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

2:49.8	Paulo José Frischknecht	fpn	10.06.73	Neheim Hülen
2:45.3	Paulo José Frischknecht	fpn	29.07.73	Génova
2:44.3	João Mendes Santos	slb	31.07.76	Lisboa – Olivais
2:43.50	Vasco Castro Sousa	fpn	31.07.76	Génova
2:40.5	João Mendes Santos	slb	14.08.76	Lisboa – Olivais
2:40.5	Vasco Castro Sousa	fcp	14.08.76	Lisboa – Olivais
2:36.48	Sérgio Luz Pinto	fpn	22.07.78	Génova
2:35.65	José Carlos Moreira	fcp	07.08.78	Lisboa – Olivais
2:33.1	Rui Paulo Borges	fpn	20.07.80	Génova
2:27.7	Rui Paulo Borges	fpn	20.07.80	Génova
2:27.66	Hugo José Amorim	ind	23.07.94	S. João da Madeira

Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:27.07	Fábio Parrilha da Silva	cnal	23.07.00	S. João da Madeira
2:26.57	André Rodrigues Santos	sfuap	15.07.01	Lisboa – Restelo
2:24.45	André Rodrigues Santos	sfuap	29.07.01	Porto – Campanhã
2:23.06	Tomás Miguel Freitas	cdn	01.08.03	Rio Maior

Infantil B - § (01.10.04)

2:22.36	André Vilas Ruivo	dnmg	23.06.13	Coimbra
---------	-------------------	------	----------	---------

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:20.96	tempo limite			
2:18.73	David Miguel Ferro	sfuap	26.07.98	Porto – Campanhã
2:17.91	Tomás Miguel Freitas	cdn	25.07.04	Póvoa de Varzim

Infantil A - § (01.10.04)

2:16.63	Alexandre Lages Ribas	edv	24.07.11	Lisboa – E. Universitário
---------	-----------------------	-----	----------	---------------------------

Aspirante - § (1965) # (31.12.66)

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

3:12.6	Eduardo Pereira dos Santos	jsc	23.07.67	Évora
3:11.2	Eduardo Pereira dos Santos	jsc	02.09.67	Beja
3:06.0	Joaquim Mendes Bilro	lgc	28.07.68	Évora
2:40.4	Francisco Bessone Alves	sad	01.08.68	Lisboa – Olivais
2:38.7	Francisco Bessone Alves	sad	24.08.68	Beja
2:35.5	Francisco Bessone Alves	fpn	20.07.69	Belém
2:35.3	Henrique Carvalho Vicêncio	ind	13.08.72	Coimbra
2:33.6	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	19.06.73	Lisboa – Olivais
2:29.9	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	11.07.73	Lisboa – Olivais
2:28.2	Henrique Carvalho Vicêncio	fpn	08.08.73	Leeds
2:23.9	Paulo José Frischknecht	sad	02.08.75	Lisboa – Olivais
2:23.9*	Paulo José Frischknecht (recorde homologado em décimas; tempo oficial: 2:23.94)	fpn	08.08.75	Genebra

2:23.76	José Carlos Moreira	fpn	09.08.80	Skövde
2:22.44	José Carlos Moreira	fpn	23.01.81	Genebra
2:20.8	José Carlos Moreira	fcp	30.07.81	Lisboa – Olivais

2:17.9	Rui Paulo Borges	fcp	07.08.82	Póvoa de Varzim
2:17.44	Miguel Soares Carvalho	fcp	29.06.96	Porto – Campanhã
Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
2:13.79	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	27.07.97	Famalicao
2:11.19	Diogo Filipe Carvalho	cga	17.05.03	Lisboa – E. Universitário

Juvenil B - § (01.10.04)

2:11.16	João Alexandre Vital	fpn	30.06.13	San Marino
2:10.83	Jorge Jesus Silva	scb	26.07.15	Coimbra

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:13.88	tempo limite			
2:13.00	Ricardo Jorge Coxo	fpn	18.07.98	Moscovo
2:12.86	Pedro Miguel Mendonça	cvg	11.05.02	Jamor
2:11.84	Adriano Miguel Niz	cfv	19.05.02	Lisboa – E. Universitário
2:10.71	Adriano Miguel Niz	cfv	19.05.02	Lisboa – E. Universitário
2:08.94	Diogo Filipe Carvalho	fpn	03.07.04	Génova
2:08.11	Carlos Esteves Almeida	cna	31.07.04	Jamor

Juvenil A - § (01.10.04)

2:08.11	Carlos Esteves Almeida	cna	31.07.04	Jamor
---------	------------------------	-----	----------	-------

Júnior B - § (01.10.13)

2:04.32	Carlos Esteves Almeida	cna	17.07.05	Budapeste
---------	------------------------	-----	----------	-----------

Júnior - § (1965) # (30.09.13)

3:26.9	António José Trabuco	lgc	23.07.67	Évora
3:13.6	António José Trabuco	lgc	02.09.67	Beja
2:43.4	Carlos Monteiro da Silva	sad	04.08.68	Vila Franca de Xira
2:39.3	Júlio Pais Ribeiro	gdml	18.08.68	Vila Franca de Xira
2:37.8	Francisco Bessone Alves	sad	23.08.70	Lisboa – Olivais
2:37.6	Carlos Heitor e Silva	slb	09.08.72	Lisboa – Olivais
2:37.1	António Paulo Vasconcelos	cnlu	05.01.73	Luanda
2:36.3	António Paulo Vasconcelos	cnlu	17.03.73	Luanda
2:36.0	António Paulo Vasconcelos	apda	15.04.73	Luanda
2:31.2	António Paulo Vasconcelos	cnlu	17.08.73	Coimbra
2:29.5	Henrique Carvalho Vicêncio	fpn	15.04.74	Leeds
2:28.1	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	01.07.74	Lisboa – Olivais
2:26.3	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	09.08.74	Lisboa – Olivais
2:25.4	Henrique Carvalho Vicêncio	sad	02.08.75	Lisboa – Olivais
2:24.8	António Botelho de Melo	fpn	06.06.76	Neheim Hülen
2:22.03	Rui Pinto Abreu	fpn	05.08.76	Oslo
2:19.8	Rui Pinto Abreu	cac	14.08.76	Lisboa – Olivais
2:17.41	Rui Pinto Abreu	fpn	18.08.77	Jönköping
2:15.4	João Mendes Santos	slb	08.08.81	Coimbra
2:13.97	Diogo Castro Madeira	slb	31.07.87	Porto – Campanhã
2:13.88	João Pedro Coias	sad	23.07.93	Lisboa – Restelo
2:13.77	João Pedro Coias	sad	30.01.94	Lisboa – Olivais
2:13.73	André Maia Vicente	fpn	04.08.94	Pardubice
2:13.08	Daniel Luís Mendes	fpn	16.04.95	Atenas
2:12.54	Daniel Luís Mendes	fpn	19.07.95	Genebra
2:11.99	Daniel Luís Mendes	sfuap	04.08.95	Coimbra
2:10.79	Tiago Azevedo Lousada	fcp	25.01.98	Lisboa – E. Universitário
2:10.19	Duarte Rafael Mourão	gesl	24.03.01	Jamor
2:09.51	Duarte Rafael Mourão	fpn	08.04.01	Jamor
2:08.21	Adriano Miguel Niz	cfv	29.03.03	Lisboa – Restelo
2:07.50	Adriano Miguel Niz	cfv	21.12.03	Lisboa – E. Universitário
2:07.18	Adriano Miguel Niz	fpn	04.04.04	Oswiecim
2:07.02	Adriano Miguel Niz	fpn	18.07.04	Jamor
2:06.68	Carlos Esteves Almeida	cna	19.03.05	Jamor
2:06.26	Carlos Esteves Almeida	cna	17.07.05	Budapeste
2:04.32	Carlos Esteves Almeida	cna	17.07.05	Budapeste

Júnior A - § (01.10.13)

2:04.06	Carlos Esteves Almeida	cna	24.03.06	Lisboa – E. Universitário
---------	------------------------	-----	----------	---------------------------

Sénior - § (1965)

3:26.8	José Baltazar Tavares	lgc	22.07.67	Évora
2:46.7	Joaquim Ferreira Alves	sad	02.09.67	Beja
2:36.1	Joaquim Ferreira Alves	sad	24.08.68	Beja
2:35.2	Francisco Bessone Alves	fpn	05.08.71	Madrid - C. Campo
2:34.9	Francisco Bessone Alves	ind	28.08.71	Coimbra
2:33.3	Carlos Alberto Oliveira	fpn	27.07.72	Coimbra
2:33.1	Francisco Bessone Alves	ind	19.08.72	Évora

2:32.8	Francisco Bessone Alves	ani	15.04.73	Luanda
2:30.3	Francisco Bessone Alves	sad	17.08.73	Coimbra
2:29.82	Luís Lopes Santos	fpn	07.08.76	Modena
2:27.5	José Gomes Pereira	sad	14.08.76	Lisboa – Olivais
2:26.2	António Botelho de Melo	cac	21.07.77	Coimbra
2:23.03	António Botelho de Melo	cac	08.08.77	Coimbra
2:16.21	Rui Pinto Abreu	fpn	17.06.78	Linz
2:15.82	Rui Pinto Abreu	cac	07.08.78	Lisboa – Olivais
2:15.26	Rui Pinto Abreu	fpn	17.08.78	Berlim Ocidental
2:12.87	Rui Pinto Abreu	fpn	24.08.78	Berlim Ocidental
2:12.66	Rui Pinto Abreu	fpn	27.05.79	Seraing
2:12.59	Rui Paulo Borges	fpn	11.08.85	Sofia
2:12.53	Vasco Castro Sousa	fpn	15.02.86	Barcelona
2:12.52	Vasco Castro Sousa	fpn	15.02.86	Barcelona
2:12.40	Rui Paulo Borges	fcp	01.03.86	Lisboa – Olivais
2:11.28	Rui Paulo Borges	fcp	01.08.86	Lisboa – Olivais
2:10.23	Vasco Castro Sousa	fpn	23.08.86	Madrid
2:10.21	Diogo Castro Madeira	fpn	25.09.88	Seul
2:09.65	Diogo Castro Madeira	fpn	20.08.89	Bona
2:09.64	Diogo Castro Madeira	fpn	06.04.90	La Paz BC
2:09.03	Rui Paulo Borges	fcp	09.08.91	Lisboa – Olivais
2:08.56	Diogo Castro Madeira	fpn	15.03.92	Sarcelles
2:07.38	Diogo Castro Madeira	fpn	31.07.92	Barcelona
2:06.81	Nuno Filipe Laurentino	sad	10.01.99	Jamor
2:06.44	Nuno Filipe Laurentino	sad	28.07.00	Lisboa – Restelo
2:05.87	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	24.03.01	Jamor
2:02.80	Nuno Filipe Laurentino	sad	11.05.02	Jamor
2:02.41	Diogo Filipe Carvalho	fpn	12.04.07	Cádiz
2:00.40	Diogo Filipe Carvalho	fpn	19.03.08	Eindhoven
1:59.96	Diogo Filipe Carvalho	fpn	05.04.09	Málaga
1:59.54	Diogo Filipe Carvalho	fpn	07.04.11	Eindhoven
1:59.51	Diogo Filipe Carvalho	fpn	27.07.11	Xangai
1:59.39	Diogo Filipe Carvalho	fpn	31.07.13	Barcelona
1:58.88	Alexis Manaças Santos	scp	01.04.17	Coimbra
Absoluto - § (1965)				
3:26.8	José Baltazar Tavares	lgc	22.07.67	Évora
3:12.6	Eduardo Pereira dos Santos	jsc	23.07.67	Évora
2:46.7	Joaquim Ferreira Alves	sad	02.09.67	Beja
2:40.4	Francisco Bessone Alves	sad	01.08.68	Lisboa – Olivais
2:39.3	Júlio Pais Ribeiro	gdml	18.08.68	Vila Franca de Xira
2:36.1	Joaquim Ferreira Alves	sad	24.08.68	Beja
2:35.5	Francisco Bessone Alves	fpn	20.07.69	Belém
2:35.2	Francisco Bessone Alves	fpn	05.08.71	Madrid – C. Campo
2:34.9	Francisco Bessone Alves	ind	28.08.71	Coimbra
2:33.3	Carlos Alberto Oliveira	fpn	27.07.72	Coimbra
2:33.1	Francisco Bessone Alves	ind	19.08.72	Évora
2:32.8	Francisco Bessone Alves	ani	15.04.73	Luanda
2:29.9	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	11.07.73	Lisboa – Olivais
2:28.2	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	08.08.73	Leeds
2:28.1	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	01.07.74	Lisboa – Olivais
2:26.3	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	09.08.74	Lisboa – Olivais
2:23.9	Paulo José Frischknecht	sad	02.08.75	Lisboa – Olivais
2:23.9*	Paulo José Frischknecht (recorde homologado em décimas; tempo oficial: 2:23.94)	fpn	08.08.75	Genebra
2:22.03	Rui Pinto Abreu	fpn	05.08.76	Oslo
2:19.8	Rui Pinto Abreu	cac	14.08.76	Lisboa – Olivais
2:17.41	Rui Pinto Abreu	fpn	18.08.77	Jönköping
2:16.21	Rui Pinto Abreu	fpn	17.06.78	Linz
2:15.82	Rui Pinto Abreu	cac	07.08.78	Lisboa – Olivais
2:15.26	Rui Pinto Abreu	fpn	17.08.78	Berlim Ocidental
2:12.87	Rui Pinto Abreu	fpn	24.08.78	Berlim Ocidental
2:12.66	Rui Pinto Abreu	fpn	27.05.79	Seraing
2:12.59	Rui Paulo Borges	fpn	11.08.85	Sofia
2:12.53	Vasco Castro Sousa	fpn	15.02.86	Barcelona
2:12.52	Vasco Castro Sousa	fpn	15.02.86	Barcelona
2:12.40	Rui Paulo Borges	fcp	01.03.86	Lisboa – Olivais
2:11.28	Rui Paulo Borges	fcp	01.08.86	Lisboa – Olivais
2:10.23	Vasco Castro Sousa	fpn	23.08.86	Madrid
2:10.21	Diogo Castro Madeira	fpn	25.09.88	Seul
2:09.65	Diogo Castro Madeira	fpn	20.08.89	Bona
2:09.64	Diogo Castro Madeira	fpn	06.04.90	La Paz BC

2:09.03	Rui Paulo Borges	fcp	09.08.91	Lisboa – Olivais
2:08.56	Diogo Castro Madeira	fpn	15.03.92	Sarcelles
2:07.38	Diogo Castro Madeira	fpn	31.07.92	Barcelona
2:06.81	Nuno Filipe Laurentino	sad	10.01.99	Jamor
2:06.44	Nuno Filipe Laurentino	sad	28.07.00	Lisboa – Restelo
2:05.87	Ricardo Jorge Coxo	sfuap	24.03.01	Jamor
2:02.80	Nuno Filipe Laurentino	sad	11.05.02	Jamor
2:02.41	Diogo Filipe Carvalho	fpn	12.04.07	Cádiz
2:00.40	Diogo Filipe Carvalho	fpn	19.03.08	Eindhoven
1:59.96	Diogo Filipe Carvalho	fpn	05.04.09	Málaga
1:59.54	Diogo Filipe Carvalho	fpn	07.04.11	Eindhoven
1:59.51	Diogo Filipe Carvalho	fpn	27.07.11	Xangai
1:59.39	Diogo Filipe Carvalho	fpn	31.07.13	Barcelona
1:58.88	Alexis Manaças Santos	scp	01.04.17	Coimbra

400 ESTILOS

Infantil - # (30.09.96)

5:41.9	Vasco Machado Leite	slb	12.07.80	Lisboa – Olivais
5:08.32	Rui Paulo Borges	fcp	31.07.80	Lisboa – Olivais
5:07.83	Rui Paulo Borges	fcp	16.08.80	Coimbra
Grupo 4 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
5:07.83	tempo limite			
5:02.73	André Rodrigues Santos	sfuap	27.07.01	Porto – Campanhã
4:59.28	Tomás Miguel Freitas	cdn	25.07.03	Lisboa – Restelo
Infantil B - § (01.10.04)				
4:57.17	André Vilas Ruivo	dnmg	21.06.13	Coimbra
4:54.87	André Vilas Ruivo	dnmg	12.07.13	S. João da Madeira
Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
4:48.4	tempo limite			
4:46.20	Tomás Miguel Freitas	cdn	23.07.04	Póvoa de Varzim
Infantil A - § (01.10.04)				
4:46.20	Tomás Miguel Freitas	cdn	23.07.04	Póvoa de Varzim

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)**Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)**

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)				
5:58.0	José Guedes Neves	fcp	20.08.72	Évora
5:54.7	José Guilherme Loureiro	cdna	18.03.73	Luanda
5:20.5	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	19.08.73	Coimbra
5:14.3	Paulo José Frischknecht	sad	19.07.75	Lisboa – Olivais
5:14.05	João Mendes Santos	slb	05.08.78	Lisboa – Olivais
5:06.76	José Carlos Moreira	fpn	04.07.80	Darmstadt
5:01.3	José Carlos Moreira	fcp	31.07.81	Lisboa – Olivais
4:48.40	Rui Paulo Borges	fcp	06.08.81	Coimbra
4:48.10	João Pedro Coias	sad	06.08.92	Aveiro
Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
4:48.10	tempo limite			
4:40.60	Diogo Filipe Carvalho	cga	17.05.03	Lisboa – E. Universitário
4:40.16	Diogo Filipe Carvalho	cga	17.05.03	Lisboa – E. Universitário
Juvenil B - § (01.10.04)				
4:39.98	João Alexandre Vital	adrcimm	26.05.13	Coimbra
4:37.06	João Alexandre Vital	fpn	16.07.13	Utrecht
Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
4:42.67	tempo limite			
4:41.31	Adriano Miguel Niz	cfv	18.05.02	Lisboa – E. Universitário
4:37.49	Adriano Miguel Niz	cfv	18.05.02	Lisboa – E. Universitário
4:37.24	Diogo Filipe Carvalho	cga	29.07.04	Jamor
4:33.24	Diogo Filipe Carvalho	cga	29.07.04	Jamor
Juvenil A - § (01.10.04)				
4:32.66	João Alexandre Vital	adrcimm	01.06.14	Coimbra
Júnior B - § (01.10.13)				
4:30.51	Carlos Esteves Almeida	cna	18.03.05	Jamor
4:25.23	João Alexandre Vital	fpn	29.08.15	Singapura

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

6:00.1	Fernando Freire Costa	avcm	05.09.64	Évora
5:48.4	Júlio Pais Ribeiro	gdlim	03.09.67	Beja
5:45.0	Júlio Pais Ribeiro	gdlim	25.08.68	Beja
5:39.2	António Paulo Vasconcelos	cnlu	15.08.72	Coimbra
5:38.5	António Paulo Vasconcelos	cnlu	20.08.72	Évora
5:33.3	António Paulo Vasconcelos	apda	12.04.73	Luanda
5:27.8	António Paulo Vasconcelos	cnlu	19.08.73	Coimbra
5:24.9	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	06.07.74	Lisboa – Olivais
5:13.6	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	11.08.74	Lisboa – Olivais
5:13.4	António Botelho de Melo	cac	21.08.75	Coimbra
5:03.8	António Botelho de Melo	fpn	05.06.76	Neheim Hūsten
4:58.69	Paulo José Frischknecht	sad	06.08.77	Coimbra
4:57.40	João Mendes Santos	slb	04.08.79	Lisboa – Olivais
4:52.6	João Mendes Santos	slb	31.07.80	Lisboa – Olivais
4:51.15	João Mendes Santos	fpn	23.08.80	Lisboa – Olivais
4:48.32	João Mendes Santos	slb	06.08.81	Coimbra
4:42.67	Rui Paulo Borges	fpn	15.04.83	Lisboa – Olivais
4:39.22	Rui Paulo Borges	fpn	16.03.84	Mérida MEX
4:34.60	Paulo Fraguero Franco	cdn	05.08.99	Famalicão
4:34.57	Duarte Rafael Mourão	fpn	11.07.02	Linz
4:33.36	Adriano Miguel Niz	cfv	28.03.03	Lisboa – Restelo
4:32.89	Adriano Miguel Niz	cfv	20.12.03	Lisboa – E. Universitário
4:32.20	Adriano Miguel Niz	cfv	05.03.04	Póvoa de Varzim
4:32.03	Pedro Miguel Mendonça	fpn	15.07.04	Jamor
4:31.53	Pedro Miguel Mendonça	cna	29.07.04	Jamor
4:30.51	Carlos Esteves Almeida	cna	18.03.05	Jamor
4:28.70	Carlos Esteves Almeida	cna	26.03.06	Lisboa – E. Universitário
4:26.40	Alexis Manaças Santos	scp	30.07.10	Coimbra
Júnior A - § (01.10.13)				
4:25.52	João Alexandre Vital	fpn	24.01.16	Antuérpia
4:23.85	João Alexandre Vital	scp	11.03.16	Jamor
4:22.25	João Alexandre Vital	scp	22.07.16	Jamor

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)
Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

5:23.9	António Bessone Basto	fpn	19.08.62	Leipzig
5:19.7	António Bessone Basto	fpn	14.10.64	Tóquio
5:13.1	Luís Lopes Santos	cfp	12.08.76	Lisboa – Olivais
5:00.83	António Botelho de Melo	cac	06.08.77	Coimbra
4:56.20	Paulo José Frischknecht	sad	05.08.78	Lisboa – Olivais
4:54.50	José Baltar Leite	fpn	06.04.79	Rio de Janeiro
4:51.75	José Baltar Leite	fpn	18.04.80	Madrid
4:48.2	Rui Pinto Abreu	anc	03.05.80	Orense
4:45.93	Vasco Castro Sousa	fpn	15.04.82	Buenos Aires
4:41.60	Rui Paulo Borges	fpn	18.01.85	Estrasburgo
4:41.45	Rui Paulo Borges	fpn	07.08.85	Sofia
4:39.50	Rui Paulo Borges	fpn	16.02.86	Barcelona
4:36.94	Rui Paulo Borges	fcp	02.03.86	Lisboa – Olivais
4:35.26	Rui Paulo Borges	fpn	02.05.87	Buenos Aires
4:31.39	Rui Paulo Borges	fpn	19.08.87	Estrasburgo
4:30.79	Rui Paulo Borges	fpn	20.09.88	Seul
4:29.47	Duarte Rafael Mourão	gestl	26.03.04	Jamor
4:28.10	Duarte Rafael Mourão	gestl	18.03.05	Jamor
4:26.42	Carlos Esteves Almeida	fpn	01.04.07	Melbourne
4:24.58	Carlos Esteves Almeida	fpn	09.12.07	Eindhoven
4:23.89	Carlos Esteves Almeida	fpn	24.03.08	Eindhoven
4:19.54	Diogo Filipe Carvalho	cga	28.03.09	Lisboa – E. Universitário
4:18.08	Diogo Filipe Carvalho	fpn	02.08.09	Roma
4:16.30	Alexis Manaças Samtos	fpn	04.08.13	Barcelona
4:15.84	Alexis Manaças Samtos	fpn	06.08.16	Rio de Janeiro

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

5:23.9	António Bessone Basto	fpn	19.8.62	Leipzig
5:19.7	António Bessone Basto	fpn	14.10.64	Tóquio
5:13.6	Henrique Carvalho Vicêncio	slb	11.08.74	Lisboa – Olivais
5:13.4	António Botelho de Melo	cac	21.08.75	Coimbra
5:03.8	António Botelho de Melo	fpn	05.06.76	Neheim Hūsten
4:58.69	Paulo José Frischknecht	sad	06.08.77	Coimbra
4:56.20	Paulo José Frischknecht	sad	05.08.78	Lisboa – Olivais
4:54.50	José Baltar Leite	fpn	06.04.79	Rio de Janeiro

4:51.75	José Baltar Leite	fpn	18.04.80	Madrid
4:48.2	Rui Pinto Abreu	anc	03.05.80	Orense
4:45.93	Vasco Castro Sousa	fpn	15.04.82	Buenos Aires
4:42.67	Rui Paulo Borges	fpn	15.04.83	Lisboa – Olivais
4:39.22	Rui Paulo Borges	fpn	16.03.84	Mérida MEX
4:36.94	Rui Paulo Borges	fcp	02.03.86	Lisboa – Olivais
4:35.26	Rui Paulo Borges	fpn	02.05.87	Buenos Aires
4:31.39	Rui Paulo Borges	fpn	19.08.87	Estrasburgo
4:30.79	Rui Paulo Borges	fpn	20.09.88	Seul
4:29.47	Duarte Rafael Mourão	gestl	26.03.04	Jamor
4:28.10	Duarte Rafael Mourão	gestl	18.03.05	Jamor
4:26.42	Carlos Esteves Almeida	fpn	01.04.07	Melbourne
4:24.58	Carlos Esteves Almeida	fpn	09.12.07	Eindhoven
4:23.89	Carlos Esteves Almeida	fpn	24.03.08	Eindhoven
4:19.54	Diogo Filipe Carvalho	cga	28.03.09	Lisboa – E. Universitário
4:18.08	Diogo Filipe Carvalho	fpn	02.08.09	Roma
4:16.30	Alexis Manaças Samtos	fpn	04.08.13	Barcelona
4:15.84	Alexis Manaças Samtos	fpn	06.08.16	Rio de Janeiro

4x50 ESTILOS
Júnior - clubes - § (01.10.04)

sem tempo limite				
1:54.21	João Pedro Glória, Jorge Filipe Moucheira, Manuel Eduardo Almeida, José João Bica	cvg	28.05.05	Lisboa – E. Universitário
1:53.11	João Pedro Glória, Jorge Filipe Moucheira, Manuel Eduardo Almeida, José João Bica	cvg	28.05.05	Lisboa – E. Universitário
1:50.13	Mário João Costa, João Miguel Ferreira, Paulo Ricardo Araújo, Jorge Manuel Maia	gdnfama	07.07.07	Famalicão
1:48.60	Samuel Patrício Queirós, Sérgio Baptista Silva, Carlos Filipe Santos, Rui Filipe Vilar	fcp	28.03.09	Lisboa – E. Universitário
1:48.28	Alexis Manaças Santos, Diogo Filipe Matos, João Pedro Coutinho, Pedro Miguel Agostinho	scp	10.04.10	Coimbra

Júnior - seleções - § (01.10.04)

sem tempo limite				
1:48.18	Viktor Kot, António Fernandes Carricho, Bernardo Santos Clemente, Francisco Rogério Santos	andl	14.05.16	Gijón
1:47.46	Francisco Rogério Santos, António Fernandes Carricho, José Paula Carvalho, Frederico Sucena Riachos	fpn	04.06.16	Porto - Campanhã

Sénior - clubes - § (01.10.04)

sem tempo limite				
1:52.96	Adriano Miguel Niz, Excelso Antunes Lages, Luís Miguel Neves, Fábio Manuel Pereira	cfv	19.06.05	Porto – Campanhã
1:48.06	Adriano Miguel Niz, Henrique Pereira Neiva, Fábio Manuel Pereira, Vasco Vieira Lopes	cfv	19.06.05	Porto – Campanhã
1:47.62	Adriano Miguel Niz, Henrique Pereira Neiva, João Amaral Pereira, Fábio Manuel Pereira	cfv	18.06.06	Porto – Campanhã
1:46.93	Nuno Filipe Laurentino, Tiago Ramos Barroso, Duarte Rafael Mourão, Miguel Martins Pires	sad	19.05.07	Coimbra
1:45.88	Adriano Miguel Niz, Henrique Pereira Neiva, Fábio Manuel Pereira, Vasco Vieira Lopes	cfv	01.06.08	Porto – Campanhã
1:45.73	João Ricardo Pedro, Jaime Marques Duarte, Simão Gomes Morgado, Fábio André Figueira	cna	30.05.09	Coimbra
1:42.03	João Ricardo Pedro, Carlos Esteves Almeida, Simão Gomes Morgado, Fábio André Figueira	cna	20.07.09	Faro

Sénior - seleções - § (01.10.04)

sem tempo limite				
Absoluto - clubes - § (01.10.79)				
tempo limite				
2:04.0	Paulo Miguel Souto, Vasco Castro Sousa, José Pedro Santana, José Cabral Vaz	cfp	30.06.85	Porto – Campanhã
2:00.3	José Carlos Moreira, Rui Paulo Borges, Sérgio Alexandre Esteves, José Pedro Viana	fcp	03.05.86	Mulhouse
1:58.47	José Carlos Moreira, Rui Paulo Borges, Sérgio Alexandre Esteves, José Pedro Viana	fcp	03.05.86	Mulhouse
1:51.3	José Carlos Meinado, Paulo Manuel Trindade, Mabilio António Albuquerque, Sérgio Alexandre Esteves	fcp	06.03.88	Lisboa – Olivais
1:50.73	José Carlos Meinado, Paulo Manuel Trindade,			

1:49.61	Mabílio António Albuquerque, Sérgio Alexandre Esteves José Carlos Meinedo, Paulo Manuel Trindade,	fcp	16.04.88	Luxemburgo
1:49.23	Mabílio António Albuquerque, Sérgio Alexandre Esteves Rui Paulo Borges, António Adérito Chaves,	fcp	17.04.88	Luxemburgo
1:48.97	Sérgio Alexandre Esteves, Paulo Manuel Trindade Miguel Cabral Machado, Rodolfo Pereira Nunes, Paulo Manuel Trindade, António Luís Portela	fcp	05.05.91	Eindhoven
1:47.80	João Sousa Fernandes, Ricardo Manuel Clemente, Simão Gomes Morgado, Ivan Fernandes Abreu	cna	29.06.96	Porto – Campanhã
1:46.52	Nuno Filipe Laurentino, Tiago Ramos Barroso, Duarte Bruno Mendonça, Tiago Azevedo Laranjo	sad	21.05.00	Lisboa – E. Universitário
1:45.69	João Sousa Fernandes, Ricardo Manuel Clemente, Simão Gomes Morgado, Ivan Fernandes Abreu	cna	14.07.00	Jamor
1:45.04	João Sousa Fernandes, Ricardo Manuel Clemente, Simão Gomes Morgado, Gil Maia Santos	cna	19.05.01	Lisboa – E. Universitário
1:43.73	Carlos Filipe Santos, Gil Gonçalves Pinto, João Filipe Carvalho, Paulo Jorge Santos	fcp	19.05.01	Lisboa – E. Universitário
1:42.03	João Ricardo Pedro, Carlos Esteves Almeida, Simão Gomes Morgado, Fábio André Figueira	cna	30.05.09	Coimbra
			20.07.09	Faro

Absoluto - seleções - § (01.10.04)
sem tempo limite

1:48.18	Viktor Kot, António Fernandes Carriço, Bernardo Santos Clemente, Francisco Rogério Santos	andl	14.05.16	Gijón
1:47.46	Francisco Rogério Santos, António Fernandes Carriço, José Paula Carvalho, Frederico Sucena Riachos	fjn	04.06.16	Porto - Campanhã

4X100 ESTILOS

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

5:57.3	Jaime Sequeira Lourenço, Carlos Correia da Silva, Paulo Silva Alves, Vítor Costa Marques	sfuap	11.07.73	Lisboa – Olivais
5:51.9	Carlos Estevão Modesto, Mário Nuno Soares, José Dias Tomé, Rui Araújo Paulo	sad	05.07.74	Lisboa – Olivais
5:31.3	José Manuel Borges, Fernando Cobian Silva, Paulo Sousa Torres, Vasco Castro Sousa	fcp	10.08.74	Lisboa – Olivais
5:29.6	Jacob Carlos Frischknecht, José Sarabando Fidalgo, Mário Nuno Soares, Manuel Rui Carrelhas	sad	21.08.75	Coimbra
5:06.5	João Paulo Torres Pinto, Nuno António Lobo, Vasco Castro Sousa, Rogério Nascimento Silva	fcp	12.08.76	Lisboa – Olivais
4:56.43	José Pedro Soares, Paulo Manuel Trindade, Rui Paulo Borges, Paulo Araújo Almeida	fcp	31.07.80	Lisboa – Olivais
4:53.5	Nuno Miguel Resende, Miguel Nobre Bispo, Diogo Castro Madeira, José Luís Gonçalves	slb	09.07.83	Lisboa – Olivais
4:51.0	Nuno Miguel Resende, Miguel Nobre Bispo, Diogo Castro Madeira, José Luís Gonçalves	slb	29.07.83	Coimbra
4:47.42	Pedro Jorge Gonçalves, Pedro Alexandre Coutinho, António Manuel Cortesão, Ricardo Jorge Neves	fjn	06.04.85	Lisboa – Olivais
4:44.10	José Alexandre Guerra, Rodolfo Pereira Nunes, Sérgio Filipe Souto, José Silva Miranda	fjn	05.04.86	Zurique
4:41.43	João Pinho Serra, Rui Pedro Jerónimo, José Eduardo Couteiro, Hugo Raposo Oliveira	fjn	01.04.89	Lisboa – Olivais

Grupo 4 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:41.43	João Pinho Serra, Rui Pedro Jerónimo, José Eduardo Couteiro, Hugo Raposo Oliveira	fjn	01.04.89	Lisboa – Olivais
---------	--	-----	----------	------------------

Grupo 4 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:44.38 tempo limite

Infantil B - clubes - § (01.10.04)

4:43.51	Sérgio Fernando Silva, Rafael Filipe Nunes, Miguel Ângelo Alves, Gonçalo Filipe Lopes	anam	31.05.09	Vila Franca de Xira
4:42.86	Sérgio Fernando Silva, Rafael Filipe Nunes, Miguel Ângelo Alves, Gonçalo Filipe Lopes	anam	05.07.09	Vila Franca de Xira
4:42.31	Sérgio Fernando Silva, Rafael Filipe Nunes, Miguel Ângelo Alves, Gonçalo Filipe Lopes	anam	26.07.09	S. João da Madeira
4:41.06	João Pereira Tinoco, Miguel Ângelo Santos, Hugo Gabriel Morais, Daniel Pereira Silva	gdnfama	14.07.13	S. João da Madeira

Grupo 4 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:41.43 tempo limite

Infantil B - seleções - § (01.10.04)

4:39.39	Rafael Alcântara Aires, Renato Barros Frischknecht, Ricardo Pinela Ferreira, Rodrigo Ponte Jorge	anl	10.05.14	V. Franca Xira
4:34.54	Diogo Nuno Valente, Martim Rebelo Malfeito, Rafael Moreira Oliveira, Diogo Santos Costa	anl	14.06.15	V. Franca Xira

Grupo 3 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:39.77	João Carlos Monteiro, Pedro Mesquita Morais, Ivo Ricardo Seco, Luís Miguel Monteiro	fcp	05.07.97	Famalicão
4:38.11	Maurício Madeira Nunes, João Tiago Cardoso, Marcos Ricardo Graça, Hélder Valentim Pais	sfuap	26.07.97	Famalicão

Grupo 3 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:38.11	tempo limite			
4:35.70	Pedro Miguel Martins David Miguel Ferro, Bruno Miguel Ramos Filipe Severino Gomes	sfuap	12.07.98	Lisboa – E. Universitário
4:30.03	David Miguel Ferro Pedro Miguel Martins, Bruno Miguel Ramos Filipe Severino Gomes	sfuap	26.07.98	Porto – Campanhã
4:27.68	Nuno Alberto Pereira, André Maia Silva, João Amaral Pereira, Alexandre Silva Guimarães	cfv	29.07.01	Porto – Campanhã
4:27.26	Jorge Manuel Maia, João Miguel Ferreira, Paulo Ricardo Araújo, Nuno José Simões	gdnfama	27.07.03	Lisboa – Restelo

Infantil A - clubes - § (01.10.04)

4:21.67	André Isaias Guimarães, Luís Manuel Fernandes, Rafael Ribeiro Pinho, Nuno Gonçalo Martins	gdnfama	26.07.09	S. João da Madeira
4:20.87	João Pereira Tinoco, Daniel Pereira Silva, Hugo Gabriel Morais, José Pedro Freitas	gdnfama	29.06.14	Famalicão
4:18.17	João Pereira Tinoco, Daniel Pereira Silva, Hugo Gabriel Morais, José Pedro Freitas	gdnfama	20.07.14	Loulé

Grupo 3 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:28.20 tempo limite

Infantil A - seleções - § (01.10.04)

4:27.74	José Tomás Simeão, Tomás Dias Ferreira, João Pedro Silva, Diogo Leal Dantas	anl	10.05.14	V. Franca Xira
4:19.53	Rafael Alcântara Aires, Renato Barros Frischknecht, Ricardo Pinelo Ferreira, David Matias Cristino	anl	14.06.15	V. Franca Xira
4:13.95	Diogo Nuno Valente, Martim Rebelo Malfeito, Vicente Oliveira Gomes, Diogo Santos Costa	anl	15.05.16	V. Franca Xira

Infantil - clubes - § (01.10.13)

4:20.87	João Pereira Tinoco, Daniel Pereira Silva, Hugo Gabriel Morais, José Pedro Freitas	gdnfama	29.06.14	Famalicão
4:18.17	João Pereira Tinoco, Daniel Pereira Silva, Hugo Gabriel Morais, José Pedro Freitas	gdnfama	20.07.14	Loulé

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

5:53.7	João Souto Gonçalves, Daniel Cristo Correia, Rogério Gonçalves Figueiredo, José Eduardo Rodrigues	sad	04.08.68	Vila Franca de Xira
5:42.4	Francisco Bessone Alves, Rogério Gonçalves Figueiredo, Daniel Cristo Correia, José Eduardo Rodrigues	sad	18.08.68	Vila Franca de Xira
5:34.5	António José Alegria, João Furtado Valério, Carlos Porto Ambrósio, Francisco Bessone Alves	sad	06.08.69	Lisboa – Olivais
5:21.8	António José Alegria, João Furtado Valério, Francisco Bessone Alves, Luís Bleck Silva	sad	24.08.69	Évora
5:17.8	Luís Bleck Silva, José Luís Almeida, Carlos Porto Ambrósio, José Gomes Pereira	sad	01.08.70	Lisboa – Olivais
4:54.3	Luís Cavaleiro Madeira, Henrique Carvalho Vicêncio, Joaquim Jesus Carvalho, José Guedes Neves	fjn	28.07.72	Coimbra
4:52.2	Amílcar José Naldo, Carlos Estevão Modesto, Carlos Alberto Serra, Mário Nuno Soares	sad	24.07.76	Tróia
4:47.48	João Paulo Torres Pinto, Nuno António Lobo, Vasco Castro Sousa, Rogério Nascimento Silva	fcp	06.08.77	Coimbra
4:37.4	João Paulo Torres Pinto, Nuno António Lobo, Vasco Castro Sousa, Rogério Nascimento Silva	fcp	05.08.78	Lisboa – Olivais
4:30.97	Diogo Castro Madeira, Nuno Sousa Viegas, Humberto Araújo Vieira, Hélder António Firmo	slb	09.08.84	Coimbra
4:30.78	Pedro Luz Pinto, Pedro Alexandre Caldas, Emílio Nuno Frischknecht, Gonçalo Sajara Madeira	fjn	06.04.85	Lisboa – Olivais

4:26.8	Pedro Luz Pinto, Miguel Costa Santos, Diogo Castro Madeira, José Luís Gonçalves	slb	15.06.85	Lisboa – Olivais
4:25.44	Pedro Luz Pinto, Miguel Costa Santos, Diogo Castro Madeira, José Luís Gonçalves	slb	08.08.85	Porto – Campanhã
4:22.67	José Silva Miranda, Rodolfo Pereira Nunes, Nuno Miguel Recarei, Alexandre Cardoso Fortunato	cfp	04.08.88	Lisboa – Olivais
4:17.88	João Ribeiro Conde, José Guilherme Couto, Ricardo Jorge Santos, Miguel Azevedo Portela	fjn	07.07.93	Walkenswaard
4:15.88	José Frederico Cavalheiro, Ricardo Gomes Macedo, Hugo José Amorim, Miguel Soares Carvalho	fjn	23.06.96	Atenas
Grupo 2 - § (01.10.96) # (31.05.98)				
4:15.88	José Frederico Cavalheiro, Ricardo Gomes Macedo, Hugo José Amorim, Miguel Soares Carvalho	fjn	23.06.96	Atenas
Grupo 2 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
4:15.88	tempo limite			
4:13.73	Pedro Miguel Martins, Bruno Miguel Ramos, David Miguel Ferro, Filipe Severino Gomes	sfuap	01.08.99	Lisboa – E. Universitário
Juvenil B - clubes - § (01.10.04)				
4:11.65	João Diogo Neves, Pedro Afonso Centeno, Diogo Gomes Sousa, David Rodrigues Luís	cvg	01.08.10	Coimbra
4:11.24	João Pedro Belo, Miguel Monteiro Cruchinho, Bruno Miguel Serrano, Eduardo José Castelo	scp	29.07.12	Jamor
4:09.78	João Pereira Tinoco, Miguel Ângelo Santos, Hugo Gabriel Morais, José Pedro Freitas	gdnfama	04.04.15	Coimbra
4:08.58	Diogo Nuno Valente, Martim Rebelo Malfeito, Ruy Manuel Domingos, Vicente Oliveira Gomes	scp	23.07.17	Jamor
Grupo 2 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
4:15.88	tempo limite			
Juvenil B - seleções - § (01.10.04)				
4:15.56	José Tomás Simeão, Simão Correia Ricardo, João Pedro Silva, Diogo Leal Dantas	anl	14.06.15	V. Franca Xira
4:11.00	Rafael Alcântara Aires, Guilherme Filipe Alcobia, Ricardo Pinela Ferreira, Gonçalo Carvalho Ferrão	anl	15.05.16	V. Franca Xira
4:06.22	Martim Primavera Alfama, Afonso Amaro Santos, Vicente Oliveira Gomes, Diogo Santos Costa	anl	21.05.17	Vila Franca de Xira
Grupo 1 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
sem tempo limite				
4:15.11	Bruno Gama Freitas, Hugo Alexandre Jerónimo, Ricardo Jorge Coxo, André Filipe Sequeira	sfuap	30.07.98	Jamor
4:13.19	Pedro Miguel Martins, Bruno Miguel Ramos, David Miguel Ferro, Filipe Severino Gomes	sfuap	27.07.00	Lisboa – Restelo
4:11.14	Adriano Miguel Niz, David Neiva Moreira, Fábio Manuel Pereira, João Carlos Maia	cfv	07.07.02	Famalicão
4:10.71	Adriano Miguel Niz, David Neiva Moreira, Fábio Manuel Pereira, João Carlos Maia	cfv	28.07.02	Jamor
4:09.76	João Pedro Glória, Nuno Gonçalo Quintanilha, Nuno Filipe Braga, José João Bica	cvg	03.08.03	Rio Maior
4:07.72	João Pedro Glória, Nuno Gonçalo Quintanilha, Nuno Filipe Braga, José João Bica	cvg	03.08.03	Rio Maior
Juvenil A - clubes - § (01.10.04)				
4:07.60	João Miguel Ascensão, Luís Carlos Oliveira, Eduardo Salgado Ramos, Rúben Oliveira Lopes	fcp	21.07.13	Famalicão
4:05.25	Miguel Reis Santos, Afonso Ribeiro Bate, Hugo Pon, Francisco Carvalho Machado	sad	27.07.14	Jamor
Grupo 1 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
4:04.24	tempo limite			
4:01.51	João Sousa Fernandes, Bruno Miguel Ramos, David Miguel Ferro, Miguel Pádua Figueiredo	fjn	16.04.00	Atenas
Juvenil A - seleções - § (01.10.04)				
3:59.59	Diogo Gomes Sousa, Luís Manuel Fernandes, Miguel Duarte Nascimento, Tomás Correia Silva	fjn	16.04.11	Limassol
Juvenil - clubes - § (01.10.13)				
4:05.25	Miguel Reis Santos, Afonso Ribeiro Bate, Hugo Pon, Francisco Carvalho Machado	sad	27.07.14	Jamor
4:03.79	José Paulo Lopes, José Pedro Melo, Jorge Jesus Silva, José Pedro Fernandes	scb	26.07.15	Coimbra

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Júnior - § (01.01.62)

5:23.8	João Carlos Stocker, Luís Brito Rosa, António Neiva Maciel, Fernando Rosa Jorge	sad	03.08.68	Lisboa – Olivais
5:08.2	Carlos Monteiro da Silva, Luís Brito Rosa, António Neiva Maciel, Fernando Rosa Jorge	sad	18.08.68	Vila Franca de Xira
4:59.7	Luís Bleck Silva, António Coelho Neves, Carlos Porto Ambrósio, José Santos Silva	sad	18.07.72	Lisboa – Olivais
4:48.4	Luís Bleck Silva, Carlos Heitor e Silva, João Eduardo Torres Pinto, João Pinto Angelo	fjn	28.07.72	Coimbra
4:44.7	Luís Cavaleiro Madeira, Carlos José Cruchinho, Carlos Heitor e Silva, José Carlos Simões	slb	18.08.73	Coimbra
4:40.7	Luís Cavaleiro Madeira, Carlos José Cruchinho, Henrique Carvalho Vicêncio, José Carlos Simões	slb	10.08.74	Lisboa – Olivais
4:40.4	Fernando Santos Almeida, Eduardo Pereira Lencastre, Paulo José Frischknecht, Pedro Almeida Sousa	fcp	12.08.76	Lisboa – Olivais
4:34.13	Amílcar José Naldo, Carlos Estêvão Modesto, Paulo José Frischknecht, Carlos Alberto Serra	sad	06.08.77	Coimbra
4:29.06	Jacob Carlos Frischknecht, Carlos Estêvão Modesto, Carlos Alberto Serra, Paulo Gomes Azevedo	sad	05.08.78	Lisboa – Olivais
4:27.20	Jacob Carlos Frischknecht, José Sarabando Fidalgo, Mário Nuno Soares, Paulo Gomes Azevedo	sad	04.08.79	Lisboa – Olivais
4:24.9	Jorge Peixoto Leal, Vasco Castro Sousa, Nuno António Lobo, Rogério Nascimento Silva	fcp	31.07.80	Lisboa – Olivais
4:18.5	João Mendes Santos, Alexandre Felske Yokochi, Manuel Pinto Barroso, Henrique Oliveira Villaret	slb	11.07.81	Lisboa – Olivais
4:16.2	João Mendes Santos, Alexandre Felske Yokochi, Manuel Pinto Barroso, Henrique Oliveira Villaret	slb	30.07.81	Lisboa – Olivais
4:15.2	João Mendes Santos, Alexandre Felske Yokochi, Manuel Pinto Barroso, Henrique Oliveira Villaret	slb	06.08.81	Coimbra
4:12.46	Pedro Luz Pinto, Miguel Costa Santos, Diogo Castro Madeira, José Luís Gonçalves	slb	30.07.87	Porto – Campanhã
4:05.72	Gonçalo Diogo Francisco, Pedro Alexandre Coutinho, António Manuel Cortesão, José Silva Miranda	fjn	28.07.89	Leeds
4:04.24	João Ribeiro Conde, José Guilherme Couto, Ricardo Jorge Santos, Miguel Azevedo Portela	fjn	24.04.94	Nicósia
4:02.56	Mário Moura Carvalho, José Guilherme Couto, Ricardo Nuno Abrantes, João Pedro Coias	fjn	07.08.94	Pardubice
3:59.14	Mário Moura Carvalho, José Guilherme Couto, Ricardo Jorge Santos, Tiago Silva Pestana	fjn	22.07.95	Genebra
3:58.93	Vasco Nuno Fernandes, Bruno Miguel Gaspar, Simão Gomes Morgado, Tiago Azevedo Lousada	fjn	30.03.97	Atenas

Júnior - clubes - § (01.06.98)

4:12.46	tempo limite			
4:06.00	Bruno Gama Freitas, Hugo Alexandre Jerónimo, Ricardo Jorge Coxo, Eduardo Barata Correia	sfuap	05.08.99	Famalicão
4:05.22	Bruno Gama Freitas, Hugo Alexandre Jerónimo, Ricardo Jorge Coxo, Eduardo Barata Correia	sfuap	13.07.00	Jamor
3:59.80	Daniel Aparício Pereira, José Eduardo Cardoso, Ivo Emanuel Carneiro, José António Fernandes	scb	24.03.01	Jamor
3:59.55	Mário João Costa, João Miguel Ferreira, Paulo Ricardo Araújo, Jorge Manuel Maia	gdnfama	07.04.07	Póvoa de Varzim
3:58.51	Samuel Patrício Queirós, Sérgio Baptista Silva, Carlos Filipe Santos, Rui Filipe Vilar	fcp	29.03.09	Lisboa – E. Universitário
3:55.96	Samuel Patrício Queirós, Sérgio Baptista Silva, Carlos Filipe Santos, Rui Filipe Vilar	fcp	21.07.09	Faro

Júnior - seleções - § (01.06.98)

3:58.93	tempo limite			
3:54.25	Bruno Gama Freitas, Helder José Lopes, Ricardo Jorge Coxo, Hugo Miguel Gonzalez	fjn	16.04.00	Larnaca
3:51.87	Bruno Gama Freitas, Helder José Lopes, Ricardo Jorge Coxo, Luís Miguel Monteiro	fjn	30.07.00	Dunquerque
3:49.44	Bruno Gama Freitas, Helder José Lopes, Ricardo Jorge Coxo, Luís Miguel Monteiro	fjn	30.07.00	Dunquerque
3:48.84	Adriano Miguel Niz, Pedro Miguel Mendonça, Fábio Manuel Pereira, Tiago André Venâncio	fjn	18.07.04	Jamor
3:45.71	Alexis Manaças Santos, André Miguel Silva, Miguel Silva Oliveira, Luís Emanuel Vaz	fjn	12.07.09	Praga

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

5:11.9	Raul Ângelo Cerqueira, José Manuel Fonseca, Carlos Filipe Fonseca, Avelino Santos Pereira	sad	30.08.58	Praia das Maças
--------	---	-----	----------	-----------------

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

4:39.9	Raul Ângelo Cerqueira, Eduardo José de Sousa, Luís Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro	fpn	27.08.60	Roma
4:37.0	António Bessone Basto, Luís Vaz Jorge, Vítor Manuel Fonseca, Herlander Felga Ribeiro	fpn	09.08.63	Rio de Janeiro
4:35.4	Carlos Monteiro da Silva, Vítor Gama Cerqueira, Vítor Manuel Fonseca, Herlander Felga Ribeiro	fpn	20.07.69	Belém
4:31.79	António Manuel Florim, José Baltar Leite, Vítor Manuel Oliveira, Luís Lopes Santos	cfp	06.08.77	Coimbra
4:30.0	Paulo José Frischknecht, Jaime Sarabando Fidalgo, Orlando Almeida Dias, João Manuel Rodrigues	sad	15.07.78	Lisboa – Olivais
4:25.22	Paulo José Frischknecht, Jaime Sarabando Fidalgo, Orlando Almeida Dias, José Gomes Pereira	sad	05.08.78	Lisboa – Olivais
4:12.11	Rui Pinto Abreu, Jaime Sarabando Fidalgo, Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira	fpn	08.04.79	Rio de Janeiro
4:07.48	Rui Pinto Abreu, Jaime Sarabando Fidalgo, Vítor Manuel Oliveira, Paulo José Frischknecht	fpn	26.05.79	Seraing
4:00.66	Pedro Ferreira Soares, Alexandre Felske Yokochi, João Mendes Santos, Paulo José Frischknecht	fpn	17.04.83	Lisboa – Olivais
3:56.40	Pedro Ferreira Soares, Alexandre Felske Yokochi, João Mendes Santos, Sérgio Alexandre Esteves	fpn	23.08.86	Madrid
3:55.71	Nuno Filipe Laurentino, Diogo Castro Madeira, Miguel Mendonça Cabrita, Paulo Manuel Trindade	fpn	01.04.94	Edimburgo

Sénior - clubes - § (01.06.98)

3:57.63	tempo limite			
3:53.95	Mário Moura Carvalho, Bruno Miguel Gaspar, Bruno Sérgio Loureiro, Tiago Azevedo Lousada	fcp	10.01.99	Jamor
3:53.60	Nuno Filipe Laurentino, Pedro Nuno Silva, Duarte Bruno Mendonça, Ricardo Conceição Pedrosa	sad	24.03.01	Jamor
3:50.90	Rui Garcia Cortes, José Guilherme Couto, Simão Gomes Morgado, Bruno Ferreira da Silva	cna	03.08.03	Rio Maior
3:50.55	Nuno Filipe Laurentino, Helder José Lopes, Tiago Ramos Barroso, Pedro Nuno Silva	sad	27.03.04	Jamor
3:50.00	Adriano Miguel Niz, Henrique Pereira Neiva, Fábio Manuel Pereira, Pedro Miguel Silva	cfv	29.03.08	Coimbra
3:46.73	João Ricardo Pedro, Carlos Esteves Almeida, Simão Gomes Morgado, Fábio André Figueira	cna	21.07.09	Faro
3:46.65	Pedro Fontoura Oliveira, Carlos Esteves Almeida, Simão Gomes Morgado, João Silva Gigante	cna	07.08.11	Póvoa de Varzim

Sénior - seleções - § (01.06.98)

3:55.71	tempo limite			
3:53.59	Alexandre Miguel Gonçalves, José Guilherme Couto, Simão Gomes Morgado, André Marques Dias	fpn	07.06.98	Lisboa – E. Universitário
3:47.62	Nuno Filipe Laurentino, José Guilherme Couto, Simão Gomes Morgado, Bruno Miguel Gaspar	fpn	10.04.99	Guadalupe
3:47.54	Nuno Filipe Laurentino, José Guilherme Couto, Simão Gomes Morgado, Tiago Azevedo Lousada	fpn	01.08.99	Istambul
3:47.13	Pedro Diogo Oliveira, Carlos Esteves Almeida, Simão Gomes Morgado, Alexandre Escudier Agostinho	fpn	01.02.08	Pequim
3:45.64	Adriano Miguel Niz, Carlos Esteves Almeida, Simão Gomes Morgado, Alexandre Escudier Agostinho	fpn	24.03.08	Eindhoven
3:40.19	Pedro Diogo Oliveira, Carlos Esteves Almeida, Simão Gomes Morgado, Tiago André Venâncio	fpn	27.05.12	Debrecen

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.05.98)

4:39.9	Raul Ângelo Cerqueira, Eduardo José de Sousa, Luís Vaz Jorge, Herlander Felga Ribeiro	fpn	27.08.60	Roma
4:37.0	António Bessone Basto, Luís Vaz Jorge, Vítor Manuel Fonseca, Herlander Felga Ribeiro	fpn	09.08.63	Rio de Janeiro
4:35.4	Carlos Monteiro da Silva, Vítor Gama Cerqueira, Vítor Manuel Fonseca, Herlander Felga Ribeiro	fpn	20.07.69	Belém
4:33.4	José Gomes Pereira, Paulo José Frischknecht, António José Alegria, António Coelho Neves	sad	10.08.74	Lisboa – Olivais
4:20.84	António Botelho de Melo, Henrique Carvalho Vicêncio, Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira	fpn	22.07.76	Montréal
4:12.11	Rui Pinto Abreu, Jaime Sarabando Fidalgo,			

4:07.48	Paulo José Frischknecht, José Gomes Pereira, Rui Pinto Abreu, Jaime Sarabando Fidalgo, Vítor Manuel Oliveira, Paulo José Frischknecht	fpn	08.04.79	Rio de Janeiro
4:04.35	Paulo José Frischknecht, Rui Pinto Abreu, Paulo Gomes Azevedo, Alexandre Felske Yokochi,	fpn	26.05.79	Seraing
4:00.66	Paulo José Frischknecht, Rui Pinto Abreu, Pedro Ferreira Soares, Alexandre Felske Yokochi,	fpn	25.04.81	Guadalupe
3:56.40	João Mendes Santos, Paulo José Frischknecht, Pedro Ferreira Soares, Alexandre Felske Yokochi,	fpn	17.04.83	Lisboa – Olivais
3:55.71	João Mendes Santos, Sérgio Alexandre Esteves, Nuno Filipe Laurentino, Diogo Castro Madeira,	fpn	23.08.86	Madrid
3:53.75	Miguel Mendonça Cabrita, Paulo Manuel Trindade, Nuno Filipe Laurentino, José Guilherme Couto, Diogo Castro Madeira, Miguel Cabral Machado	fpn	01.04.94	Edimburgo
			16.04.95	Belo Horizonte

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

4:19.50	tempo limite			
4:07.38	João Soares Martins, Alexandre Felske Yokochi, João Mendes Santos, Paulo José Frischknecht	slb	05.08.83	Lisboa – Olivais
4:06.48	Pedro Luz Pinto, Alexandre Felske Yokochi, João Mendes Santos, Henrique Oliveira Villaret	slb	31.07.86	Lisboa – Olivais
4:02.55	Pedro Luz Pinto, Alexandre Felske Yokochi, João Mendes Santos, Henrique Oliveira Villaret	slb	30.07.87	Porto – Campanhã
4:02.19	Gonçalo Diogo Francisco, Alexandre Felske Yokochi, Diogo Castro Madeira, Nuno Miguel Castro	slb	03.08.89	Braga
4:00.36	Gonçalo Diogo Francisco, Alexandre Felske Yokochi, Diogo Castro Madeira, Nuno Miguel Castro	slb	08.08.91	Lisboa – Olivais
4:00.22	Nuno Filipe Laurentino, Alexandre Felske Yokochi, Diogo Castro Madeira, Pedro Vieira Pessoa	slb	06.08.92	Aveiro
3:59.27	Nuno Filipe Laurentino, João Pedro Coias, Emílio Nuno Frischknecht, Duarte Bruno Mendonça	sad	29.01.95	Lisboa – Olivais
3:59.07	Mário Moura Carvalho, Rodolfo Pereira Nunes, Paulo Manuel Trindade, Miguel Cabral Machado	fcp	03.08.95	Coimbra
3:57.63	Nuno Filipe Laurentino, João Pedro Coias, Miguel Mendonça Cabrita, Ricardo Conceição Pedrosa	sad	23.12.95	Lisboa – Restelo
3:57.43	Nuno Filipe Laurentino, Ricardo Gomes Macedo, Miguel Mendonça Cabrita, Duarte Bruno Mendonça	sad	31.07.97	Lisboa – E. Universitário
3:54.51	Nuno Filipe Laurentino, Ricardo Gomes Macedo, Miguel Mendonça Cabrita, Ricardo Conceição Pedrosa	sad	25.01.98	Lisboa – E. Universitário
3:53.95	Mário Moura Carvalho, Bruno Miguel Gaspar, Bruno Sérgio Loureiro, Tiago Azevedo Lousada	fcp	10.01.99	Jamor
3:53.60	Nuno Filipe Laurentino, Pedro Nuno Silva, Duarte Bruno Mendonça, Ricardo Conceição Pedrosa	sad	24.03.01	Jamor
3:51.07	João Sousa Fernandes, José Guilherme Couto, Simão Gomes Morgado, Gil Maia Santos	cna	13.05.01	Póvoa de Varzim
3:50.25	João Sousa Fernandes, José Guilherme Couto, Simão Gomes Morgado, Gil Maia Santos	cna	02.08.01	Loulé
3:50.00	Adriano Miguel Niz, Henrique Pereira Neiva, Fábio Manuel Pereira, Pedro Miguel Silva	cfv	29.03.08	Coimbra
3:46.73	João Ricardo Pedro, Carlos Esteves Almeida, Simão Gomes Morgado, Fábio André Figueira	cna	21.07.09	Faro
3:46.65	Pedro Fontoura Oliveira, Carlos Esteves Almeida, Simão Gomes Morgado, João Silva Gigante	cna	07.08.11	Póvoa de Varzim

Absoluto - seleções - § (01.06.98)

3:53.75	tempo limite			
3:53.59	Alexandre Miguel Gonçalves, José Guilherme Couto, Simão Gomes Morgado, André Marques Dias	fpn	07.06.98	Lisboa – E. Universitário
3:47.62	Nuno Filipe Laurentino, José Guilherme Couto, Simão Gomes Morgado, Bruno Miguel Gaspar	fpn	10.04.99	Guadalupe
3:47.54	Nuno Filipe Laurentino, José Guilherme Couto, Simão Gomes Morgado, Tiago Azevedo Lousada	fpn	01.08.99	Istambul
3:44.87	Nuno Filipe Laurentino, Henrique Pereira Neiva, Simão Gomes Morgado, Luís Miguel Monteiro	fpn	04.08.02	Berlim
3:40.19	Pedro Diogo Oliveira, Carlos Esteves Almeida, Simão Gomes Morgado, Tiago André Venâncio	fpn	27.05.12	Debrecen

#NADADOR COMPLETO**Infantil - § (1980)**

8:08.5	Vasco Machado Leite	slb	05.06.70	Olivais
--------	---------------------	-----	----------	---------

7:45.3	100 L - 1:06.7; 100 B - 1:32.8; 100 C - 1:22.0; 100 M - 1:16.7; 200 E - 2:50.3 Pedro Alexandre Coutinho	26,27.01.85	Olivais
	100 L - 1:07.2; 100 B - 1:21.0; 100 C - 1:22.1; 100 M - 1:14.0; 200 E - 2:41.0		

Juvenil - § (1980)

7:24.4	Alexandre Luz Pinto	05,06.07.80	Olivais
	100 L - 1:04.5; 100 B - 1:18.7; 100 C - 1:16.4; 100 M - 1:12.5; 200 E - 2:32.3		
7:02.8	Diogo Castro Madeira	26,27.01.85	Olivais
	100 L - 1:01.6; 100 B - 1:19.1; 100 C - 1:10.4; 100 M - 1:05.0; 200 E - 2:26.7		

Júnior - § (1980)

6:58.4	João Mendes Santos	05,06.07.80	Olivais
	100 L - 1:00.3; 100 B - 1:21.0; 100 C - 1:07.5; 100 M - 1:04.8; 200 E - 2:24.8		

Sénior - § (1980)

7:43.1	Paulo Louro Carvalho	05,06.07.80	Olivais
	100 L - 1:02.7; 100 B - 1:31.1; 100 C - 1:16.5; 100 M - 1:07.7; 200 E - 2:45.1		
6:44.3	João Mendes Santos	26,27.01.85	Olivais
	100 L - 0:57.5; 100 B - 1:18.4; 100 C - 1:08.4; 100 M - 1:00.5; 200 E - 2:19.5		

Absoluto - § (1980)

6:58.4	João Mendes Santos	05,06.07.80	Olivais
	100 L - 1:00.3; 100 B - 1:21.0; 100 C - 1:07.5; 100 M - 1:04.8; 200 E - 2:24.8		
6:44.3	João Mendes Santos	26,27.01.85	Olivais
	100 L - 0:57.5; 100 B - 1:18.4; 100 C - 1:08.4; 100 M - 1:00.5; 200 E - 2:19.5		

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

Infantil - § (28.10.86) # (30.09.96)

0:30.05	tempo limite			
0:28.7	Virgília Soraya Gomes	fcp	11.02.89	Lisboa - Olivais
Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
0:29.36	tempo limite			

Infantil B - § (01.10.04)

0:29.30	Isabel Pinto Abreu	cfb	31.05.08	Lisboa - Restelo
0:28.36	Carolina Miranda Fernandes	cga	15.06.17	S. João Madeira

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:28.55 tempo limite

Infantil A - § (01.10.04)

0:28.26	Isabel Pinto Abreu	fpn	23.05.09	Jamor
0:27.99	Ana Margarida Guedes	gcvr	19.04.14	Póvoa de Varzim

Juvenil - § (28.10.86) # (30.09.96)

0:28.8	tempo limite			
0:28.78	Natacha Alexandra Sousa	fpn	24.07.87	Roma
0:28.5	Sónia Cristina Sousa	abvac	15.07.88	Lisboa - Olivais
0:28.4	Sónia Cristina Sousa	abvac	13.05.89	Lisboa - Olivais
0:28.32	Virgília Soraya Gomes	fcp	07.07.90	Porto - Campanhã
0:28.16	Virgília Soraya Gomes	fcp	03.08.90	Póvoa de Varzim
0:28.02	Ana Gama Alegria	scb	06.06.91	Matur
0:27.98	Cátia Pinto Carmide	gcvr	23.07.93	Lisboa - Restelo
0:27.69	Cátia Pinto Carmide	gcvr	23.07.93	Lisboa - Restelo

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

0:27.41	Harriet Larcher Smith	fpn	31.07.03	Paris
---------	-----------------------	-----	----------	-------

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

Juvenil B - § (01.10.13)				
0:27.17	Ana Margarida Guedes	gcvr	31.05.15	Coimbra

Juvenil A - § (01.10.13)

0:26.98	Ana Pinho Rodrigues	aej	21.06.09	Campanhã
---------	---------------------	-----	----------	----------

Júnior - § (28.10.86) # (30.09.13)

0:28.98	tempo limite			
0:28.62	Natacha Alexandra Sousa	fpn	10.04.88	Antuérpia
0:28.36	Natacha Alexandra Sousa	fcp	30.04.89	Hamburgo
0:28.00	Natacha Alexandra Sousa	fcp	30.04.89	Hamburgo
0:27.87	Virgília Soraya Gomes	fcp	07.07.91	Matur
0:27.79	Virgília Soraya Gomes	fcp	03.05.92	Toulouse
0:27.74	Virgília Soraya Gomes	fcp	17.05.92	Lisboa - Olivais
0:27.62	Virgília Soraya Gomes	fpn	14.06.92	Chiasso
0:27.52	Filipa Ferreira Silva	cna	25.03.01	Jamor
0:27.28	Patrícia Vilas Conceição	fpn	07.04.01	Jamor
0:27.01	Patrícia Vilas Conceição	cfb	03.08.01	Loulé
0:26.98	Ana Pinho Rodrigues	aej	21.06.09	Porto - Campanhã
0:26.21	Ana Pinho Rodrigues	aej	10.04.10	Coimbra

Júnior B - § (01.10.13)

0:26.21	Ana Pinho Rodrigues	aej	10.04.10	Coimbra
---------	---------------------	-----	----------	---------

Júnior A - § (01.10.13)

0:26.53	Ana Pinho Rodrigues	aej	02.04.11	Rio Maior
0:26.25	Beatriz Mendes Viegas	fpn	05.02.17	Uster

Sénior - § (28.10.86)

0:29.05	tempo limite			
0:28.61	Maria Cristina Cotrim	cnf	28.02.87	Casablanca
0:28.5	Sandra Cabral Neves	slb	15.07.88	Lisboa - Olivais
0:28.17	Natacha Alexandra Sousa	fcp	08.06.91	Matur
0:28.12	Natacha Alexandra Sousa	fcp	07.07.91	Matur
0:27.61	Virgília Soraya Gomes	fcp	23.07.93	Lisboa - Restelo
0:27.59	Ana Gama Alegria	scb	29.07.94	Lisboa - Restelo
0:27.54	Rita Lopes Fernandes	fcp	17.03.96	Toulouse

0:27.53	Ana Gama Alegria	scb	31.07.98	Jamor
0:27.19	Ana Gama Alegria	fjn	11.04.99	Guadalupe
0:27.16	Patrícia Vilas Conceição	cfb	10.05.02	Jamor
0:26.92	Patrícia Vilas Conceição	cfb	14.07.02	Jamor
0:26.72	Patrícia Vilas Conceição	cfb	28.07.02	Jamor
0:26.63	Patrícia Vilas Conceição	cfb	13.06.04	Loulé
0:26.61	Patrícia Vilas Conceição	cfb	11.07.04	Jamor
0:26.43	Patrícia Vilas Conceição	cfb	01.08.04	Jamor
0:26.29	Patrícia Vilas Conceição	cna	26.07.08	Jamor
0:26.00	Patrícia Vilas Conceição	cna	28.03.09	Lisboa – E. Universitário
0:26.00	Patrícia Vilas Conceição	cna	30.05.09	Coimbra
0:25.83	Patrícia Vilas Conceição	cna	30.05.09	Coimbra
0:25.73	Patrícia Vilas Conceição	cna	28.07.12	Jamor

Absoluto - § (28.10.86)

0:28.8	tempo limite			
0:28.61	Maria Cristina Cotrim	cnf	28.02.87	Casablanca
0:28.5	Sónia Cristina Sousa	abvca	15.07.88	Lisboa – Olivais
0:28.5	Sandra Cabral Neves	slb	15.07.88	Lisboa – Olivais
0:28.36	Natacha Alexandra Sousa	fcp	30.04.89	Hamburgo
0:28.00	Natacha Alexandra Sousa	fcp	30.04.89	Hamburgo
0:27.87	Virgília Soraya Gomes	fcp	07.07.91	Matur
0:27.79	Virgília Soraya Gomes	fcp	03.05.92	Toulouse
0:27.74	Virgília Soraya Gomes	fcp	17.05.92	Lisboa – Olivais
0:27.62	Virgília Soraya Gomes	fjn	14.06.92	Chiasso
0:27.61	Virgília Soraya Gomes	fcp	23.07.93	Lisboa – Restelo
0:27.59	Ana Gama Alegria	scb	29.07.94	Lisboa – Restelo
0:27.54	Rita Lopes Fernandes	fcp	17.03.96	Toulouse
0:27.53	Ana Gama Alegria	scb	31.07.98	Jamor
0:27.19	Ana Gama Alegria	fjn	11.04.99	Guadalupe
0:27.01	Patrícia Vilas Conceição	cfb	03.08.01	Loulé
0:26.92	Patrícia Vilas Conceição	cfb	14.07.02	Jamor
0:26.72	Patrícia Vilas Conceição	cfb	28.07.02	Jamor
0:26.63	Patrícia Vilas Conceição	cfb	13.06.04	Loulé
0:26.61	Patrícia Vilas Conceição	cfb	11.07.04	Jamor
0:26.43	Patrícia Vilas Conceição	cfb	01.08.04	Jamor
0:26.29	Patrícia Vilas Conceição	cna	26.07.08	Jamor
0:26.00	Patrícia Vilas Conceição	cna	28.03.09	Lisboa – E. Universitário
0:26.00	Patrícia Vilas Conceição	cna	30.05.09	Coimbra
0:25.83	Patrícia Vilas Conceição	cna	30.05.09	Coimbra
0:25.73	Patrícia Vilas Conceição	cna	28.07.12	Jamor

100 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

1:13.1	Lúfa Cavaleiro Madeira	fjn	10.06.73	Neheim Hüsten
1:11.1	Lúfa Cavaleiro Madeira	fjn	29.07.73	Génova
1:09.4	Liliana Mendes Santos	cnlu	27.01.74	Luanda
1:09.2	Liliana Mendes Santos	cnlu	08.03.74	Luanda
1:07.9	Liliana Mendes Santos	cnlu	17.03.74	Luanda
1:07.8	Liliana Mendes Santos	cnlu	11.08.74	Lisboa – Olivais
1:06.54	Maria Paula Santana	fjn	31.07.76	Génova
1:05.68	Maria Paula Santana	fjn	06.08.76	Oslo
1:04.9	Maria Paula Santana	fcp	12.08.76	Lisboa – Olivais
1:03.80	Alexandra Maria Silva	fjn	21.07.79	Génova
1:03.30	Alexandra Maria Silva	fjn	27.01.80	Genebra
1:02.95	Alexandra Maria Silva	fjn	20.04.80	Madrid
1:02.75	Alexandra Maria Silva	fcp	03.05.80	Mulhouse
1:01.79	Catarina Tavares Brandão	fjn	01.04.89	Lisboa – Olivais

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:03.80 tempo limite

Infantil B - § (01.10.04)

1:02.59	Inês Camacho Fernandes	scp	04.07.09	Vila Franca de Xira
1:02.16	Inês Camacho Fernandes	scp	25.07.09	S. João da Madeira
1:01.46	Carolina Miranda Fernandes	cga	15.07.17	Loulé

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:01.79	tempo limite			
1:01.45	Inês Páscoa Águas	sad	26.07.97	Famalicão
1:01.42	Joana Dias Escária	aminata	26.07.03	Lisboa – Restelo

Infantil A - § (01.10.04)

1:00.95	Isabel Pinto Abreu	cfb	25.07.09	S. João da Madeira
1:00.08	Inês Camacho Fernandes	fjn	28.03.10	Coimbra
0:59.92	Inês Camacho Fernandes	fjn	19.06.10	Catania
0:59.73	Inês Camacho Fernandes	fjn	20.06.10	Catania

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

1:15.6	Maria do Céu Castelo Branco	fjn	15.07.66	Évora
Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)				
1:09.0	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	25.07.67	Lisboa – Olivais
1:08.3	Dulce Miranda Gouveia	fjn	30.07.67	Lisboa – Olivais
1:08.3	Ana Canas Cunha	sad	20.08.72	Évora
1:08.2	Maria Graça Guimarães	cdna	12.03.74	Luanda
1:07.8	Maria Graça Guimarães	cdna	17.03.74	Luanda
1:06.1	Liliana Mendes Santos	slb	03.08.75	Lisboa – Olivais
1:05.1	Liliana Mendes Santos	slb	21.08.75	Coimbra
1:05.0	Liliana Mendes Santos	slb	12.08.76	Lisboa – Olivais
1:04.70	Maria Paula Santana	fjn	24.07.77	Génova
1:04.51	Maria Paula Barbeiro	ind	11.06.78	Darmstadt
1:04.23	Maria Paula Barbeiro	ind	05.08.78	Lisboa – Olivais
1:04.1	Ana Viegas Faria	sad	04.08.79	Lisboa – Olivais
1:03.0	Ana Viegas Faria	sad	31.07.80	Lisboa – Olivais
1:02.76	Alexandra Maria Silva	fjn	07.09.81	Split
1:02.05	Natacha Alexandra Sousa	fjn	26.07.87	Roma
1:01.91	Natacha Alexandra Sousa	fcp	02.08.87	Porto – Campanhã
1:01.43	Ana Gama Alegria	fjn	07.04.91	Zurique
1:01.01	Ana Gama Alegria	fjn	05.05.91	Viena
1:00.64	Ana Gama Alegria	scb	13.07.91	Porto – Campanhã
Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
1:00.48	Harriet Larcher Smith	fjn	29.07.03	Paris
1:00.41	Harriet Larcher Smith	fjn	29.07.03	Paris
1:00.28	Joana Dias Escária	aminata	29.05.04	Lisboa – E. Universitário
1:00.00	Joana Dias Escária	aminata	31.07.04	Jamor

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

0:59.85	Inês Camacho Fernandes	scp	26.03.11	Jamor
0:59.78	Inês Camacho Fernandes	fjn	16.04.11	Limassol

Juvenil B - § (01.10.13)

0:59.41	Joana Costa Amador	cga	26.07.15	Coimbra
---------	--------------------	-----	----------	---------

Juvenil A - § (01.10.13)

0:57.75	Maria Carolina Rosa	fjn	08.07.09	Praga
---------	---------------------	-----	----------	-------

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

1:13.2	Maria Rosalina Castro	fjn	01.08.63	Belém
1:12.1	Susana Pinto Abreu	gdlim	25.07.67	Lisboa – Olivais
1:07.7	Dulce Miranda Gouveia	fjn	28.07.68	Madrid
1:07.49	Palmira Manuela Andrade	fjn	07.08.76	Modena
1:06.4	Palmira Manuela Andrade	fcp	12.08.76	Lisboa – Olivais
1:05.9	Liliana Mendes Santos	slb	10.07.77	Lisboa – Olivais
1:04.97	Liliana Mendes Santos	slb	06.08.77	Coimbra
1:03.67	Maria Paula Santana	fjn	27.01.79	Palma de Maiorca
1:03.6	Maria Paula Santana	cfp	27.07.79	Matur
1:03.44	Maria Cláudia Osório	fcp	03.05.80	Mulhouse
1:03.2	Maria Cláudia Osório	fcp	31.07.80	Lisboa – Olivais
1:02.59	Helena Antas Barros	fjn	17.04.83	Lisboa – Olivais
1:02.13	Ana Teresa Raimundo	fjn	05.04.86	Lisboa – Olivais
1:02.06	Ana Teresa Raimundo	fjn	06.04.86	Lisboa – Olivais
1:01.2	Natacha Alexandra Sousa	fjn	03.04.88	Tenerife
1:00.83	Natacha Alexandra Sousa	fjn	09.04.88	Antuérpia
1:00.50	Natacha Alexandra Sousa	fcp	03.08.89	Braga
1:00.35	Ana Gama Alegria	fjn	12.04.92	Atenas
1:00.28	Ana Gama Alegria	scb	16.05.92	Lisboa – Olivais
1:00.07	Ana Gama Alegria	scb	16.05.92	Lisboa – Olivais
0:59.33	Ana Gama Alegria	scb	28.06.92	Porto – Campanhã
0:58.70	Ana Gama Alegria	fjn	02.04.93	Florença
0:57.75	Maria Carolina Rosa	fjn	08.07.09	Praga

Júnior B - § (01.10.13)

0:58.40	Ana Pinho Rodrigues	aej	09.04.10	Coimbra
---------	---------------------	-----	----------	---------

Júnior A - § (01.10.13)

0:57.72	Diana Margarida Durães	fcp	26.05.13	Coimbra
0:57.63	Beatriz Mendes Viegas	tnc	30.03.17	Coimbra

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

1:20.2	Elza Maria Ferreira	gdln	31.08.58	Praia das Maças
--------	---------------------	------	----------	-----------------

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

1:18.6	Regina Freitas Veloso	gdln	07.09.58	Luso
1:17.3	Isabel Maria Barrué	fpn	09.08.63	Rio de Janeiro
1:09.6	Ana Gaspar Monteiro	sad	25.07.67	Lisboa – Olivais
1:07.4	Dulce Miranda Gouveia	fpn	20.07.69	Belém
1:07.3	Dulce Miranda Gouveia	fpn	24.07.69	Fortaleza
1:07.0	Dulce Miranda Gouveia	fpn	25.07.69	Recife
1:06.9	Dulce Miranda Gouveia	fpn	29.07.69	Salvador
1:06.5	Dulce Miranda Gouveia	fpn	27.07.72	Coimbra
1:06.4	Dulce Miranda Gouveia	gdln	20.08.72	Évora
1:05.54	Maria Teresa Faria	cac	05.08.78	Lisboa – Olivais
1:05.4	Liliana Mendes Santos	slb	01.07.79	Lisboa – Olivais
1:04.9	Liliana Mendes Santos	slb	06.07.80	Lisboa – Olivais
1:03.57	Maria Paula Santana	fpn	14.02.81	Barcelona
1:02.89	Maria Paula Santana	fpn	23.04.81	Guadalupe
1:02.39	Maria Paula Santana	fpn	25.04.81	Guadalupe
1:01.59	Sandra Cabral Neves	fpn	01.05.87	Buenos Aires
1:00.41	Natacha Alexandra Sousa	fpn	06.04.90	La Paz BC
1:00.40	Virgília Soraya Gomes	fcp	15.05.93	Lisboa – Olivais
0:59.77	Virgília Soraya Gomes	fcp	22.07.93	Lisboa – Restelo
0:59.33	Ana Gama Alegria	fpn	03.04.94	Espoo
0:58.79	Ana Gama Alegria	scb	28.07.94	Lisboa – Restelo
0:58.63	Ana Gama Alegria	scb	28.07.94	Lisboa – Restelo
0:58.62	Ana Gama Alegria	scb	03.08.95	Coimbra
0:58.36	Ana Gama Alegria	fpn	22.08.95	Viena
0:58.21	Ana Gama Alegria	fpn	27.07.99	Istambul
0:58.06	Filipa Ferreira Silva	cna	24.03.06	Lisboa – E. Universitário
0:57.96	Sara Alexandra Madeira	cvg	28.03.08	Coimbra
0:57.42	Sara Alexandra Madeira	cvg	31.05.08	Porto – Campanhã
0:56.80	Sara Alexandra Madeira	cvg	11.06.08	Barcelona
0:56.41	Ana Sofia Leite	gcvr	04.04.15	Coimbra

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

1:18.6	Regina Freitas Veloso	gdln	07.09.58	Luso
1:13.2	Maria Rosalina Castro	fpn	01.08.63	Belém
1:09.0	Dulce Miranda Gouveia	gdln	25.07.67	Lisboa – Olivais
1:08.3	Dulce Miranda Gouveia	fpn	30.07.67	Lisboa – Olivais
1:07.7	Dulce Miranda Gouveia	fpn	28.07.68	Madrid
1:07.4	Dulce Miranda Gouveia	fpn	20.07.69	Belém
1:07.3	Dulce Miranda Gouveia	fpn	24.07.69	Fortaleza
1:07.0	Dulce Miranda Gouveia	fpn	25.07.69	Recife
1:06.9	Dulce Miranda Gouveia	fpn	29.07.69	Salvador
1:06.5	Dulce Miranda Gouveia	fpn	27.07.72	Coimbra
1:06.4	Dulce Miranda Gouveia	gdln	20.08.72	Évora
1:06.1	Liliana Mendes Santos	slb	03.08.75	Lisboa – Olivais
1:05.1	Liliana Mendes Santos	slb	21.08.75	Coimbra
1:04.9	Maria Paula Santana	fcp	12.08.76	Lisboa – Olivais
1:04.70	Maria Paula Santana	fpn	24.07.77	Génova
1:04.23	Maria Paula Barbeiro	ind	05.08.78	Lisboa – Olivais
1:03.67	Maria Paula Santana	fpn	27.01.79	Palma de Maiorca
1:03.6	Maria Paula Santana	fcp	27.07.79	Matur
1:03.30	Alexandra Maria Silva	fpn	27.01.80	Genebra
1:02.95	Alexandra Maria Silva	fpn	20.04.80	Madrid
1:02.75	Alexandra Maria Silva	fcp	03.05.80	Mulhouse
1:02.39	Maria Paula Santana	fpn	25.04.81	Guadalupe
1:02.13	Ana Teresa Raimundo	fpn	05.04.86	Lisboa – Olivais
1:02.06	Ana Teresa Raimundo	fpn	06.04.86	Lisboa – Olivais
1:01.59	Sandra Cabral Neves	fpn	01.05.87	Buenos Aires
1:01.2	Natacha Alexandra Sousa	fpn	03.04.88	Tenerife
1:00.83	Natacha Alexandra Sousa	fcp	09.04.88	Antuérpia
1:00.50	Natacha Alexandra Sousa	fcp	03.08.89	Braga
1:00.41	Natacha Alexandra Sousa	fpn	06.04.90	La Paz BC
1:00.35	Ana Gama Alegria	fpn	12.04.92	Atenas
1:00.28	Ana Gama Alegria	scb	16.05.92	Lisboa – Olivais
1:00.07	Ana Gama Alegria	scb	16.05.92	Lisboa – Olivais

0:59.33	Ana Gama Alegria	scb	28.06.92	Porto – Campanhã
0:58.70	Ana Gama Alegria	fpn	02.04.93	Florença
0:58.63	Ana Gama Alegria	scb	28.07.94	Lisboa – Restelo
0:58.62	Ana Gama Alegria	scb	03.08.95	Coimbra
0:58.36	Ana Gama Alegria	fpn	22.08.95	Viena
0:58.21	Ana Gama Alegria	fpn	27.07.99	Istambul
0:58.06	Filipa Ferreira Silva	cna	24.03.06	Lisboa – E. Universitário
0:57.96	Sara Alexandra Madeira	cvg	28.03.08	Coimbra
0:57.42	Sara Alexandra Madeira	cvg	31.05.08	Porto – Campanhã
0:56.80	Sara Alexandra Madeira	cvg	11.06.08	Barcelona
0:56.41	Ana Sofia Leite	gcvr	04.04.15	Coimbra

200 LIVRES**Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)**

2:38.8	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	25.08.73	Lisboa – Olivais
2:36.7	Liliana Mendes Santos	cnlu	08.01.74	Luanda
2:36.1	Liliana Mendes Santos	cnlu	07.03.74	Luanda
2:34.5	Liliana Mendes Santos	cnlu	16.03.74	Luanda
2:30.5	Liliana Mendes Santos	cnlu	20.07.74	Luanda
2:27.5	Liliana Mendes Santos	cnlu	08.08.74	Lisboa – Olivais
2:26.2	Maria Cláudia Osório	fpn	28.05.77	Neheim Hüsten
2:24.53	Maria Cláudia Osório	fcp	09.08.77	Coimbra
2:19.10	Alexandra Maria Silva	fpn	20.07.79	Génova
2:15.20	Alexandra Maria Silva	fpn	22.07.79	Génova
2:11.43	Alexandra Maria Silva	fpn	18.04.80	Madrid

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:15.2	tempo limite			
--------	--------------	--	--	--

Infantil B - § (01.10.04)

2:12.20	Filipa Vilas Ruivo	dnmg	24.07.09	S. João da Madeira
---------	--------------------	------	----------	--------------------

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:11.43	tempo limite			
---------	--------------	--	--	--

Infantil A - § (01.10.04)

2:10.86	Alexandra Couto Frazão	cna	11.04.15	Jamor
---------	------------------------	-----	----------	-------

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)**Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)****Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)**

2:55.2	Isaura Jesus Martins	sad	02.09.67	Beja
2:54.2	Isaura Jesus Martins	sad	05.10.67	Vila Franca de Xira
2:44.7	Clotilde Botelho de Melo	gdln	17.08.68	Vila Franca de Xira
2:37.7	Clotilde Botelho de Melo	gdln	24.08.68	Beja
2:34.9	Ana Rosa Jorge	sad	08.07.70	Lisboa – Olivais
2:28.6	Maria Graça Guimarães	cdna	12.07.73	Luanda
2:28.5	Maria Graça Guimarães	cdna	16.03.74	Luanda
2:23.5	Liliana Mendes Santos	slb	03.08.75	Lisboa – Olivais
2:22.6	Liliana Mendes Santos	slb	24.08.75	Coimbra
2:22.46	Liliana Mendes Santos	fpn	08.08.76	Modena
2:22.0	Liliana Mendes Santos	slb	15.08.76	Lisboa – Olivais
2:21.9	Maria Cláudia Osório	fpn	14.01.78	Barcelona
2:18.44	Maria Paula Barbeiro	ind	10.06.78	Darmstadt
2:16.0	Maria Cláudia Osório	fcp	28.07.79	Matur
2:10.13	Alexandra Maria Silva	fpn	23.04.81	Guadalupe

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)**Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)**

2:09.97	Diana Ramos Rocha	edv	17.05.08	Coimbra
2:09.75	Filipa Vilas Ruivo	dnmg	04.08.11	Póvoa de Varzim
2:09.28	Mariana Cunha Guerra	asssec	07.07.12	Coimbra

Juvenil B - § (01.10.13)

2:08.85	Maria Francisca Cabral	fcp	06.04.14	Coimbra
2:07.40	Maria Francisca Cabral	fcp	25.07.14	Jamor

Juvenil A - § (01.10.13)

2:07.11	Ana Cláudia Santos	sfuap	18.03.05	Jamor
2:06.82	Tamila Hryhorivna Holub	scb	06.04.14	Coimbra
2:05.94	Tamila Hryhorivna Holub	scb	25.07.14	Jamor
2:05.94	Alexandra Couto Frazão	indanc	02.04.17	Coimbra

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

2:39.6	Susana Pinto Abreu	gdIm	02.09.67	Beja
2:32.2	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	17.08.68	Vila Franca de Xira
2:28.0	Ana Rosa Jorge	ind	19.08.72	Évora
2:25.13	Palmira Manuela Andrade	fpn	08.08.76	Modena
2:22.71	Liliana Mendes Santos	fpn	22.05.77	Mulhouse
2:21.06	Liliana Mendes Santos	slb	09.08.77	Coimbra
2:20.90	Liliana Mendes Santos	slb	23.07.78	Lisboa – Olivais
2:19.43	Liliana Mendes Santos	slb	08.08.78	Lisboa – Olivais
2:19.32	Maria Paula Barbeiro	fpn	06.04.79	Rio de Janeiro
2:15.5	Maria Paula Santana	fcP	28.07.79	Matur
2:10.17	Alexandra Maria Silva	fpn	29.01.83	Amersfoort
2:09.97	Alexandra Maria Silva	fpn	15.04.83	Lisboa – Olivais
2:09.63	Ana Gama Alegria	scb	09.08.92	Aveiro
2:07.79	Ana Gama Alegria	scb	09.08.92	Aveiro
2:07.45	Ana Gama Alegria	fpn	20.03.93	Sarcelles
2:05.38	Ana Gama Alegria	fpn	03.04.93	Florença

Júnior B - § (01.10.13)

2:05.38	Ana Gama Alegria	fpn	03.04.93	Florença
---------	------------------	-----	----------	----------

Júnior A - § (01.10.13)

2:03.70	Diana Margarida Durães	fcP	25.05.13	Coimbra
---------	------------------------	-----	----------	---------

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

3:28.0	Maria Lourdes Bessone Basto	sad	28.08.42	Espinho
2:39.2	Ana Gaspar Monteiro	sad	02.09.67	Beja
2:36.0	Ana Gaspar Monteiro	sad	24.08.68	Beja
2:35.0	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	30.08.69	Lisboa – Olivais
2:32.8	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	22.08.70	Lisboa – Olivais
2:28.6	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	13.08.72	Coimbra
2:27.0	Clotilde Botelho de Melo	gdIm	16.08.73	Coimbra
2:27.0	Maria Helena Varela	sad	08.08.74	Lisboa – Olivais
2:25.75	Maria Teresa Faria	cac	08.08.78	Lisboa – Olivais
2:22.2	Liliana Mendes Santos	slb	28.07.79	Matur
2:20.7	Liliana Mendes Santos	slb	07.06.80	Lisboa – Olivais
2:18.19	Maria Paula Santana	fpn	15.02.81	Barcelona
2:17.44	Teresa Paula Figueiras	fcP	11.08.84	Coimbra
2:15.06	Alexandra Maria Silva	fcP	09.02.85	Lisboa – Olivais
2:14.28	Alexandra Maria Silva	fpn	17.02.85	Barcelona
2:12.87	Alexandra Maria Silva	fpn	17.02.85	Barcelona
2:11.87	Alexandra Maria Silva	fcP	23.02.85	Lisboa – Olivais
2:11.67	Natacha Alexandra Sousa	fpn	07.04.90	La Paz BC
2:10.71	Natacha Alexandra Sousa	fcP	11.08.91	Lisboa – Olivais
2:10.50	Ana Antas de Barros	fpn	16.01.92	Belo Horizonte
2:09.54	Ana Antas de Barros	sad	08.08.92	Aveiro
2:09.44	Rita Gama Alegria	scb	26.06.93	Porto – Campanhã
2:08.7	Ana Gama Alegria	fpn	02.04.94	Espoo
2:06.48	Ana Gama Alegria	fpn	15.06.94	Barcelona
2:04.61	Ana Gama Alegria	fpn	23.08.95	Viena
2:04.06	Ana Gama Alegria	fpn	23.08.95	Viena
2:03.42	Sara Beatriz Loureiro	fcP	30.05.09	Coimbra
2:02.65	Diana Margarida Durães	fcP	13.03.16	Oeiras - Jamor
2:02.40	Diana Margarida Durães	fcP	05.06.16	Porto - Campanhã
2:01.78	Diana Margarida Durães	slb	18.02.17	Oeiras - Jamor
2:01.48	Diana Margarida Durães	fpn	25.07.17	Budapeste

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

3:28.0	Maria Lourdes Bessone Basto	sad	28.08.42	Espinho
2:39.2	Ana Gaspar Monteiro	sad	02.09.67	Beja
2:32.2	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	17.08.68	Vila Franca de Xira
2:28.6	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	13.08.72	Coimbra
2:28.0	Ana Rosa Jorge	ind	19.08.72	Évora
2:27.0	Clotilde Botelho de Melo	gdIm	16.08.73	Coimbra
2:27.0	Maria Helena Varela	sad	08.08.74	Lisboa – Olivais
2:23.5	Liliana Mendes Santos	slb	03.08.75	Lisboa – Olivais
2:22.6	Liliana Mendes Santos	slb	24.08.75	Coimbra
2:22.46	Liliana Mendes Santos	fpn	08.08.76	Modena
2:22.0	Liliana Mendes Santos	slb	15.08.76	Lisboa – Olivais

2:21.06	Liliana Mendes Santos	slb	09.08.77	Coimbra
2:18.44	Maria Paula Barbeiro	ind	10.06.78	Darmstadt
2:15.20	Alexandra Maria Silva	fpn	22.07.79	Génova
2:11.43	Alexandra Maria Silva	fpn	18.04.80	Madrid
2:10.13	Alexandra Maria Silva	fpn	23.04.81	Guadalupe
2:09.97	Alexandra Maria Silva	fpn	15.04.83	Lisboa – Olivais
2:09.54	Ana Antas de Barros	sad	08.08.92	Aveiro
2:07.79	Ana Gama Alegria	scb	09.08.92	Aveiro
2:07.45	Ana Gama Alegria	fpn	20.03.93	Sarcelles
2:05.38	Ana Gama Alegria	fpn	03.04.93	Florença
2:04.61	Ana Gama Alegria	fpn	23.08.95	Viena
2:04.06	Ana Gama Alegria	fpn	23.08.95	Viena
2:03.42	Sara Beatriz Loureiro	fcP	30.05.09	Coimbra
2:02.65	Diana Margarida Durães	fcP	13.03.16	Oeiras - Jamor
2:02.40	Diana Margarida Durães	fcP	05.06.16	Porto - Campanhã
2:01.78	Diana Margarida Durães	slb	18.02.17	Oeiras - Jamor
2:01.48	Diana Margarida Durães	fpn	25.07.17	Budapeste

400 LIVRES

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

5:46.7	Paula Barata Alves	fpn	09.06.73	Neheim Hüsten
5:33.0	Liliana Mendes Santos	cnlu	26.08.73	Lisboa – Olivais
5:31.6	Liliana Mendes Santos	cnlu	20.12.73	Luanda
5:22.9	Liliana Mendes Santos	cnlu	22.01.74	Luanda
5:19.0	Liliana Mendes Santos	cnlu	07.03.74	Luanda
5:10.0	Liliana Mendes Santos	cnlu	14.07.74	Luanda
5:03.4	Liliana Mendes Santos	cnlu	09.08.74	Lisboa – Olivais
5:00.8	Maria Cláudia Osório	fpn	22.07.77	Génova
4:43.7	Alexandra Maria Silva	fcP	27.07.79	Matur
4:32.50	Alexandra Maria Silva	fpn	19.04.80	Madrid
4:31.53	Alexandra Maria Silva	fpn	08.08.80	Skövde

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Infantil B - § (01.10.04)

4:43.7 tempo limite

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Infantil A - § (01.10.04)

4:31.53 tempo limite

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

6:23.5	Fátima Rosas de Almeida	fcP	24.08.63	Espinho
5:56.5	Maria do Céu Castelo Branco	fpn	15.07.66	Évora

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

5:41.9	Dulce Miranda Gouveia	fpn	29.07.67	Lisboa – Olivais
5:30.0	Ana Rosa Jorge	sad	30.08.70	Beja
5:26.1	Ana Canas Cunha	sad	21.08.71	Lisboa – Olivais
5:21.4	Ana Canas Cunha	fpn	28.07.72	Coimbra
5:05.6	Maria Graça Guimarães	cdna	12.07.73	Luanda
5:03.7	Liliana Mendes Santos	slb	23.08.75	Coimbra
5:00.8	Liliana Mendes Santos	slb	14.08.76	Lisboa – Olivais
4:57.6	Aida Leite da Silva	fpn	22.07.77	Génova
4:57.23	Aida Leite da Silva	fcP	08.08.77	Coimbra
4:47.44	Maria Paula Barbeiro	ind	10.06.78	Darmstadt
4:46.32	Maria Paula Barbeiro	ind	07.08.78	Lisboa – Olivais
4:40.9	Maria Cláudia Osório	fcP	27.07.79	Matur
4:28.67	Alexandra Maria Silva	fpn	24.04.81	Guadalupe
4:26.91	Alexandra Maria Silva	fpn	16.04.82	Buenos Aires

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

4:28.67 tempo limite

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

4:26.20	Maria Francisca Cabral	fcP	26.07.14	Jamor
---------	------------------------	-----	----------	-------

Juvenil A - § (01.10.13)

4:24.77	Ana Cláudia Santos	sfuap	19.03.05	Jamor
4:24.42	Tamila Hryhorivna Holub	scb	05.04.14	Coimbra
4:22.83	Tamila Hryhorivna Holub	scb	01.06.14	Coimbra
4:20.78	Tamila Hryhorivna Holub	fpn	07.06.14	Campanhã

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)**Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)**

6:05.5	Maria Rosalina Castro	fpn	08.08.63	Rio de Janeiro
5:36.4	Manuela Gourinho Oliveira	gdlim	03.09.67	Beja
5:29.0	Dulce Miranda Gouveia	fpn	27.07.68	Madrid
5:24.3	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	18.08.68	Vila Franca de Xira
5:22.4	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	25.08.71	Lisboa - Olivais
5:14.6	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	22.07.72	Beira
5:09.9	Maria Júlia Ferreira	cdna	09.08.74	Lisboa - Olivais
5:05.1	Maria Teresa Faria	cac	14.08.76	Lisboa - Olivais
4:57.78	Liliana Mendes Santos	slb	08.08.77	Coimbra
4:49.66	Maria Paula Barbeiro	fpn	07.04.79	Rio de Janeiro
4:43.3	Maria Cláudia Osório	fpn	01.03.80	Palma de Maiorca
4:39.45	Maria Cláudia Osório	fcp	02.05.80	Mulhouse
4:35.65	Maria Cláudia Osório	fcp	02.05.80	Mulhouse
4:31.43	Alexandra Maria Silva	fpn	28.01.83	Amersfoort
4:23.86	Alexandra Maria Silva	fpn	16.04.83	Lisboa - Olivais
4:22.37	Marta Andreia Ferreira	scp	10.05.02	Jamor
4:20.37	Marta Andreia Ferreira	fpn	04.08.02	Berlim

Júnior B - § (01.10.13)

4:20.37	Marta Andreia Ferreira	fpn	04.08.02	Berlim
---------	------------------------	-----	----------	--------

Júnior A - § (01.10.13)

4:19.98	Floribela Cavaco Machado	assscc	26.05.13	Coimbra
4:17.92	Tamila Hryhorivna Holub	fpn	23.01.16	Antuérpia
4:16.90	Tamila Hryhorivna Holub	scb	28.05.16	Coimbra
4:16.77	Tamila Hryhorivna Holub	fpn	06.07.16	Hódmezővásárhely
4:14.67	Tamila Hryhorivna Holub	scb	23.07.16	Jamor

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

6:24.5	Elza Maria Ferreira	gdlim	30.08.58	Praia das Mações
--------	---------------------	-------	----------	------------------

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

6:38.2	Elza Maria Ferreira	gdlim	06.09.58	Luso
6:16.1	Isabel Maria Barrué	fpn	08.08.63	Rio de Janeiro
6:01.8	Ana Gaspar Monteiro	sad	03.09.67	Beja
5:52.5	Ana Gaspar Monteiro	sad	10.07.68	Lisboa - Olivais
5:50.8	Maria do Céu Castelo Branco	sad	03.08.68	Lisboa - Olivais
5:50.4	Ana Gaspar Monteiro	sad	26.09.68	Lisboa - Olivais
5:31.4	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	27.08.69	Lisboa - Olivais
5:25.9	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	26.08.70	Lisboa - Olivais
5:23.6	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	12.08.72	Coimbra
5:13.5	Clotilde Botelho de Melo	apdm	13.04.73	Luanda
5:10.6	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	17.08.73	Coimbra
5:05.5	Maria Helena Varela	anl	16.08.74	Lisboa - Olivais
5:02.11	Maria Luz Mendes	cac	07.08.78	Lisboa - Olivais
5:01.64	Liliana Mendes Santos	slb	06.08.79	Lisboa - Olivais
4:59.8	Maria Paula Santana	fcp	08.08.81	Coimbra
4:58.0	Maria Paula Barbeiro	sad	16.07.83	Lisboa - Olivais
4:54.71	Teresa Paula Figueiras	fcp	05.08.83	Lisboa - Olivais
4:44.25	Alexandra Maria Nogueira	fpn	19.01.85	Estrasburgo
4:43.03	Alexandra Maria Nogueira	fpn	20.01.85	Estrasburgo
4:33.28	Alexandra Maria Silva	fcp	08.02.85	Lisboa - Olivais
4:33.01	Alexandra Maria Silva	fpn	15.02.86	Barcelona
4:32.75	Alexandra Maria Nogueira	sad	01.08.86	Lisboa - Olivais
4:32.11	Alexandra Maria Nogueira	fpn	19.08.86	Madrid
4:31.38	Maria Luísa Costa	fcp	03.05.92	Toulouse
4:28.01	Ana Antas de Barros	sad	07.08.92	Aveiro
4:24.88	Ana Gama Alegria	fpn	12.06.94	Canet
4:22.64	Ana Gama Alegria	scb	29.07.94	Lisboa - Restelo
4:21.73	Ana Gama Alegria	fpn	15.06.95	Canet
4:20.57	Ana Gama Alegria	fpn	24.08.95	Viena
4:19.89	Ana Gama Alegria	fpn	30.05.96	Barcelona
4:19.75	Ana Gonçalves Neto	fpn	29.06.13	Luxemburgo
4:19.75	Diana Margarida Durães	fcp	03.04.15	Coimbra
4:19.40	Diana Margarida Durães	fcp	31.05.15	Coimbra
4:19.09	Diana Margarida Durães	fcp	25.07.15	Coimbra
4:13.34	Diana Margarida Durães	fcp	12.03.16	Oeiras - Jamor
4:10.07	Diana Margarida Durães	fpn	23.07.17	Budapeste

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

6:24.5	Elza Maria Ferreira	gdlim	30.08.58	Praia das Mações
6:05.5	Maria Rosalina Castro	fpn	08.08.63	Rio de Janeiro
5:41.9	Dulce Miranda Gouveia	fpn	29.07.67	Lisboa - Olivais
5:36.4	Manuela Gourinho Oliveira	gdlim	03.09.67	Beja
5:29.0	Dulce Miranda Gouveia	fpn	27.07.68	Madrid
5:24.3	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	18.08.68	Vila Franca de Xira
5:22.4	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	25.08.71	Lisboa - Olivais
5:14.6	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	22.07.72	Beira
5:13.5	Clotilde Botelho de Melo	apdm	13.04.73	Luanda
5:05.6	Maria Graça Guimarães	cdna	12.07.73	Luanda
5:03.4	Liliana Mendes Santos	cnlu	09.08.74	Lisboa - Olivais
5:00.8	Liliana Mendes Santos	slb	14.08.76	Lisboa - Olivais
4:57.6	Aida Leite da Silva	fpn	22.07.77	Génova
4:57.23	Aida Leite da Silva	fcp	08.08.77	Coimbra
4:46.32	Maria Paula Barbeiro	ind	07.08.78	Lisboa - Olivais
4:40.9	Maria Cláudia Osório	fcp	27.07.79	Matur
4:32.50	Alexandra Maria Silva	fpn	19.04.80	Madrid
4:31.53	Alexandra Maria Silva	fpn	08.08.80	Skövde
4:28.67	Alexandra Maria Silva	fpn	24.04.81	Guadalupe
4:26.91	Alexandra Maria Silva	fpn	16.04.82	Buenos Aires
4:23.86	Alexandra Maria Silva	fpn	16.04.83	Lisboa - Olivais
4:22.64	Ana Gama Alegria	scb	29.07.94	Lisboa - Restelo
4:21.73	Ana Gama Alegria	fpn	15.06.95	Canet
4:20.57	Ana Gama Alegria	fpn	24.08.95	Viena
4:19.89	Ana Gama Alegria	fpn	30.05.96	Barcelona
4:19.75	Ana Gonçalves Neto	fpn	29.06.13	Luxemburgo
4:19.75	Diana Margarida Durães	fcp	03.04.15	Coimbra
4:19.40	Diana Margarida Durães	fcp	31.05.15	Coimbra
4:19.09	Diana Margarida Durães	fcp	25.07.15	Coimbra
4:17.92	Tamila Hryhorivna Holub	fpn	23.01.16	Antuérpia
4:13.34	Diana Margarida Durães	fcp	12.03.16	Oeiras - Jamor
4:10.07	Diana Margarida Durães	fpn	23.07.17	Budapeste

800 LIVRES**Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)**

11:38.1	Lúfa Cavaleiro Madeira	slb	11.07.73	Lisboa - Olivais
11:17.2	Liliana Mendes Santos	cnlu	02.02.74	Luanda
11:03.9	Liliana Mendes Santos	cnlu	06.03.74	Luanda
10:27.2	Liliana Mendes Santos	cnlu	10.08.74	Lisboa - Olivais
10:23.41	Maria Paula Barbeiro	ind	12.06.76	Michelstadt
10:08.70	Maria Paula Barbeiro	ind	27.06.76	Colónia
10:05.75	Olga Cató Camacho	sad	06.08.78	Lisboa - Olivais
09:56.3	Alexandra Maria Silva	fcp	28.07.79	Matur
09:50.70	Alexandra Maria Silva	fcp	05.08.79	Lisboa - Olivais
09:17.40	Alexandra Maria Silva	fpn	20.04.80	Madrid
09:14.85	Alexandra Maria Silva	fpn	10.08.80	Skövde

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

09:58.04 tempo limite

Infantil B - § (01.10.04)

09:57.05	Isabel Pinto Abreu	cfb	28.06.08	Jamor
09:43.21	Filipa Vilas Ruivo	dnmg	30.05.09	Coimbra
09:36.80	Filipa Vilas Ruivo	dnmg	05.07.09	Coimbra
09:30.42	Filipa Vilas Ruivo	dnmg	25.07.09	S. João da Madeira

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)**Infantil A - § (01.10.04)**

09:14.85 tempo limite

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

12:14.8	Ana Paula Matos	cnn	02.09.67	Beja
11:59.8	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	02.09.67	Beja
11:28.0	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	24.08.68	Beja
11:22.7	Ana Rosa Jorge	sad	13.07.70	Lisboa - Olivais
11:20.6	Ana Rosa Jorge	sad	29.08.70	Beja
11:14.1	Ana Canas Cunha	sad	20.08.71	Lisboa - Olivais
11:12.7	Ana Canas Cunha	sad	14.08.72	Coimbra
10:35.3	Maria Graça Guimarães	cdna	18.08.73	Coimbra
10:31.5	Maria Graça Guimarães	cdna	11.03.74	Luanda

10:29.8	Maria Graça Guimarães	cdna	16.03.74	Luanda
10:28.9	Maria Graça Guimarães	cdna	10.08.74	Lisboa – Olivais
10:21.6	Liliana Mendes Santos	slb	22.08.75	Coimbra
10:21.51	Liliana Mendes Santos	fpn	06.08.76	Modena
10:19.9	Liliana Mendes Santos	slb	13.08.76	Lisboa – Olivais
10:15.20	Aida Leite da Silva	fcp	07.08.77	Coimbra
09:44.93	Maria Paula Barbeiro	ind	09.06.78	Darmstadt
09:43.94	Maria Paula Barbeiro	ind	06.08.78	Lisboa – Olivais
09:11.37	Alexandra Maria Silva	fpn	25.04.81	Guadalupe
09:07.70	Alexandra Maria Silva	fpn	10.09.81	Split
09:03.51	Alexandra Maria Silva	fpn	29.08.82	Innsbrück

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

Juvenil B - § (01.10.13)

09:07.70 tempo limite

Juvenil A - § (01.10.13)

09:03.83	Ana Cláudia Santos	sfuap	20.03.05	Jamor
09:01.61	Tamila Hryhorivna Holub	fpn	13.04.14	Alexandroupolis
08:57.00	Tamila Hryhorivna Holub	scb	31.05.14	Coimbra
08:51.26	Tamila Hryhorivna Holub	fpn	08.06.14	Campanhã
08:50.68	Tamila Hryhorivna Holub	scb	27.07.14	Jamor

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

11:36.8	Manuela Gourinho Oliveira	gdIm	02.09.67	Beja
11:31.0	Clotilde Botelho de Melo	fpn	21.07.69	Belém
11:26.1	Clotilde Botelho de Melo	fpn	24.07.69	Fortaleza
11:15.3	Clotilde Botelho de Melo	gdIm	29.08.70	Beja
11:07.7	Clotilde Botelho de Melo	gdIm	28.08.71	Coimbra
10:51.5	Clotilde Botelho de Melo	gdIm	15.07.72	Beira
10:37.5	Clotilde Botelho de Melo	gdIm	14.08.72	Coimbra
10:35.25	Maria Teresa Faria	fpn	06.08.76	Modena
10:31.0	Palmira Manuela Andrade	fcp	13.08.76	Lisboa – Olivais
10:17.4	Liliana Mendes Santos	slb	15.07.77	Lisboa – Olivais
10:13.27	Liliana Mendes Santos	slb	07.08.77	Coimbra
09:59.10	Maria Paula Barbeiro	fpn	08.04.79	Rio de Janeiro
09:36.80	Maria Cláudia Osório	fpn	02.03.80	Palma de Maiorca
09:31.82	Maria Cláudia Osório	fcp	01.08.80	Lisboa – Olivais
09:03.50	Alexandra Maria Silva	fpn	28.01.83	Amersfoort
09:00.58	Alexandra Maria Silva	fpn	17.04.83	Lisboa – Olivais
08:57.14	Marta Andreia Ferreira	fpn	31.07.02	Berlim

Júnior B - § (01.10.13)

08:56.74	Tamila Hryhorivna Holub	scb	15.02.15	Póvoa de Varzim
08:45.53	Tamila Hryhorivna Holub	fpn	30.05.15	Coimbra

Júnior A - § (01.10.13)

08:49.86	Florbela Cavaco Machado	assscc	25.05.13	Coimbra
08:46.89	Tamila Hryhorivna Holub	fpn	23.01.16	Antuérpia
08:42.56	Tamila Hryhorivna Holub	fpn	14.05.16	Gijón
08:36.21	Tamila Hryhorivna Holub	scb	28.05.16	Coimbra

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

12:49.1	Ana Gaspar Monteiro	sad	02.09.67	Beja
12:33.0	Ana Gaspar Monteiro	sad	01.08.68	Lisboa – Olivais
11:58.6	Ana Gaspar Monteiro	sad	24.08.68	Beja
11:29.9	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	29.08.70	Beja
11:10.3	Dulce Miranda Gouveia	gdIm	14.08.72	Coimbra
11:01.8	Maria Helena Varela	anl	12.04.73	Luanda
10:45.6	Clotilde Botelho de Melo	gdIm	18.08.73	Coimbra
10:42.7	Maria Helena Varela	sad	05.07.74	Lisboa – Olivais
10:41.6	Maria Helena Varela	sad	10.08.74	Lisboa – Olivais
10:38.5	Maria Helena Varela	anl	17.08.74	Lisboa – Olivais
10:37.0	Maria Lurdes Silva	cdcp	16.07.78	Lisboa – Olivais
10:21.87	Maria Luz Mendes	cac	06.08.78	Lisboa – Olivais
10:16.90	Maria Paula Santana	fcp	07.08.81	Coimbra
10:12.92	Maria Paula Barbeiro	sad	05.08.83	Lisboa – Olivais
09:49.37	Teresa Paula Figueiras	fcp	05.08.83	Lisboa – Olivais
09:31.38	Alexandra Maria Nogueira	fpn	19.01.85	Estrasburgo

09:29.58	Alexandra Maria Nogueira	fpn	20.01.85	Estrasburgo
09:16.89	Alexandra Maria Nogueira	sad	23.02.85	Lisboa – Olivais
09:15.99	Alexandra Maria Nogueira	sad	01.03.86	Lisboa – Olivais
09:15.13	Ana Antas de Barros	sad	11.08.91	Lisboa – Olivais
09:11.97	Ana Antas de Barros	sad	09.08.92	Aveiro
09:10.19	Ana Gama Alegria	fpn	14.06.94	Barcelona
09:07.04	Maria Luísa Costa	fcp	31.07.94	Lisboa – Restelo
09:03.63	Ana Gama Alegria	fpn	28.05.96	Barcelona
09:01.56	Patrícia Oliveira Silva	cnac	05.08.01	Loulé
08:58.41	Marta Andreia Ferreira	fpn	25.07.03	Barcelona
08:54.96	Angélica Maria André	lsc	04.06.11	Porto – Campanhã
08:54.41	Angélica Maria André	lsc	26.07.12	Jamor
08:50.96	Florbela Cavaco Machado	assscc	28.03.13	Coimbra
08:49.86	Florbela Cavaco Machado	assscc	25.05.13	Coimbra
08:52.69	Ana Gonçalves Neto	fcp	18.07.13	Famalicão
08:43.58	Diana Margarida Durães	fcp	13.03.16	Oeiras - Jamor
08:36.58	Diana Margarida Durães	slb	18.02.17	Oeiras – Jamor
08:35.10	Diana Margarida Durães	fpn	28.07.17	Budapeste

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

12:14.8	Ana Paula Matos	cnn	02.09.67	Beja
11:36.8	Manuela Gourinho Oliveira	gdIm	02.09.67	Beja
11:28.0	Clotilde Botelho de Melo	gdIm	24.08.68	Beja
11:26.1	Clotilde Botelho de Melo	fpn	24.07.69	Fortaleza
11:22.7	Ana Rosa Jorge	sad	13.07.70	Lisboa – Olivais
11:15.3	Clotilde Botelho de Melo	gdIm	29.08.70	Beja
11:07.7	Clotilde Botelho de Melo	gdIm	28.08.71	Coimbra
10:51.5	Clotilde Botelho de Melo	gdIm	15.07.72	Beira
10:37.5	Clotilde Botelho de Melo	gdIm	14.08.72	Coimbra
10:35.3	Maria Graça Guimarães	cdna	18.08.73	Coimbra
10:31.5	Maria Graça Guimarães	cdna	11.03.74	Luanda
10:29.8	Maria Graça Guimarães	cdna	16.03.74	Luanda
10:27.2	Liliana Mendes Santos	cnlu	10.08.74	Lisboa – Olivais
10:21.6	Liliana Mendes Santos	slb	22.08.75	Coimbra
10:08.70	Maria Paula Barbeiro	ind	27.06.76	Colónia
09:44.93	Maria Paula Barbeiro	ind	09.06.78	Darmstadt
09:43.94	Maria Paula Barbeiro	ind	06.08.78	Lisboa – Olivais
09:36.80	Maria Cláudia Osório	fpn	02.03.80	Palma de Maiorca
09:17.40	Alexandra Maria Silva	fpn	20.04.80	Madrid
09:14.85	Alexandra Maria Silva	fpn	10.08.80	Skövde
09:11.37	Alexandra Maria Silva	fpn	25.04.81	Guadalupe
09:07.70	Alexandra Maria Silva	fpn	10.09.81	Split
09:03.51	Alexandra Maria Silva	fpn	29.08.82	Innsbrück
09:03.50	Alexandra Maria Silva	fpn	28.01.83	Amersfoort
09:00.58	Alexandra Maria Silva	fpn	17.04.83	Lisboa – Olivais
08:57.14	Marta Andreia Ferreira	fpn	31.07.02	Berlim
08:54.96	Angélica Maria André	lsc	04.06.11	Porto – Campanhã
08:54.41	Angélica Maria André	lsc	26.07.12	Jamor
08:50.96	Florbela Cavaco Machado	assscc	28.03.13	Coimbra
08:49.86	Florbela Cavaco Machado	assscc	25.05.13	Coimbra
08:45.53	Tamila Hryhorivna Holub	fpn	30.05.15	Coimbra
08:43.58	Diana Margarida Durães	fcp	13.03.16	Oeiras - Jamor
08:42.56	Tamila Hryhorivna Holub	fpn	14.05.16	Gijón
08:36.21	Tamila Hryhorivna Holub	scb	28.05.16	Coimbra
08:35.10	Diana Margarida Durães	fpn	28.07.17	Budapeste

1500 LIVRES

Infantil # (30.09.96)

20:28.7	Carla Patrícia Telo	csm	22.10.83	Matur
20:10.3	Maria Filipa Costa	fcp	16.06.85	Porto – Campanhã
19:52.07	Lara Marína Gomes	fcp	22.06.91	Póvoa de Varzim

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Infantil B - § (01.10.04)

18:11.07	Filipa Vilas Ruivo	dnmg	05.07.09	Coimbra
----------	--------------------	------	----------	---------

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

19:30.15	tempo limite			
19:14.55	Ana Sofia Cerqueira	lsc	04.07.01	Coimbra

Infantil A - § (01.10.04)

18:29.04	Florbela Cavaco Machado	assscc	05.07.09	Coimbra
----------	-------------------------	--------	----------	---------

18:08.64	Filipa Vilas Ruivo	dnmg	17.07.10	Coimbra
18:05.62	Mafalda Sofia Rosa	cnrm	24.06.16	Rio Maior
Juvenil - § (1972) # (30.09.96)				
24:05.1	Margarida Maria Simões	sad	01.08.72	Lisboa – Olivais
20:49.3	Luísa Jardim Martins	csm	22.10.83	Matur
18:22.01	Ana Gama Alegria	scb	22.06.91	Póvoa de Varzim
Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)				
18:12.05	Ana Catarina Gomes	sfuap	31.07.05	Famalicão
17:34.28	Maria Miguel Veloso	cnac	08.07.07	Coimbra
Juvenil B - § (01.10.13)				
17:34.28	Maria Miguel Veloso	cnac	08.07.07	Coimbra
Juvenil A - § (01.10.13)				
17:15.20	Maria Miguel Veloso	cnac	30.03.08	Coimbra
17:11.42	Tamila Hryhorivna Holub	fjn	14.06.14	Barcelona
16:54.60	Tamila Hryhorivna Holub	fjn	11.07.14	Dordrecht
Júnior - § (01.01.67) # (30.09.13)				
23:52.2	Isaura Jesus Martins	sad	05.08.70	Lisboa – Olivais
20:47.9	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	08.07.72	Beira
17:52.94	Alexandra Maria Jorge	cfp	22.06.91	Póvoa de Varzim
17:40.05	Ana Cláudia Santos	sfuap	31.07.05	Famalicão
17:26.88	Ana Catarina Gomes	sfuap	30.07.06	Coimbra
17:15.20	Maria Miguel Veloso	cnac	30.03.08	Coimbra
17:06.28	Maria Miguel Veloso	cnac	21.07.09	Faro
17:02.46	Florbela Cavaco Machado	assscc	07.04.12	Coimbra
Júnior B - § (01.10.13)				
16:55.15	Tamila Hryhorivna Holub	scb	04.04.15	Coimbra
16:47.35	Tamila Hryhorivna Holub	fjn	30.05.15	Coimbra
16:43.22	Tamila Hryhorivna Holub	fjn	29.08.15	Singapura
Júnior A - § (01.10.13)				
16:46.35	Florbela Cavaco Machado	fjn	30.08.13	Dubai
16:40.54	Tamila Hryhorivna Holub	scb	11.03.16	Oeiras - Jamor
16:38.60	Tamila Hryhorivna Holub	fjn	14.05.16	Gijón
16:20.80	Tamila Hryhorivna Holub	fjn	08.07.16	Hódmezövásárhely
Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)				
Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)				
18:18.2	Alexandra Maria Silva	fcp	16.06.85	Porto – Campanhã
17:19.99	Patrícia Oliveira Silva	cnac	04.07.01	Coimbra
17:17.91	Teresa Manuela Ferreira	fcp	11.07.04	Famalicão
17:13.93	Teresa Manuela Ferreira	fcp	31.07.05	Famalicão
17:00.95	Angélica Maria André	lsc	29.05.11	Coimbra
16:48.11	Angélica Maria André	lsc	29.07.12	Jamor
16:46.57	Angélica Maria André	lsc	07.07.13	Famalicão
16:46.35	Florbela Cavaco Machado	fjn	30.08.13	Dubai
16:46.57	Angélica Maria André	lsc	07.07.13	Famalicão
16:35.23	Tamila Hryhorivna Holub	scb	30.03.17	Coimbra
16:33.93	Tamila Hryhorivna Holub	fjn	10.04.17	Pontevedra
16:24.05	Tamila Hryhorivna Holub	fjn	24.07.17	Budapeste
Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)				
23:52.2	Isaura Jesus Martins	sad	05.08.70	Lisboa – Olivais
20:47.9	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	08.07.72	Beira
20:28.7	Carla Patrícia Telo	csm	22.10.83	Matur
20:10.3	Maria Filipa Costa	fcp	16.06.85	Porto – Campanhã
18:18.2	Alexandra Maria Silva	fcp	16.06.85	Porto – Campanhã
17:52.94	Alexandra Maria Jorge	cfp	22.06.91	Póvoa de Varzim
17:19.99	Patrícia Oliveira Silva	cnac	04.07.01	Coimbra
17:17.91	Teresa Manuela Ferreira	fcp	11.07.04	Famalicão
17:13.93	Teresa Manuela Ferreira	fcp	31.07.05	Famalicão
17:06.28	Maria Miguel Veloso	cnac	21.07.09	Faro
17:00.95	Angélica Maria André	lsc	29.05.11	Coimbra
16:48.11	Angélica Maria André	lsc	29.07.12	Jamor
16:46.57	Angélica Maria André	lsc	07.07.13	Famalicão
16:46.35	Florbela Cavaco Machado	fjn	30.08.13	Dubai
16:43.22	Tamila Hryhorivna Holub	fjn	29.08.15	Singapura

16:40.54	Tamila Hryhorivna Holub	scb	11.03.16	Oeiras - Jamor
16:38.60	Tamila Hryhorivna Holub	fjn	14.05.16	Gijón
16:20.80	Tamila Hryhorivna Holub	fjn	08.07.16	Hódmezövásárhely
4X50 LIVRES				
Júnior - clubes - § (01.10.04)				
2:05.60	Mara Filipa Carvalho, Maria Luísa Santos, Mariana Vieira Lopes, Maria João Azevedo	cfv	07.07.05	Famalicão
1:55.60	Ana Sousa Lemos, Sara Silva Azevedo, Cláudia Marques Moreno, Marta Vieira Marinho	fcp	08.07.06	Porto – Campanhã
1:54.01	Marta Alexandra Figueiredo, Sara Margarida Nunes, Soraia Vanessa Ribeiro, Cláudia Sofia Monteiro	cfv	07.07.07	Famalicão
1:49.70	Mafalda Gomes Beleza, Filipa Vilas Tiago, Maria Carolina Rosa, Alexandra Ribeiro Paula	scp	27.03.09	Lisboa – E. Universitário
Júnior - seleções - § (01.10.04)				
sem tempo limite				
1:56.36	Inês Jacinto Henriques, Inês Silva Rocha, Mónica Seara Domingues, Bárbara Coimbra Teodósio	andl	15.05.16	Gijón
1:51.97	Raquel Gomes Pereira, Ana Rita Faria, Tamila Hryhorivna Holub, Madalena Gomes Azevedo	fjn	04.06.16	Porto - Campanhã
1:51.34	Raquel Gomes Pereira, Ana Rita Faria, Tamila Hryhorivna Holub, Madalena Gomes Azevedo	fjn	04.06.16	Porto - Campanhã
1:49.47	Ana Rita Faria, Raquel Gomes Pereira, Inês Jacinto Henriques, Beatriz Mendes Viegas	fjn	03.06.17	Porto-Campanhã
1:48.67	Ana Rita Faria, Raquel Gomes Pereira, Inês Jacinto Henriques, Beatriz Mendes Viegas	fjn	03.06.17	Porto-Campanhã
Sénior - clubes - § (01.10.04)				
1:57.90	Margarida Sousa Santos, Ana João Pinto, Margarida Raquel Ratola, Inês Sofia Aleixo	cdup	19.06.05	Porto – Campanhã
1:56.38	Cátia Santos Ramalho, Cátia Sofia Fernandes, Joana Filipa Ataíde, Carolina Santos Silva	cnmaia	07.07.05	Famalicão
1:54.60	Filipa Ferreira Silva, Ana Rita Rolo, Ana Filipa Meneses, Diana Duarte Gomes	cna	03.06.07	Porto – Campanhã
1:51.22	Filipa Ferreira Silva, Ana Rita Rolo, Diana Duarte Gomes, Susana Patrícia Miguel	cna	03.06.07	Porto – Campanhã
1:50.09	Filipa Ferreira Silva, Susana Patrícia Miguel, Raquel Sousa Gomes, Diana Duarte Gomes	cna	26.07.07	Aveiro
1:48.92	Sara Freitas Oliveira, Marta Vieira Marinho, Alexandra Paiva Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	18.05.08	Coimbra
1:46.99	Sara Beatriz Loureiro, Marta Vieira Marinho, Cláudia Marques Moreno, Alexandra Paiva Oliveira	fcp	27.03.09	Lisboa – E. Universitário
1:46.47	Cláudia Marques Moreno, Sara Beatriz Loureiro, Alexandra Paiva Oliveira, Marta Vieira Marinho	fcp	18.07.09	Faro
1:46.27	Marta Vieira Marinho, Alexandra Paiva Oliveira, Cláudia Marques Moreno, Sara Freitas Oliveira	fcp	09.04.10	Coimbra
1:46.22	Marta Vieira Marinho, Sara Beatriz Loureiro, Alexandra Paiva Oliveira, Sara Freitas Oliveira	fcp	01.04.11	Rio Maior
Sénior - seleções - § (01.10.04)				
sem tempo limite				
Absoluto - clubes - § (01.10.79)				
2:07.5	tempo limite			
2:03.67	Teresa Paula Figueiras, Maria Alexandra Leal, Maria José Sá, Alexandra Maria Silva	fcp	03.05.86	Mulhouse
1:56.41	Ana Teresa Raimundo, Luísa Tamaki Yokochi, Patrícia Melo Alves, Sandra Cabral Neves	slb	14.05.87	Lisboa – Olivais
1:54.1	Carla Ramalho Ortigão, Virgília Soraya Gomes, Rita Lopes Fernandes, Natacha Alexandra Sousa	fcp	25.02.89	Lisboa – Olivais
1:54.08	Virgília Soraya Gomes, Carla Ramalho Ortigão, Rita Lopes Fernandes, Natacha Alexandra Sousa	fcp	28.01.90	Lisboa – Olivais
1:53.78	Carla Ramalho Ortigão, Carla Santa Bárbara, Rita Lopes Fernandes, Natacha Alexandra Sousa	fcp	05.05.90	Turim
1:53.32	Carla Ramalho Ortigão, Carla Santa Bárbara, Rita Lopes Fernandes, Natacha Alexandra Sousa	fcp	05.05.90	Turim
1:52.43	Virgília Soraya Gomes, Sandra Santa Bárbara, Carla Santa Bárbara, Natacha Alexandra Sousa	fcp	05.05.91	Eindhoven

1:51.13	Patrícia Vilas Conceição, Sara Almeida Amaral, Daniela Guerra Inácio, Harriet Larcher Smith	cfb	29.05.04	Lisboa – E. Universitário
1:50.09	Filipa Ferreira Silva, Susana Patrícia Miguel, Raquel Sousa Gomes, Diana Duarte Gomes	cna	26.07.07	Aveiro
1:48.92	Sara Freitas Oliveira, Marta Vieira Marinho, Alexandra Paiva Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	18.05.08	Coimbra
1:46.99	Sara Beatriz Loureiro, Marta Vieira Marinho, Cláudia Marques Moreno, Alexandra Paiva Oliveira	fcp	27.03.09	Lisboa – E. Universitário
1:46.47	Cláudia Marques Moreno, Sara Beatriz Loureiro, Alexandra Paiva Oliveira, Marta Vieira Marinho	fcp	18.07.09	Faro
1:46.27	Marta Vieira Marinho, Alexandra Paiva Oliveira, Cláudia Marques Moreno, Sara Freitas Oliveira	fcp	09.04.10	Coimbra
1:46.22	Marta Vieira Marinho, Sara Beatriz Loureiro, Alexandra Paiva Oliveira, Sara Freitas Oliveira	fcp	01.04.11	Rio Maior

Absoluto - seleções - § (01.10.04)
sem tempo limite

1:51.35	Adriana Daniela Castro, Diana Patrícia Ferreira, Ana Beatriz Martins, Ana Rita Faria	annp	15.05.16	Gijón
1:51.34	Raquel Gomes Pereira, Ana Rita Faria, Tamila Hryhorivna Holub, Madalena Gomes Azevedo	fpn	04.06.16	Porto - Campanhã

4X100 LIVRES

Infantil - § (28.05.73)

5:19.2	Paula Barata Alves, Paula Vasconcelos Morais, Maria Joana Delerue, Olga Maria Jordão	sad	01.07.74	Lisboa – Olivais
5:06.5	Paula Barata Alves, Maria Paula Barbeiro, Paula Vasconcelos Morais, Maria Joana Delerue	sad	09.08.74	Lisboa – Olivais
5:01.8	Vilma Fernandes Naldo, Vanda Tarré Sousa, Helena Barata Alves, Maria Joana Delerue	sad	03.08.75	Lisboa – Olivais
4:48.9	Aida Leite da Silva, Maria Joana Andrade, Maria João Quintas, Maria Paula Andrade	fcp	24.08.75	Coimbra
4:48.4	Olga Cató Camacho, Vilma Fernandes Naldo, Maria Joana Delerue, Vanda Tarré Sousa	sad	15.08.76	Lisboa – Olivais
4:45.96	Ana Viegas Faria, Maria Teresa Sousa, Helena Antas Barros, Olga Cató Camacho	sad	08.08.78	Lisboa – Olivais
4:34.01	Marta von Hafe Roboredo, Isabel Silva Mota, Maria João Taborda, Alexandra Maria Silva	fcp	03.08.80	Lisboa – Olivais
4:33.47	Maria Rosário Rebelo, Luísa Pinto Rosa, Manuela Queirós Martins, Natacha Alexandra Sousa	fcp	09.08.85	Porto – Campanhã
4:30.67	Catarina Bayer Castro, Manuela Queirós Martins, Ana Verónica Neves, Ana Patrícia Rodrigues	fpn	06.04.86	Zurique
4:26.7	Carla Santa Bárbara, Rita Gama Alegria, Raquel Costa Martins, Sandra Santa Bárbara	fcp	24.07.88	Porto – Campanhã
4:20.41	Virgília Soraya Gomes, Luísa Maria Portela, Raquel Costa Martins, Catarina Tavares Brandão	fpn	02.04.89	Lisboa – Olivais

Grupo 3 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:20.41	Virgília Soraya Gomes, Luísa Maria Portela, Raquel Costa Martins, Catarina Tavares Brandão	fpn	02.04.89	Lisboa – Olivais
---------	--	-----	----------	------------------

Grupo 3 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

Infantil B - clubes - § (01.10.04)

4:23.37	tempo limite			
4:26.09	Ana Silva Costa, Catarina Alexandra Jardim, Carla Luísa Alves, Bárbara Nogueira Gonçalves	gdnfama	25.07.10	Porto - Campanhã

Grupo 3 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

tempo limite

Infantil B - seleções - § (01.10.04)

4:38.05	Sara Moura Cruz, Joana Ribeiro Martins, Beatriz Vaz Rebelo, Filipa Ramos Peixeira	anl	14.06.15	V. Franca Xira
4:27.58	Maria Gomes Pereira, Leonor Alves Morginho, Mariana Morais Delfino, Maria Ferreira Moura	anl	15.05.16	V. Franca Xira

Grupo 2 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:35.64	Daniela Liliana Campos, Marta Ferreira Couteiro, Ana Carolina Cordeiro, Diana Vaz Saleiro	cfv	06.07.97	Famalicão
4:31.48	Daniela Sequeira Pinto, Ana Maria Vasco,			

	Cláudia Henriques Abrantes, Ana Paris Leal	slb	25.07.97	Famalicão
--	--	-----	----------	-----------

Grupo 2 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:29.48	Maria Manuela Fonseca, Patrícia Silva Lopes, Cristiana Raquel Martins, Bárbara Sousa Ferreira	lsc	05.07.98	Famalicão
4:24.75	Vanessa Paixão Neves, Raquel Sousa Gomes, Ana Celina Vicente, Filipa Ferreira Silva	cna	12.07.98	Lisboa – E. Universitário
4:24.14	Raquel Sousa Gomes, Vanessa Paixão Neves, Ana Celina Vicente, Filipa Ferreira Silva	cna	26.07.98	Porto – Campanhã
4:22.86	Inês Ribeiro Viseu, Sara Beatriz Loureiro, Helena Ferreira Neves, Leonor Borges Faria	scb	23.07.00	S. João da Madeira
4:22.46	Susana Patrícia Miguel, Patrícia Marinho Campos, Liliana Raquel Rafael, Ana Cláudia Santos	sfuap	06.07.03	Lisboa – Restelo
4:20.65	Cláudia Sousa Silva, Marta Vieira Marinho, Sara Silva Azevedo, Sílvia Cláudia Melo	fcp	25.07.04	Póvoa de Varzim

Infantil A - clubes - § (01.10.04)

4:19.73	Filipa Vilas Tiago, Maria João Silva, Margarida Muge Pinto, Patrícia Garcia Marinho	scp	01.07.07	Jamor
4:17.91	Vera Patrícia Pinto, Inês Catarina Agostinho, Raquel Paulo Ranito, Sofia Oliveira Pinto	slb	22.07.07	Faro
4:17.71	Beatriz Neves Craveiro, Matilde Domingues Gameiro, Daniela Figueiredo Metelo, Andreia Margarida Morgado	cnac	25.07.10	Porto – Campanhã
4:17.13	Ana Silva Costa, Carla Luísa Alves, Catarina Alexandra Jardim, Bárbara Nogueira Gonçalves	gdnfama	24.07.11	Lisboa – E. Universitário

Grupo 2 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:26.91	Marta Vieira Marinho, Helena Leitão Sá, Sara Silva Azevedo, Daniela Filipa Ferreira	annp	25.04.04	Pamplona
---------	---	------	----------	----------

Infantil A - seleções - § (01.10.04)

4:17.14	Bárbara Francisco Ferreira, Raquel Antunes Tremoço, Concha Guerra Marreiros, Filipa Serrano Rodrigues	anl	10.05.14	V. Franca Xira
---------	---	-----	----------	----------------

Infantil - clubes - § (01.10.13)

tempo limite

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

6:00.4	Ana Cristina Patacas, Isaura Jesus Martins, Margarida Santos Francês, Ana Maria Patacas	sad	03.08.68	Lisboa – Olivais
5:33.4	Ana Cristina Patacas, Ana Maria Patacas, Margarida Santos Francês, Berta Bessone Alves	sad	18.08.68	Vila Franca de Xira
5:05.3	Lucília Maria Vieira, Anabela Miranda Gouveia, Ana Paula Pinto, Maria Alice Aleixo	gdlim	24.08.69	Évora
5:02.8	Maria Manuela Banha, Ana Maria Patacas, Ana Rosa Jorge, Ana Canas Cunha	sad	05.08.70	Lisboa – Olivais
4:59.4	Francisca Pessanha Teixeira, Helena Maria Fernandes, Maria Cândida Oliveira, Branca Sousa Couto	fcp	20.08.71	Lisboa – Olivais
4:54.2	Ana Maria Banha, Cristina Müller e Sousa, Cristina Maria Casinhas, Maria José Lamas	sad	09.08.74	Lisboa – Olivais
4:52.2	Ana Maria Castro, Isabel Cruz Pinheiro, Margarida Lopes Ligeiro, Maria Paula Andrade	fcp	24.08.75	Coimbra
4:46.5	Maria Joana Andrade, Maria Teresa Andrade, Maria João Quintas, Isabel Alexandra Aguiar	fcp	15.08.76	Lisboa – Olivais
4:37.93	Maria Paula Santana, Isabel Oliveira Martins, Maria Eulália Silva, Maria João Quintas	cfp	09.08.77	Coimbra
4:29.16	Maria Cláudia Osório, Cristina Bessa Oliveira, Teresa Paula Figueiras, Aida Leite da Silva	fcp	08.08.78	Lisboa – Olivais
4:29.12	Aida Leite da Silva, Teresa Paula Figueiras, Maria Cláudia Osório, Cristina Bessa Oliveira	fcp	08.08.78	Lisboa – Olivais
4:27.50	Ana Viegas Faria, Helena Antas Barros, Alexandra Canas Cunha, Sofia Araújo Paulo	sad	07.08.79	Lisboa – Olivais
4:27.29	Maria Teresa Sousa, Olga Cató Camacho, Helena Antas Barros, Ana Viegas Faria	sad	03.08.80	Lisboa – Olivais
4:25.40	Maria Fernanda Gonçalves, Ana Maria Fernandes, Marta von Hafe Roboredo, Alexandra Maria Silva	fcp	09.08.81	Coimbra
4:19.6	Alexandra Maria Silva, Maria João Taborda, Marta von Hafe Roboredo, Isabel Silva Mota	fcp	08.08.82	Póvoa de Varzim
4:18.07	Natacha Alexandra Sousa, Rita Fernandes Anjos, Luísa Pinto Rosa, Patrícia Melo Alves	fpn	12.04.87	Salónica
4:16.65	Sónia Cristina Sousa, Maria Luísa Costa,			

4:13.52	Vanda Martins Pereira, Raquel Fernandes Anjos Catarina Tavares Brandão, Paula Cristina Gonçalves, Virgília Soraya Gomes, Tânia Santana Ribeiro	fpn	02.04.89	Espoo
4:10.83	Cátia Susana Rodrigues, Ana Rita Francisco, Maria Margarida Carvalho, Raquel Maria Felgueiras	fpn	06.04.90	Natanya
Grupo 1 - § (01.10.96) # (31.05.98)				
4:10.83	Cátia Susana Rodrigues, Ana Rita Francisco, Maria Margarida Carvalho, Raquel Maria Felgueiras	fpn	09.04.94	Lisboa – Olivais
Grupo 1 - clubes (01.06.98) # (30.09.04)				
4:19.6	tempo limite			
4:17.36	Raquel Sousa Gomes, Ana Rita Martins, Vanessa Paixão Neves, Filipa Ferreira Silva	cna	17.07.99	Jamor
4:15.24	Ana Rita Rolo, Joana Filipa Viana, Maria João Dores, Maria Inês Leitão	scp	11.07.02	Jamor
4:12.52	Ana Rita Rolo, Maria João Dores, Márcia Calado Pissarra, Maria Inês Leitão	scp	25.07.02	Jamor
Juvenil - clubes - § (01.10.04)				
4:12.11	Marta Vieira Marinho, Cláudia Marques Moreno, Sílvia Cláudia Melo, Sara Silva Azevedo	fcp	22.07.05	Coimbra
4:11.65	Beatriz Neves Craveiro, Beatriz Filipa Matos, Andreia Margarida Morgado, Daniela Figueiredo Metelo	cnac	27.03.11	Jamor
4:10.72	Daniela Figueiredo Metelo, Beatriz Neves Craveiro, Andreia Margarida Morgado, Beatriz Filipa Matos	cnac	05.08.11	Póvoa de Varzim
Juvenil B - clubes - § (01.10.13)				
4:10.72	Daniela Figueiredo Metelo, Beatriz Neves Craveiro, Andreia Margarida Morgado, Beatriz Filipa Matos	cnac	05.08.11	Póvoa de Varzim
Grupo 1 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
4:10.83	tempo limite			
4:10.67	Keissy Joselyn Sousa, Filipa Ferreira Silva, Bárbara Sousa Ferreira, Maria Manuela Fonseca	fpn	12.07.99	Esbjerg
4:10.04	Carolina Viegas Peres, Solange Patrícia Azevedo, Daniela Guerra Inácio, Harriet Larcher Smith	fpn	13.04.03	Praga
4:09.92	Joana Dias Escária, Susana Patrícia Miguel, Nádia Amado Laezza, Ana Cláudia Santos	fpn	04.04.04	Limassol
Juvenil - seleções - § (01.10.04)				
4:09.40	Sara Silva Azevedo, Carolina dos Santos Bebião, Rita Nair Ferreira, Marta Vieira Marinho	fpn	04.07.05	Lignano Sabbiadoro
4:06.52	Ana Ribeiro Ferreira, Maria João Lucas, Berta Martins Ramos, Cláudia Sofia Monteiro	fpn	01.07.06	Rio Maior
4:03.93	Marisa Alexandra Lage, Ana Pinho Rodrigues, Filipa Vilas Tiago, Diana Ramos Rocha	fpn	30.03.08	Istambul
Juvenil B - seleções - § (01.10.13)				
4:03.93	Marisa Alexandra Lage, Ana Pinho Rodrigues, Filipa Vilas Tiago, Diana Ramos Rocha	fpn	30.03.08	Istambul
Juvenil A - clubes - § (01.10.13)				
4:10.72	tempo limite			
4:10.55	Marta Alexandra Canedo, Maria Francisca Cabral, Joana Martins Pereira, Ana Rita Faria	fcp	14.03.15	Póvoa de Varzim
4:06.43	Maria Francisca Cabral, Marta Alexandra Canedo, Joana Martins Pereira, Ana Rita Faria	fcp	02.04.15	Coimbra
Juvenil A - seleções - § (01.10.13)				
4:03.93	tempo limite			
Juvenil - clubes - § (01.10.13)				
4:07.56	Raquel Gomes Pereira, Laura Sanchez Rodrigues, Rita Maurile Taveira, Madalena Gomes Azevedo	sad	25.07.14	Jamor
4:06.43	Maria Francisca Cabral, Marta Alexandra Canedo, Joana Martins Pereira, Ana Rita Faria	fcp	02.04.15	Coimbra
4:03.10	Ana Rita Faria, Beatriz Santos Silva, Maria Carolina Costa, Maria Francisca Cabral	fcp	24.07.15	Coimbra
Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)				
Júnior - § (01.01.62) # (31.05.98)				
6:08.0	Fátima Rosas de Almeida, Maria Luísa Coelho, Maria Adelaide Gomes, Isabel Maria Ferreira	cfp	18.08.68	Vila Franca de Xira
5:36.4	Ana Cristina Patacas, Ana Paula Matos,			

5:23.4	Graça Guedes Maia, Isaura Jesus Martins, Ana Cristina Patacas, Isaura Jesus Martins, Ana Paula Matos, Graça Guedes Maia	sad	06.08.69	Lisboa – Olivais
5:20.8	Ana Cristina Patacas, Isaura Jesus Martins, Ana Paula Matos, Lígia Fernandes Marques	sad	24.08.69	Évora
5:11.9	Cristina Carrington Costa, Maria Isabel Godinho, Mafalda Moura Relvas, Maria Teresa Oliveira	aac	23.08.70	Lisboa – Olivais
4:57.4	Helena Maria Fernandes, Francisca Pessanha Teixeira, Maria Cândida Oliveira, Maria Cristina Oliveira	fcp	31.03.72	Luanda
4:51.0	Helena Maria Fernandes, Laurinda Maria Fernandes, Maria Cândida Oliveira, Francisca Pessanha Teixeira	fcp	13.08.72	Coimbra
4:43.8	Ana Maria Castro, Maria Paula Andrade, Maria Salomé Fernandes, Palmira Manuela Andrade	fcp	17.08.73	Coimbra
4:36.96	Maria Teresa Faria, Eugénia Maria Cunha, Margarida Mendes Silva, Maria Luz Mendes	fcp	15.08.76	Lisboa – Olivais
4:30.18	Ana Paula Fortunato, Fátima de Jesus Coelho, Ana Neves Ferreira, Ana Cristina Yokochi	cac	09.08.77	Coimbra
4:24.30	Ana von Hafe Roboredo, Cristina Bessa Oliveira, Aida Leite da Silva, Teresa Paula Figueiras	slb	07.08.79	Lisboa – Olivais
4:24.3	Sílvia Maria Morais, Maria Teresa Villaret, Alexandra Maria Nogueira, Helena Antas Barros	fcp	09.08.81	Coimbra
4:21.34	Maria Fernanda Gonçalves, Ana Maria Fernandes, Marta von Hafe Roboredo, Alexandra Maria Silva	sad	17.07.83	Lisboa – Olivais
4:15.46	Suzete Costa Ruivo, Júlia Louro Matos, Luísa Tamaki Yokochi, Sandra Cabral Neves	fcp	07.08.83	Lisboa – Olivais
4:13.06	Carla Ramalho Ortigão, Rita Lopes Fernandes, Maria Filipa Costa, Natacha Alexandra Sousa	slb	03.08.86	Lisboa – Olivais
4:10.50	Natacha Alexandra Sousa, Carla Santa Bárbara, Rita Lopes Fernandes, Carla Ramalho Ortigão	fcp	07.08.88	Lisboa – Olivais
4:06.76	Maria Carlos Santos, Ana Gama Alegria, Carla Sofia Marques, Susana Margarida Sousa	fcp	06.08.89	Atenas
		fpn	17.04.93	Lisboa – Olivais
Júnior - clubes - § (01.06.98)				
4:13.06	tempo limite			
4:11.57	Ana Rita Martins, Filipa Ferreira Silva, Susana Filipa Silva, Raquel Sousa Gomes	cna	23.03.01	Jamor
4:11.40	Susana Filipa Silva, Filipa Ferreira Silva, Ana Rita Martins, Raquel Sousa Gomes	cna	12.05.01	Póvoa de Varzim
4:09.88	Susana Filipa Silva, Filipa Ferreira Silva, Ana Rita Martins, Raquel Sousa Gomes	cna	05.08.01	Loulé
4:07.34	Filipa Ferreira Silva, Susana Filipa Silva, Ana Rita Martins, Raquel Sousa Gomes	cna	05.08.01	Loulé
4:05.99	Maria Inês Leitão, Márcia Calado Pissarra, Maria João Dores, Inês Maria Alves	scp	26.03.04	Jamor
4:03.23	Márcia Calado Pissarra, Maria Inês Leitão, Maria João Dores, Inês Maria Alves	scp	29.07.04	Jamor
4:02.54	Maria Carolina Rosa, Patrícia Garcia Marinho, Raquel Paulo Ranito, Mafalda Gomes Beleza	scp	10.04.10	Coimbra
4:00.84	Maria Carolina Rosa, Filipa Vilas Tiago, Raquel Paulo Ranito, Mafalda Gomes Beleza	scp	30.07.10	Coimbra
Júnior - seleções - § (01.06.98)				
4:06.76	Maria Carlos Santos, Ana Gama Alegria, Carla Sofia Marques, Susana Margarida Sousa	fpn	17.04.93	Lisboa – Olivais
4:03.65	Patrícia Vilas Conceição, Marta Andreia Ferreira, Sara Freitas Oliveira, Filipa Ferreira Silva	fcp	08.04.01	Jamor
4:03.38	Patrícia Vilas Conceição, Filipa Ferreira Silva, Marta Andreia Ferreira, Sara Freitas Oliveira	fcp	07.07.01	La Valetta
4:02.64	Maria João Dores, Maria Inês Leitão, Daniela Guerra Inácio, Harriet Larcher Smith	fpn	04.04.04	Oswiecim
4:01.77	Joana Dias Escária, Marta Vieira Marinho, Ana Cláudia Santos, Nádia Amado Laezza	fpn	09.04.06	Funchal – Penteadá
3:58.79	Andreia Catarina Gomes, Sara Francisco Cruz, Filipa Vilas Tiago, Joana Aguiar Rodrigues	fpn	23.05.09	Chalon-sur-Saône
3:56.10	Joana Aguiar Rodrigues, Maria Carolina Rosa, Andreia Catarina Gomes, Sara Francisco Cruz	fpn	09.07.09	Praga
Antiga categoria Júnior - § (melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)				
5:46.0	Isabel Furtado de Castro, Maria Teresa Montoya, Maria Odete Santos, Maria Antónia Pinto	sad	30.08.58	Praia das Maças
Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.05.98)				

6:02.8	Isabel Furtado de Castro, Felícia Santana Barreto, Maria Teresa Montoya, Maria Odete Santos	sad	06.09.58	Luso
5:41.0	Bernardete Furtado Castro, Maria Helena Gomes, Maria Lurdes Pessoa Duarte, Ana Gaspar Monteiro	sad	03.09.67	Beja
5:39.3	Ana Gaspar Monteiro, Maria do Céu Castelo Branco, Maria Helena Gomes, Bernardete Furtado Castro	sad	04.08.68	Vila Franca de Xira
5:28.3	Ana Gaspar Monteiro, Maria Helena Gomes, Bernardete Furtado Castro, Maria do Céu Castelo Branco	sad	25.08.68	Beja
4:49.3	Dulce Miranda Gouveia, Manuela Mendes Silva, Luísa Maria Pereira, Maria Teresa Oliveira	cac	24.08.75	Coimbra
4:41.46	Maria Salomé Fernandes, Laurinda Maria Fernandes, Helena Maria Fernandes, Palmira Manuela Andrade	fcp	09.08.77	Coimbra
4:30.52	Maria Paula Barbeiro, Maria Teresa Villaret, Maria Teresa Sousa, Helena Antas Barros	sad	12.08.84	Coimbra
4:17.7	Teresa Paula Figueiras, Alexandra Maria Nogueira, Helena Antas Barros, Alexandra Maria Silva	fpn	07.04.85	Puerto de la Cruz
4:13.10	Paula Marisa Lamego, Luísa Tamaki Yokochi, Ana Teresa Raimundo, Sandra Cabral Neves	slb	07.08.88	Lisboa – Olivais
4:08.03	Ana Teresa Raimundo, Luísa Tamaki Yokochi, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves	slb	07.08.88	Lisboa – Olivais
4:06.98	Natacha Alexandra Sousa, Sandra Cabral Neves, Ana Antas de Barros, Ana Teixeira de Carvalho	fpn	06.04.90	La Paz BC
4:04.96	Virgília Soraya Gomes, Sandra Santa Bárbara, Maria Luísa Costa, Carla Santa Bárbara	fcp	25.07.93	Lisboa – Restelo
4:04.17	Inês Areal Rothes, Maria Luísa Costa, Helena Sofia Sousa, Rita Lopes Fernandes	fcp	04.08.96	Famalicão
4:02.88	Sónia Oliveira Vilar, Rita Lopes Fernandes, Ana Rita Francisco, Maria Carlos Santos	fpn	20.12.97	Bordéus

Sénior - clubes - § (01.06.98)

4:04.17	tempo limite			
4:03.54	Sónia Oliveira Vilar, Inês Areal Rothes, Joana Maria Lopes, Rita Lopes Fernandes	fcp	18.12.99	Jamor
4:02.32	Raquel Maria Felgueiras, Vânia Cristina Oliveira, Diana Fernandes Couto, Ana Gama Alegria	scb	30.07.00	Lisboa – Restelo
4:01.59	Márcia Calado Pissarra, Inês Maria Alves, Maria João Dores, Marta Andreia Ferreira	scp	18.03.05	Jamor
4:00.53	Márcia Calado Pissarra, Maria Inês Leitão, Maria João Dores, Marta Andreia Ferreira	scp	28.07.06	Coimbra
4:00.36	Filipa Ferreira Silva, Raquel Sousa Gomes, Susana Patrícia Miguel, Diana Duarte Gomes	cna	27.07.07	Aveiro
3:56.91	Sara Freitas Oliveira, Cláudia Marques Moreno, Alexandra Paiva Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	29.03.08	Coimbra
3:54.88	Cláudia Marques Moreno, Marta Vieira Marinho, Alexandra Paiva Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	28.03.09	Lisboa – E. Universitário
3:52.66	Marta Vieira Marinho, Alexandra Paiva Oliveira, Joana Aguiar Rodrigues, Sara Freitas Oliveira	fcp	10.04.10	Coimbra
3:52.07	Sara Freitas Oliveira, Alexandra Paiva Oliveira, Joana Aguiar Rodrigues, Marta Vieira Marinho	fcp	30.07.10	Coimbra

Sénior - seleções - § (01.06.98)

4:02.88	tempo limite			
3:55.51	Ana Gama Alegria, Rita Lopes Fernandes, Sónia Oliveira Vilar, Maria Carlos Santos	fpn	06.06.98	Lisboa – E. Universitário
3:52.40	Ana Sofia Leite, Ana Pinho Rodrigues, Rita Barros Frischknecht, Diana Margarida Durães	fpn	23.01.16	Antuérpia

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.05.98)

5:46.0	Isabel Furtado de Castro, Maria Teresa Montoya, Maria Odete Santos, Maria Antónia Pinto	sad	30.08.58	Praia das Mações
5:24.5	Maria Rosalina Castro, Isabel Maria Barrué, Manuela Silva Nunes, Maria Lurdes Pessoa Duarte	fpn	09.08.63	Rio de Janeiro
4:39.9	Ana Gaspar Monteiro, Susana Pinto Abreu, Manuela Gourinho Oliveira, Dulce Miranda Gouveia	fpn	30.07.67	Lisboa – Olivais
4:38.9	Dulce Miranda Gouveia, Clotilde Botelho de Melo, Graça Guedes Maia, Susana Pinto Abreu	gdIm	23.08.70	Lisboa – Olivais
4:38.7	Dulce Miranda Gouveia, Ana Canas Cunha, Maria Teresa Oliveira, Ana Rosa Jorge	fpn	28.07.72	Coimbra
4:37.8	Maria Graça Guimarães, Maria Júlia Ferreira, Filipa Lima Mendonça, Liliana Mendes Santos	apda	16.08.74	Lisboa – Olivais
4:37.8	Cristina Müller e Sousa, Isabel Lobo d' Eça, Luísa Cavaleiro Madeira, Maria Helena Varela	anl	16.08.74	Lisboa – Olivais

4:31.6	Maria Paula Santana, Maria Joana Andrade, Helena Maria Fernandes, Palmira Manuela Andrade	fcp	15.08.76	Lisboa – Olivais
4:30.45	Maria Teresa Faria, Maria Paula Santana, Eugénia Maria Cunha, Liliana Mendes Santos	fpn	22.05.77	Mulhouse
4:27.92	Ana Cristina Yokochi, Fátima de Jesus Coelho, Ana Neves Ferreira, Liliana Mendes Santos	slb	08.08.78	Lisboa – Olivais
4:20.11	Maria Paula Santana, Doroteia Maria Coelho, Maria Paula Barbeiro, Liliana Mendes Santos	fpn	06.04.79	Rio de Janeiro
4:12.86	Maria Paula Santana, Doroteia Maria Coelho, Maria Cláudia Osório, Alexandra Maria Silva	fpn	18.04.80	Madrid
4:10.79	Maria Paula Santana, Alexandra Maria Nogueira, Marina Patrício Alvares, Alexandra Maria Silva	fpn	23.04.81	Guadalupe
4:08.03	Ana Teresa Raimundo, Luísa Tamaki Yokochi, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves	slb	07.08.88	Lisboa – Olivais
4:06.98	Natacha Alexandra Sousa, Sandra Cabral Neves, Ana Antas de Barros, Ana Teixeira de Carvalho	fpn	06.04.90	La Paz BC
4:06.00	Rita Lopes Fernandes, Virgília Soraya Gomes, Carla Santa Bárbara, Natacha Alexandra Sousa	fcp	05.08.90	Póvoa de Varzim
4:04.22	Ana Gama Alegria, Ana Antas de Barros, Natacha Alexandra Sousa, Rita Gama Alegria	fpn	02.04.93	Florença
4:01.19	Rita Lopes Fernandes, Ana Rita Francisco, Rita Gama Alegria, Maria Carlos Santos	fpn	15.04.95	Belo Horizonte

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

4:30.0	tempo limite			
4:16.80	Isabel Silva Mota, Marta von Hafe Roboredo, Alexandra Maria Silva, Teresa Paula Figueiras	fcp	14.08.82	Lisboa – Olivais
4:12.37	Sandra Cabral Neves, Luísa Tamaki Yokochi, Ana Alves Conceição, Ana Teresa Raimundo	slb	02.08.87	Porto – Campanhã
4:08.03	Ana Teresa Raimundo, Luísa Tamaki Yokochi, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves	slb	07.08.88	Lisboa – Olivais
4:06.00	Rita Lopes Fernandes, Virgília Soraya Gomes, Carla Santa Bárbara, Natacha Alexandra Sousa	fcp	05.08.90	Póvoa de Varzim
4:04.96	Virgília Soraya Gomes, Sandra Santa Bárbara, Maria Luísa Costa, Carla Santa Bárbara	fcp	25.07.93	Lisboa – Restelo
4:03.76	Rita Gama Alegria, Raquel Maria Felgueiras, Marisa Carvalho Ribeiro, Ana Gama Alegria	scb	06.08.95	Coimbra
4:00.86	Maria Luísa Costa, Vânia Cristina Oliveira, Cátia Pinto Carnide, Ana Gama Alegria	scb	02.08.98	Jamor
3:59.99	Marta Andreia Ferreira, Márcia Calado Pissarra, Maria João Dores, Inês Maria Alves	scp	29.07.04	Jamor
3:56.91	Sara Freitas Oliveira, Cláudia Marques Moreno, Alexandra Paiva Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	29.03.08	Coimbra
3:54.88	Cláudia Marques Moreno, Marta Vieira Marinho, Alexandra Paiva Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	28.03.09	Lisboa – E. Universitário
3:54.50	Joana Aguiar Rodrigues, Alexandra Paiva Oliveira, Marta Vieira Marinho, Sara Beatriz Loureiro	fcp	19.07.09	Faro
3:52.66	Marta Vieira Marinho, Alexandra Paiva Oliveira, Joana Aguiar Rodrigues, Sara Freitas Oliveira	fcp	10.04.10	Coimbra
3:52.07	Sara Freitas Oliveira, Alexandra Paiva Oliveira, Joana Aguiar Rodrigues, Marta Vieira Marinho	fcp	30.07.10	Coimbra

Absoluto - seleções - § (01.06.98)

4:01.19	tempo limite			
3:55.51	Ana Gama Alegria, Rita Lopes Fernandes, Sónia Oliveira Vilar, Maria Carlos Santos	fpn	06.06.98	Lisboa – E. Universitário
3:52.40	Ana Sofia Leite, Ana Pinho Rodrigues, Rita Barros Frischknecht, Diana Margarida Durães	fpn	23.01.16	Antuérpia

4x200 LIVRES

Infantil - § (01.10.83)

10:27.8	Carla Alexandra Gameiro, Ana Alves Conceição, Carla Lebre Rosário, Patrícia Melo Alves	slb	17.06.84	Lisboa – Olivais
10:14.0	Carla Alexandra Gameiro, Rita Emília Ferreira, Ana Alves Conceição, Patrícia Melo Alves	slb	28.07.84	Porto – Campanhã
10:03.75	Luísa Pinto Rosa, Natacha Alexandra Sousa, Patrícia Melo Alves, Ana Alves Conceição	fpn	07.04.85	Lisboa – Olivais
09:55.0	Luísa Pinto Rosa, Manuela Queirós Martins, Maria Filipa Costa, Natacha Alexandra Sousa	fcp	20.07.85	Porto – Campanhã

09:48.3	Inês Areal Rothes, Maria João Pinto dos Santos, Joana Maria Faria, Joana Maria Lopes	cfp	11.08.86	Coimbra
09:36.45	Carla Santa Bárbara, Sónia Marisa Correia, Rita Gama Alegria, Sara Alexandra Gameiro	fpn	04.04.88	Patra
09:35.2	Carla Santa Bárbara, Rita Gama Alegria, Raquel Costa Martins, Sandra Santa Bárbara	fcp	23.07.88	Porto – Campanhã
09:31.86	Alexandra Maria Jorge, Ana Catarina Moreira, Virgília Soraya Gomes, Catarina Tavares Brandão	fpn	02.04.89	Lisboa – Olivais
Grupo 3 - § (01.10.96) # (31.05.98)				
09:31.86	Alexandra Maria Jorge, Ana Catarina Moreira, Virgília Soraya Gomes, Catarina Tavares Brandão	fpn	02.04.89	Lisboa – Olivais
Grupo 3 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
09:35.2	tempo limite			
Infantil B - clubes - § (01.10.04)				
09:35.08	Bárbara Nogueira Gonçalves, Carla Luísa Alves, Ana Silva Costa, Catarina Alexandra Jardim	gdnfama	02.07.10	Porto – Campanhã
09:28.03	Ana Silva Costa, Carla Luísa Alves, Bárbara Nogueira Gonçalves, Catarina Alexandra Jardim	gdnfama	23.07.10	Porto – Campanhã
Grupo 3 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
Infantil B - seleções - § (01.10.04)				
09:31.86	tempo limite			
Grupo 2 - § (01.10.96) # (31.05.98)				
09:51.77	Teresa Manuela Ferreira, Susana Pinto Almeida, Joana Silva Gonçalves, Sofia Martiniano Afonso	cfp	04.07.97	Famalicão
09:43.82	Susana Pinto Almeida, Teresa Manuela Ferreira, Joana Silva Gonçalves, Sofia Martiniano Afonso	cfp	27.07.97	Famalicão
Grupo 2 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
09:43.09	Maria Manuela Fonseca, Cristiana Raquel Martins, Patrícia Silva Lopes, Bárbara Sousa Ferreira	lsc	03.07.98	Famalicão
09:29.08	Vanessa Paixão Neves, Raquel Sousa Gomes, Ana Celina Vicente, Filipa Ferreira Silva	cna	10.07.98	Lisboa – E. Universitário
09:27.00	Inês Ribeiro Viseu, Sara Beatriz Loureiro, Helena Ferreira Neves, Leonor Borges Faria	scb	21.07.00	S. João da Madeira
09:20.12	Susana Patrícia Miguel, Patrícia Marinho Campos, Liliana Raquel Rafael, Ana Cláudia Santos	sfuap	25.07.03	Lisboa – Restelo
Infantil A - clubes - § (01.10.04)				
09:17.96	Beatriz Neves Craveiro, Matilde Domingues Gameiro, Daniela Figueiredo Metelo, Andreia Margarida Morgado	cnac	23.07.10	Porto – Campanhã
09:07.81	Ana Silva Costa, Carla Luísa Alves, Catarina Alexandra Jardim, Bárbara Nogueira Gonçalves	gdnfama	22.07.11	Lisboa – E. Universitário
Grupo 2 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
09:37.35	Marta Vieira Marinho, Helena Leitão Sá, Sara Silva Azevedo, Daniela Filipa Ferreira	annp	25.04.04	Pamplona
Infantil A - seleções - § (01.10.04)				
09:19.64	Maria Ferreira Moura, Leonor Alves Morginho, Vera Figueiredo Narra, Maria Gomes Pereira	anl	21.05.17	Vila Franca de Xira
Infantil - clubes - § (01.10.13)				
09:07.81	tempo limite			
Juvenil - § (01.10.83) # (30.09.96)				
09:51.6	Maria Leonor Dantas, Sandra Maria Oliveira, Catarina Augusta Clemente, Ana Antas de Barros	sad	17.06.84	Lisboa – Olivais
09:39.20	Sandra Cabral Neves, Ana Cristina Nogueira, Rita Santana Beato, Júlia Louro Matos	slb	11.08.84	Coimbra
09:17.46	Maria Filipa Costa, Luísa Pinto Rosa, Rita Lopes Fernandes, Natacha Alexandra Sousa	fcp	01.08.87	Porto – Campanhã
09:13.93	Alexandra Maria Jorge, Tânia Santana Ribeiro, Virgília Soraya Gomes, Catarina Tavares Brandão	fpn	07.04.90	Natanya
09:03.52	Cátia Susana Rodrigues, Ana Rita Francisco, Maria Margarida Carvalho, Raquel Maria Felgueiras	fpn	10.04.94	Lisboa – Olivais
Grupo 1 - § (01.10.96) # (31.05.98)				
09:03.52	Cátia Susana Rodrigues, Ana Rita Francisco, Maria Margarida Carvalho, Raquel Maria Felgueiras	fpn	10.04.94	Lisboa – Olivais

Grupo 1 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
09:17.46	tempo limite			
09:15.92	Raquel Sousa Gomes, Cláudia Cardoso Silva, Vanessa Paixão Neves, Filipa Ferreira Silva	cna	07.08.99	Famalicão
09:14.89	Joana Filipa Sampaio, Sara Catarina Oliveira, Mariana Sampaio Silva, Helena Alves Cardoso	foca	08.07.00	Famalicão
09:11.20	Ana Cristina Teixeira, Cristiana Oliveira Marques, Ana Teresa Gonçalves, Andreia Raquel Alves	adf	29.07.00	Lisboa – Restelo
09:07.99	Inês Ribeiro Viseu, Sara Beatriz Loureiro, Leonor Borges Faria, Helena Ferreira Neves	scb	14.07.01	Famalicão
Juvenil - clubes - § (01.10.04) # (30.09.13)				
09:04.30	Beatriz Neves Craveiro, Andreia Margarida Morgado, Beatriz Filipa Matos, Matilde Domingues Gameiro	cnac	04.08.11	Póvoa de Varzim
09:01.51	Sofia Alexandra Branco, Carolina Mântua Guedes, Sofia Machado Dionísio, Beatriz Rodrigues Conde	scp	26.07.12	Jamor
Juvenil B - clubes - § (01.10.13)				
09:01.51	tempo limite			
Grupo 1 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
09:03.57	tempo limite			
09:03.53	Ana Cláudia Santos, Vânia Soares Neves, Cátia Vanessa Moura, Susana Patrícia Miguel	fpn	03.04.04	Limassol
Juvenil - seleções - § (01.10.04) # (30.09.13)				
09:00.35	Cláudia Sofia Monteiro, Maria João Lucas, Berta Martins Ramos, Ana Ribeiro Ferreira	fpn	30.06.06	Rio Maior
08:55.81	Diana Ramos Rocha, Marisa Alexandra Lage, Andreia Catarina Gomes, Patrícia Garcia Marinho	fpn	29.03.08	Istambul
08:52.90	Maria Luísa Amorim, Filipa Vilas Ruivo, Beatriz Neves Craveiro, Inês Camacho Fernandes	fpn	16.04.11	Limassol
08:49.57	Maria Malaguerra Costa, Maria Carolina Ribeiro, Mariana Cunha Guerra, Rita Barros Frischknecht	fpn	31.03.12	Corfu
Juvenil B - seleções - § (01.10.13)				
08:49.57	tempo limite			
Juvenil A - clubes (01.10.13)				
09:01.51	tempo limite			
08:55.49	Maria Francisca Cabral, Marta Alexandra Canedo, Joana Martins Pereira, Ana Rita Faria	fcp	01.04.15	Coimbra
Juvenil A - seleções (01.10.13)				
08:59.47	tempo limite			
Juvenil - clubes (01.10.13)				
08:55.68	Maria Francisca Cabral, Ana Beatriz La Faria, Inês Maria Neves, Ana Rita Faria	fcp	05.07.14	Campanhã
08:53.79	Maria Francisca Cabral, Ana Beatriz La Faria, Mafalda Malafaia Oliveira, Ana Rita Faria	fcp	24.07.14	Jamor
08:50.03	Isabel Porfírio Pego, Maria Francisca Cabral, Maria Carolina Costa, Ana Rita Faria	fcp	04.07.15	Famalicão
08:46.61	Maria Francisca Cabral, Maria Carolina Costa, Isabel Porfírio Pego, Ana Rita Faria	fcp	23.07.15	Coimbra
Juvenil - seleções (01.10.13)				
	sem tempo limite			
Júnior - § (01.10.83) # (31.05.98)				
10:13.2	Vanda Maria Ribeiro, Sílvia Maria Morais, Maria Eugénia Carvalho, Alexandra Maria Nogueira	sad	17.06.84	Lisboa – Olivais
09:27.53	Ana Maria Fernandes, Marta von Hafe Roboredo, Maria Alexandra Leal, Alexandra Maria Silva	fcp	11.08.84	Coimbra
09:08.36	Natacha Alexandra Sousa, Luísa Pinto Rosa, Maria Filipa Costa, Rita Lopes Fernandes	fcp	06.08.88	Lisboa – Olivais
09:01.71	Ana Gama Alegria, Kathrin Rhead Calhau, Virgília Soraya Gomes, Alexandra Maria Jorge	fpn	12.04.92	Atenas
08:52.09	Helena Sofia Sousa, Petra Quintela Chaves, Rubina Amaro Andrade, Maria Carlos Santos	fpn	24.04.94	Nicósia
Júnior - clubes (01.06.98)				
09:08.36	tempo limite			
09:07.24	Sara Catarina Oliveira, Mariana Sampaio Silva,			

09:02.59	Raquel Nunes Miranda, Joana Filipa Sampaio Mariana Sampaio Silva, Sara Catarina Oliveira, Raquel Nunes Miranda, Joana Filipa Sampaio	foca	25.03.01	Jamor
09:01.81	Mariana Sampaio Silva, Sara Catarina Oliveira, Raquel Nunes Miranda, Joana Filipa Sampaio	foca	13.05.01	Póvoa de Varzim
08:58.86	Mariana Sampaio Silva, Sara Catarina Oliveira, Raquel Nunes Miranda, Joana Filipa Sampaio	foca	04.08.01	Loulé
08:54.16	Maria Inês Leitão, Márcia Calado Pissarra, Maria João Soares, Inês Maria Alves	scp	04.08.01	Loulé
08:43.66	Márcia Calado Pissarra, Maria Inês Leitão, Maria João Soares, Inês Maria Alves	scp	28.03.04	Jamor
08:39.85	Maria Carolina Rosa, Patrícia Garcia Marinho, Leonor Mourinho Neves, Mafalda Gomes Beleza	scp	30.07.04	Jamor
08:38.96	Francisca Gomes Azevedo, Barbara Marques Rodrigues, Rita Barros Frischknecht, Barbara Sofia Barata	sad	09.04.10	Coimbra
			24.07.14	Jamor
Júnior - seleções (01.06.98)				
08:52.09	Helena Sofia Sousa, Petra Quintela Chaves, Rubina Amaro Andrade, Maria Carlos Santos	fpn	24.04.94	Nicósia
08:48.33	Marta Andreia Ferreira, Ana Raquel Loureiro, Maria Manuela Fonseca, Filipa Ferreira Silva	fpn	07.04.01	Jamor
08:47.81	Marta Andreia Ferreira, Maria Manuela Fonseca, Sara Catarina Oliveira, Bárbara Sousa Ferreira	fpn	05.07.01	La Valetta
08:45.92	Marta Andreia Ferreira, Mariana Sampaio Silva, Joana Filipa Sampaio, Sara Catarina Oliveira	fpn	30.03.02	Limassol
08:42.33	Nádia Amado Laezza, Ana Cláudia Santos, Vânia Soares Neves, Joana Dias Escária	fpn	08.04.06	Funchal – Penteada
08:33.79	Andreia Catarina Gomes, Maria Miguel Veloso, Diana Ramos Rocha, Joana Aguiar Rodrigues	fpn	04.04.09	Piraeus
08:33.49	Andreia Catarina Gomes, Joana Filipa Santos, Diana Ramos Rocha, Joana Aguiar Rodrigues	fpn	22.05.09	Chalon-sur-Saône
08:28.70	Tamila Hryhorivna Holub, Inês Jacinto Henriques, Raquel Gomes Pereira, Madalena Gomes Azevedo	fpn	10.07.16	Hódmezövásárhely
Sénior - § (01.10.83) # (31.05.98)				
10:09.3	Helena Antas Barros, Sílvia Maria Morais, Maria Teresa Sousa, Alexandra Maria Nogueira	sad	15.06.85	Lisboa – Olivais
08:58.60	Helena Antas Barros, Alexandra Maria Nogueira, Ana Teresa Raimundo, Sandra Cabral Neves	fpn	08.04.89	Nice
08:55.53	Ana Teixeira de Carvalho, Ana Antas de Barros, Sandra Cabral Neves, Natacha Alexandra Sousa	fpn	07.04.90	La Paz BC
08:42.57	Rita Gama Alegria, Rita Lopes Fernandes, Petra Quintela Chaves, Maria Carlos Santos	fpn	14.04.95	Belo Horizonte
Sénior - clubes - § (01.06.98)				
08:51.52	tempo limite			
08:48.99	Diana Fernandes Couto, Raquel Maria Felgueiras, Vânia Cristina Oliveira, Ana Gama Alegria	scb	10.01.99	Jamor
08:48.35	Rita Lopes Fernandes, Cláudia Vanessa Brás, Inês Areal Rothes, Sónia Oliveira Vilar	fcp	19.12.99	Jamor
08:44.26	Márcia Calado Pissarra, Inês Maria Alves, Maria João Soares, Marta Andreia Ferreira	scp	28.07.05	Famalicão
08:39.56	Diana Duarte Gomes, Raquel Sousa Gomes, Susana Patrícia Miguel, Filipa Ferreira Silva	cna	26.07.07	Aveiro
08:35.68	Sara Freitas Oliveira, Cláudia Marques Moreno, Alexandra Paiva Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	28.03.08	Coimbra
08:32.74	Marta Vieira Marinho, Cláudia Marques Moreno, Alexandra Paiva Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	24.07.08	Jamor
08:32.72	Sara Beatriz Loureiro, Alexandra Paiva Oliveira, Cláudia Marques Moreno, Marta Vieira Marinho	fcp	27.03.09	Lisboa – E. Universitário
08:27.41	Marta Vieira Marinho, Alexandra Paiva Oliveira, Sara Freitas Oliveira, Joana Aguiar Rodrigues	fcp	29.07.10	Coimbra
08:27.04	Sara Freitas Oliveira, Marta Vieira Marinho, Joana Aguiar Rodrigues, Sara Beatriz Loureiro	fcp	01.04.11	Rio Maior
Sénior - seleções - § (01.06.98)				
08:42.57	tempo limite			
08:29.48	Maria Carlos Santos, Sónia Oliveira Vilar, Ana Gama Alegria, Rita Lopes Fernandes	fpn	05.06.98	Lisboa – E. Universitário
Absoluto - § (01.10.83) # (31.05.98)				

08:58.41	Alexandra Maria Nogueira, Marta von Hafe Roboredo, Helena Antas Barros, Alexandra Maria Silva	fpn	17.03.84	Mérida MEX
08:58.12	Natacha Alexandra Sousa, Rita Lopes Fernandes, Carla Santa Bárbara, Maria Luísa Costa	fcp	05.08.89	Braga
08:55.53	Ana Teixeira de Carvalho, Ana Antas de Barros, Sandra Cabral Neves, Natacha Alexandra Sousa	fpn	07.04.90	La Paz BC
08:51.35	Carla Santa Bárbara, Sandra Santa Bárbara, Maria Luísa Costa, Natacha Alexandra Sousa	fcp	04.08.90	Póvoa de Varzim
08:39.95	Ana Gama Alegria, Ana Antas de Barros, Natacha Alexandra Sousa, Rita Gama Alegria	fpn	03.04.93	Florença
Absoluto - clubes - § (01.10.83)				
09:16.49	Teresa Paula Figueiras, Berta Maria Fernandes, Marta von Hafe Roboredo, Alexandra Maria Silva	fcp	09.08.84	Coimbra
09:05.55	Sandra Cabral Neves, Luísa Tamaki Yokochi, Ana Alves Conceição, Ana Teresa Raimundo	slb	01.08.87	Porto – Campanhã
09:00.99	Rita Lopes Fernandes, Maria Luísa Costa, Maria Filipa Costa, Natacha Alexandra Sousa	fcp	06.08.88	Lisboa – Olivais
08:58.12	Natacha Alexandra Sousa, Rita Lopes Fernandes, Carla Santa Bárbara, Maria Luísa Costa	fcp	05.08.89	Braga
08:51.35	Carla Santa Bárbara, Sandra Santa Bárbara, Maria Luísa Costa, Natacha Alexandra Sousa	fcp	04.08.90	Póvoa de Varzim
08:47.66	Rita Gama Alegria, Susana Maria Felgueiras, Raquel Maria Felgueiras, Ana Gama Alegria	scb	30.07.94	Lisboa – Restelo
08:46.85	Alexandra Maria Jorge, Maria Luísa Costa, Lara Marina Gomes, Rita Lopes Fernandes	fcp	05.08.95	Coimbra
08:40.57	Ana Gama Alegria, Diana Fernandes Couto, Maria Luísa Costa, Raquel Maria Felgueiras	scb	01.08.98	Jamor
08:39.56	Diana Duarte Gomes, Raquel Sousa Gomes, Susana Patrícia Miguel, Filipa Ferreira Silva	cna	26.07.07	Aveiro
08:35.68	Sara Freitas Oliveira, Cláudia Marques Moreno, Alexandra Paiva Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	28.03.08	Coimbra
08:32.74	Marta Vieira Marinho, Cláudia Marques Moreno, Alexandra Paiva Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	24.07.08	Jamor
08:32.72	Sara Beatriz Loureiro, Alexandra Paiva Oliveira, Cláudia Marques Moreno, Marta Vieira Marinho	fcp	27.03.09	Lisboa – E. Universitário
08:27.20	Marta Vieira Marinho, Joana Aguiar Rodrigues, Cláudia Marques Moreno, Sara Beatriz Loureiro	fcp	18.07.09	Faro
08:27.04	Sara Freitas Oliveira, Marta Vieira Marinho, Joana Aguiar Rodrigues, Sara Beatriz Loureiro	fcp	01.04.11	Rio Maior
08:26.91	Madalena Gomes Azevedo, Raquel Gomes Pereira, Carolina Rosa Marcelino, Rita Barros Frischknecht	sad	20.07.17	Jamor
Absoluto - seleções - § (01.06.98)				
08:39.95	tempo limite			
08:29.48	Maria Carlos Santos, Sónia Oliveira Vilar, Ana Gama Alegria, Rita Lopes Fernandes	fpn	05.06.98	Lisboa – E. Universitário
08:28.70	Tamila Hryhorivna Holub, Inês Jacinto Henriques, Raquel Gomes Pereira, Madalena Gomes Azevedo	fpn	10.07.16	Hódmezövásárhely
#10X100 LIVRES				
Absoluto - clubes - § (01.10.79)				
11:27.0	tempo limite			
50 BRUÇOS				
Júnior - § (01.10.04) # (30.09.13)				
0:33.34	tempo limite			
0:33.29	Diana Duarte Gomes	fpn	17.04.05	Nancy
0:33.26	Diana Duarte Gomes	abve	29.05.05	Lisboa – E. Universitário
0:33.25	Diana Duarte Gomes	fpn	14.07.05	Budapeste
0:32.90	Diana Duarte Gomes	fpn	14.07.05	Budapeste
0:32.10	Ana Pinho Rodrigues	fpn	08.07.09	Praga
0:32.10	Ana Pinho Rodrigues	aej	19.07.09	Faro
0:32.04	Ana Pinho Rodrigues	aej	19.07.09	Faro
0:31.92	Ana Pinho Rodrigues	fpn	28.03.10	Gorzów Wielkopolski
Júnior B - § (01.10.13)				
0:31.92	Ana Pinho Rodrigues	fpn	28.03.10	Gorzów Wielkopolski

Júnior A - § (01.10.13)

0:31.60	Joana Catarina Carvalho	fcp	30.05.09	Coimbra
---------	-------------------------	-----	----------	---------

Sénior - § (01.10.04) # (30.09.13)

0:33.44	tempo limite			
0:33.33	Diana Duarte Gomes	ind	28.05.06	Lisboa – E. Universitário
0:33.07	Diana Duarte Gomes	ind	10.06.06	Loulé
0:32.80	Diana Duarte Gomes	ind	10.06.06	Loulé
0:32.36	Diana Duarte Gomes	cna	27.07.07	Aveiro
0:32.32	Ana Marisa Brito	slb	25.07.08	Jamor
0:32.07	Ana Marisa Brito	slb	23.05.09	Jamor
0:31.60	Joana Catarina Carvalho	fcp	30.05.09	Coimbra
0:31.88	Ana Marisa Brito	slb	30.05.09	Coimbra
0:31.83	Ana Pinho Rodrigues	aej	02.04.15	Coimbra
0:31.79	Ana Pinho Rodrigues	aej	22.07.16	Jamor
0:31.35	Ana Pinho Rodrigues	aej	01.04.17	Coimbra

Absoluto - § (01.06.98)

0:33.46	tempo limite			
0:33.44	Joana Maria Lopes	fpn	27.05.00	Sheffield
0:33.34	Diana Duarte Gomes	abve	13.06.04	Loulé
0:33.29	Diana Duarte Gomes	fpn	17.04.05	Nancy
0:33.26	Diana Duarte Gomes	abve	29.05.05	Lisboa – E. Universitário
0:33.25	Diana Duarte Gomes	fpn	14.07.05	Budapeste
0:32.90	Diana Duarte Gomes	fpn	14.07.05	Budapeste
0:32.80	Diana Duarte Gomes	ind	10.06.06	Loulé
0:32.36	Diana Duarte Gomes	cna	27.07.07	Aveiro
0:32.32	Ana Marisa Brito	slb	25.07.08	Jamor
0:32.07	Ana Marisa Brito	slb	23.05.09	Jamor
0:31.60	Joana Catarina Carvalho	fcp	30.05.09	Coimbra
0:31.35	Ana Pinho Rodrigues	aej	01.04.17	Coimbra

100 BRUÇOS**Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)**

1:34.6	Paula Barata Alves	fpn	10.06.73	Neheim Hūsten
1:34.5	Paula Barata Alves	sad	11.07.73	Lisboa – Olivais
1:28.1	Isabel Cruz Pinheiro	fcp	25.08.73	Lisboa – Olivais
1:27.4	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	01.07.74	Lisboa – Olivais
1:26.1	Ana Maria Chocalhinho	fpn	28.07.74	Génova
1:25.0	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	09.08.74	Lisboa – Olivais
1:23.4	Fernanda Piedade Pedro	sfuap	14.08.76	Lisboa – Olivais
1:22.94	Maria Teresa Sousa	sad	07.08.78	Lisboa – Olivais
1:21.72	Joana Maria Vitoriano	edv	12.07.86	Porto – Campanhã
1:21.6	Cristina Daniela Vivas	slb	14.07.89	Lisboa – Olivais
1:20.80	Joana Magalhães Soutinho	cfp	03.08.90	Póvoa de Varzim
1:20.76	Ana Casal Tsukagoshi	cnac	23.07.94	S. João da Madeira

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:20.63	Ana Pinho Rodrigues	aej	23.07.06	S. João da Madeira
1:19.92	Raquel Gomes Pereira	sad	22.07.12	Rio Maior
1:18.66	Clara Gomes Pereira	sad	20.07.14	Loulé

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:17.55	tempo limite			
1:17.29	Ana Pinho Rodrigues	aej	20.05.07	Póvoa de Varzim
1:15.49	Ana Pinho Rodrigues	aej	08.07.07	Coimbra

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

1:48.8	Maria Graça Rocha	lgc	22.07.67	Évora
1:38.2	Graça Guedes Maia	sad	25.07.67	Lisboa – Olivais
1:33.6	Graça Guedes Maia	sad	02.09.67	Beja
1:33.3	Ana Cristina Patacas	sad	24.08.68	Beja
1:32.2	Maria Alice Aleixo	gdlim	23.08.69	Évora
1:30.8	Maria Alice Aleixo	gdlim	30.08.69	Lisboa – Olivais

1:29.9	Maria Manuela Banha	sad	13.07.70	Lisboa – Olivais
1:28.3	Francisca Pessanha Teixeira	fcp	20.08.71	Lisboa – Olivais
1:28.1	Maria Graça Guimarães	cdna	21.07.73	Luanda
1:27.4	Cristina Müller e Sousa	sad	09.08.74	Lisboa – Olivais
1:25.9	Paula Barata Alves	sad	02.08.75	Lisboa – Olivais
1:25.4	Paula Barata Alves	sad	23.08.75	Coimbra
1:24.11	Paula Barata Alves	fpn	06.08.76	Oslo
1:23.6	Paula Barata Alves	sad	14.08.76	Lisboa – Olivais
1:21.85	Maria Teresa Sousa	fpn	27.05.79	Seraing
1:21.0	Maria Teresa Sousa	sad	30.06.79	Lisboa – Olivais
1:20.16	Paula Marisa Lamego	fpn	26.01.80	Genebra
1:19.95	Ana Cristina Peralta	fpn	26.04.80	Nancy
1:19.27	Ana Cristina Peralta	fpn	17.05.80	Utreque
1:18.12	Ana Cristina Peralta	fpn	06.07.80	Darmstadt
1:17.0	Ana Cristina Peralta	slb	19.07.80	Lisboa – Olivais
1:16.9	Ana Cristina Peralta	slb	02.08.80	Lisboa – Olivais
1:16.0	Joana Maria Lopes	fpn	01.04.89	Espoo

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:15.74	Mariana Alves Cunha	fpn	17.01.97	Genebra
1:15.51	Mariana Alves Cunha	aac	01.08.97	Lisboa – E. Universitário
1:14.92	Ana Rita Santos	cfb	26.07.02	Jamor
1:13.35	Diana Duarte Gomes	abve	22.06.03	Lisboa – Restelo

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

1:13.03	Ana Pinho Rodrigues	fpn	04.07.08	Luxemburgo
1:12.89	Paula Alexandra Oliveira	fcp	29.07.10	Coimbra

Juvenil B - § (01.10.13)

1:12.89	Paula Alexandra Oliveira	fcp	29.07.10	Coimbra
---------	--------------------------	-----	----------	---------

Juvenil A - § (01.10.13)

1:10.73	Ana Pinho Rodrigues	aej	31.05.09	Coimbra
---------	---------------------	-----	----------	---------

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)**Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)**

1:59.4	Maria Jacinta Ribeiro	lgc	22.07.67	Évora
1:33.6	Manuela Gourinho Oliveira	gdlim	25.07.67	Lisboa – Olivais
1:32.4	Graça Guedes Maia	sad	17.08.68	Vila Franca de Xira
1:29.3	Graça Guedes Maia	sad	24.08.68	Beja
1:27.6	Graça Guedes Maia	fpn	21.07.69	Belém
1:26.2	Graça Guedes Maia	fpn	24.07.69	Fortaleza
1:26.0	Graça Guedes Maia	fpn	15.08.69	Viena
1:24.3	Liliana Mendes Santos	slb	09.07.77	Lisboa – Olivais
1:23.5	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	08.07.78	Lisboa – Olivais
1:23.3	Liliana Mendes Santos	slb	22.07.78	Lisboa – Olivais
1:22.89	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	07.08.78	Lisboa – Olivais
1:17.8	Paula Marisa Lamego	slb	18.07.81	Lisboa – Olivais
1:17.0	Paula Marisa Lamego	slb	08.08.81	Coimbra
1:16.13	Joana Magalhães Soutinho	cfp	07.06.92	Lisboa – Olivais
1:15.01	Joana Magalhães Soutinho	fpn	14.06.92	Chiasso
1:14.11	Joana Magalhães Soutinho	cfp	07.08.92	Aveiro
1:14.04	Joana Magalhães Soutinho	fpn	16.08.92	Leeds
1:13.68	Joana Magalhães Soutinho	fpn	23.01.93	Genebra
1:13.28	Joana Magalhães Soutinho	fpn	02.04.93	Florença
1:13.21	Joana Magalhães Soutinho	fpn	17.04.93	Lisboa – Olivais
1:13.04	Joana Magalhães Soutinho	cfp	26.06.93	Porto – Campanhã
1:12.17	Joana Magalhães Soutinho	fpn	06.08.93	Sheffield
1:11.88	Joana Magalhães Soutinho	fpn	06.08.93	Sheffield
1:10.82	Diana Duarte Gomes	abve	27.03.04	Jamor
1:10.49	Diana Duarte Gomes	abve	28.05.05	Lisboa – E. Universitário
1:10.29	Diana Duarte Gomes	fpn	16.07.05	Budapeste
1:10.09	Diana Duarte Gomes	fpn	17.07.05	Budapeste

Júnior B - § (01.10.13)

1:10.09	Diana Duarte Gomes	fpn	17.07.05	Budapeste
---------	--------------------	-----	----------	-----------

Júnior A - § (01.10.13)

1:10.43	Diana Duarte Gomes	fpn	26.08.06	Rio de Janeiro
1:10.00	Raquel Gomes Pereira	sad	31.03.17	Coimbra

Antiga categoria Júnior - § (melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)**Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)**

1:26.9	Regina Freitas Veloso	gdlm	31.08.58	Praia das Mações
1:26.4	Graça Guedes Maia	aac	12.08.72	Coimbra
1:22.32	Ana Maria Chocalhinho	fjn	27.01.79	Palma de Maiorca
1:22.1	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	27.07.79	Matur
1:21.80	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	06.08.79	Lisboa – Olivais
1:20.18	Paula Marisa Lamego	fjn	22.01.83	Genebra
1:19.85	Paula Marisa Lamego	fjn	23.01.83	Genebra
1:17.9	Paula Marisa Lamego	scp	16.07.83	Lisboa – Olivais
1:17.11	Paula Marisa Lamego	scp	06.08.83	Lisboa – Olivais
1:16.69	Paula Marisa Lamego	scp	01.08.86	Lisboa – Olivais
1:16.61	Paula Marisa Lamego	scp	01.08.86	Lisboa – Olivais
1:16.06	Paula Marisa Lamego	fjn	01.05.87	Buenos Aires
1:15.86	Paula Marisa Lamego	fjn	25.03.89	Casablanca
1:13.50	Joana Magalhães Soutinho	fcp	29.01.94	Lisboa – Olivais
1:12.73	Joana Magalhães Soutinho	fjn	02.04.94	Espoo
1:12.19	Joana Magalhães Soutinho	fcp	02.07.95	Porto – Campanhã
1:11.57	Joana Magalhães Soutinho	fjn	25.08.95	Viena
1:11.47	Diana Duarte Gomes	ind	23.03.06	Lisboa – E. Universitário
1:11.45	Diana Duarte Gomes	ind	27.05.06	Lisboa – E. Universitário
1:11.15	Diana Duarte Gomes	ind	11.06.06	Loulé
1:10.43	Diana Duarte Gomes	fjn	26.08.06	Rio de Janeiro
1:10.35	Diana Duarte Gomes	cna	03.06.07	Porto – Campanhã
1:09.89	Diana Duarte Gomes	cna	28.07.07	Aveiro
1:09.47	Diana Duarte Gomes	cna	06.06.09	Loulé
1:08.82	Ana Pinho Rodrigues	aej	31.05.15	Coimbra

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

1:26.9	Regina Freitas Veloso	gdlm	31.08.58	Praia das Mações
1:26.2	Graça Guedes Maia	fjn	24.07.69	Fortaleza
1:26.0	Graça Guedes Maia	fjn	15.08.69	Viena
1:25.0	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	09.08.74	Lisboa – Olivais
1:24.11	Paula Barata Alves	fjn	06.08.76	Oslo
1:23.4	Fernanda Piedade Pedro	sfuap	14.08.76	Lisboa – Olivais
1:23.3	Liliana Mendes Santos	slb	22.07.78	Lisboa – Olivais
1:22.89	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	07.08.78	Lisboa – Olivais
1:22.32	Ana Maria Chocalhinho	fjn	27.01.79	Palma de Maiorca
1:21.85	Maria Teresa Sousa	fjn	27.05.79	Seraing
1:21.0	Maria Teresa Sousa	sad	30.06.79	Lisboa – Olivais
1:20.16	Paula Marisa Lamego	fjn	26.01.80	Genebra
1:19.95	Ana Cristina Peralta	fjn	26.04.80	Nancy
1:19.27	Ana Cristina Peralta	fjn	17.05.80	Utreque
1:18.12	Ana Cristina Peralta	fjn	06.07.80	Darmstadt
1:17.0	Ana Cristina Peralta	slb	19.07.80	Lisboa – Olivais
1:16.9	Ana Cristina Peralta	slb	02.08.80	Lisboa – Olivais
1:16.69	Paula Marisa Lamego	scp	01.08.86	Lisboa – Olivais
1:16.61	Paula Marisa Lamego	scp	01.08.86	Lisboa – Olivais
1:16.06	Paula Marisa Lamego	fjn	01.05.87	Buenos Aires
1:15.86	Paula Marisa Lamego	fjn	25.03.89	Casablanca
1:15.01	Joana Magalhães Soutinho	fjn	14.06.92	Chiasso
1:14.11	Joana Magalhães Soutinho	fcp	07.08.92	Aveiro
1:14.04	Joana Magalhães Soutinho	fjn	16.08.92	Leeds
1:13.68	Joana Magalhães Soutinho	fjn	23.01.93	Genebra
1:13.28	Joana Magalhães Soutinho	fjn	02.04.93	Florença
1:13.21	Joana Magalhães Soutinho	fjn	17.04.93	Lisboa – Olivais
1:12.17	Joana Magalhães Soutinho	fjn	06.08.93	Sheffield
1:11.88	Joana Magalhães Soutinho	fjn	06.08.93	Sheffield
1:11.57	Joana Magalhães Soutinho	fjn	25.08.95	Viena
1:10.82	Diana Duarte Gomes	abve	27.03.04	Jamor
1:10.49	Diana Duarte Gomes	abve	28.05.05	Lisboa – E. Universitário
1:10.29	Diana Duarte Gomes	fjn	16.07.05	Budapeste
1:10.09	Diana Duarte Gomes	fjn	17.07.05	Budapeste
1:09.89	Diana Duarte Gomes	cna	28.07.07	Aveiro
1:09.47	Diana Duarte Gomes	cna	06.06.09	Loulé
1:08.82	Ana Pinho Rodrigues	aej	31.05.15	Coimbra

200 BRUÇOS

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

3:25.5	Paula Barata Alves	fjn	09.06.73	Neheim Hüsten
3:06.1	Isabel Cruz Pinheiro	fcp	26.08.73	Lisboa – Olivais

3:02.3	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	08.08.74	Lisboa – Olivais
2:59.7	Fernanda Piedade Pedro	sfuap	15.08.76	Lisboa – Olivais
2:57.33	Maria Teresa Sousa	sad	08.08.78	Lisboa – Olivais
2:56.64	Joana Maria Lopes	fcp	01.08.87	Porto – Campanhã
2:56.07	Joana Maria Lopes	fcp	01.08.87	Porto – Campanhã
2:55.10	Mariana Alves Cunha	aac	08.07.94	Coimbra
2:53.19	Ana Casal Tsukagoshi	cnac	22.07.94	S. João da Madeira

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Infantil B - § (01.10.04)

2:50.63	Raquel Gomes Pereira	sad	21.07.12	Rio Maior
2:49.82	Clara Gomes Pereira	sad	19.07.14	Loulé

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

Infantil A - § (01.10.04)

2:43.78	tempo limite			
2:43.76	Ana Pinho Rodrigues	aej	07.07.07	Coimbra
2:42.69	Clara Gomes Pereira	sad	18.07.15	Oeiras-Jamor

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

3:37.0	Maria Lurdes Pessoa Duarte	fjn	08.08.63	Rio de Janeiro
--------	----------------------------	-----	----------	----------------

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

3:33.9	Graça Guedes Maia	sad	03.09.67	Beja
3:20.0	Graça Guedes Maia	sad	03.09.67	Beja
3:12.4	Graça Guedes Maia	sad	05.10.67	Vila Franca de Xira
3:12.0	Cristina Maria Tavares	cfmo	20.08.72	Évora
3:09.5	Isabel Morais Torres	aac	16.08.73	Coimbra
3:08.3	Isabel Morais Torres	aac	26.08.73	Lisboa – Olivais
3:06.0	Cristina Müller e Sousa	sad	08.08.74	Lisboa – Olivais
3:00.1	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	03.08.75	Lisboa – Olivais
2:58.32	Paula Barata Alves	fjn	07.08.76	Oslo
2:55.7	Paula Barata Alves	sad	15.08.76	Lisboa – Olivais
2:53.14	Maria Teresa Sousa	fjn	26.05.79	Seraing
2:52.4	Maria Teresa Sousa	sad	01.07.79	Lisboa – Olivais
2:50.62	Paula Marisa Lamego	fjn	19.04.80	Madrid
2:49.43	Ana Cristina Peralta	fjn	27.04.80	Nancy
2:48.90	Ana Cristina Peralta	fjn	18.05.80	Utreque
2:48.17	Ana Cristina Peralta	anl	29.06.80	Lisboa – Olivais
2:47.59	Ana Cristina Peralta	fjn	05.07.80	Darmstadt
2:45.5	Ana Cristina Peralta	slb	20.07.80	Lisboa – Olivais
2:44.93	Ana Cristina Peralta	fjn	14.02.81	Barcelona
2:43.86	Ana Cristina Peralta	fjn	24.04.81	Guadalupe
2:43.6	Ana Cristina Peralta	slb	19.07.81	Lisboa – Olivais
2:42.99	Ana Casal Tsukagoshi	fjn	10.08.96	Copenhaga

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:42.02	Mariana Alves Cunha	fjn	19.01.97	Genebra
2:39.93	Ana Rita Santos	cfb	14.07.02	Jamor
2:39.53	Ana Rita Santos	cfb	28.07.02	Jamor
2:36.99	Diana Duarte Gomes	fjn	28.07.03	Paris

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

Juvenil B - § (01.10.13)

2:36.99	Diana Duarte Gomes	fjn	28.07.03	Paris
---------	--------------------	-----	----------	-------

Juvenil A - § (01.10.13)

2:31.32	Diana Duarte Gomes	fjn	27.06.04	Mulhouse
---------	--------------------	-----	----------	----------

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

3:15.1	Graça Guedes Maia	sad	10.07.68	Lisboa – Olivais
3:09.2	Graça Guedes Maia	fjn	27.07.68	Madrid
3:06.8	Graça Guedes Maia	sad	01.07.69	Lisboa – Olivais
3:06.6	Graça Guedes Maia	fjn	20.07.69	Belém
3:05.4	Graça Guedes Maia	fjn	16.08.69	Viena
3:04.4	Maria Manuela Lopes	avcm	20.08.72	Évora
3:03.53	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	09.08.77	Coimbra
3:02.75	Isabel Alexandra Aguiar	fcp	02.07.78	Coimbra
3:02.20	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	23.07.78	Lisboa – Olivais
2:57.52	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	08.08.78	Lisboa – Olivais
2:48.1	Paula Marisa Lamego	slb	19.07.81	Lisboa – Olivais
2:47.5	Paula Marisa Lamego	slb	30.07.81	Lisboa – Olivais

2:45.8	Paula Marisa Lamego	slb	09.08.81	Coimbra
2:41.71	Ana Cristina Peralta	fjn	16.04.82	Buenos Aires
2:41.13	Joana Magalhães Soutinho	cfp	08.08.92	Aveiro
2:40.19	Joana Magalhães Soutinho	fjn	15.08.92	Leeds
2:39.08	Joana Magalhães Soutinho	cfp	24.07.93	Lisboa – Restelo
2:37.62	Nádia Alexandra Correia	fjn	07.04.01	Jamor
2:37.45	Bárbara Sousa Ferreira	cnmaia	04.08.01	Loulé
2:36.90	Ana Rita Santos	fjn	01.08.03	Glasgow
2:33.98	Ana Rita Santos	cfb	21.12.03	Lisboa – E. Universitário
2:33.79	Diana Duarte Gomes	abve	05.06.04	Porto – Campanhã
2:31.32	Diana Duarte Gomes	fjn	27.06.04	Mulhouse
2:30.04	Diana Duarte Gomes	abve	29.05.05	Lisboa – E. Universitário
2:29.51	Diana Duarte Gomes	fjn	15.07.05	Budapeste
Júnior B - § (01.10.13)				
2:29.51	Diana Duarte Gomes	fjn	15.07.05	Budapeste
Júnior A - § (01.10.13)				
2:30.92	Viktoria Kaminskaya	pimp	28.07.12	Jamor
2:29.23	Raquel Gomes Pereira	sad	02.04.17	Coimbra
Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)				
3:40.5	Felícia Santana Barreto	sad	31.08.58	Praia das Maças
Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)				
3:13.3	Regina Freitas Veloso	fjn	26.08.60	Roma
3:13.1	Luísa Flecha Gonçalves	cfb	03.09.67	Beja
3:08.3	Graça Guedes Maia	gdlm	26.08.70	Lisboa – Olivais
3:06.8	Graça Guedes Maia	aac	20.08.72	Évora
2:59.05	Ana Maria Chocalhinho	fjn	28.01.79	Palma de Maiorca
2:57.8	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	28.07.79	Matur
2:57.41	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	07.08.79	Lisboa – Olivais
2:48.6	Paula Marisa Lamego	scp	17.07.83	Lisboa – Olivais
2:46.13	Paula Marisa Lamego	scp	07.08.83	Lisboa – Olivais
2:44.41	Paula Marisa Lamego	scp	02.08.86	Lisboa – Olivais
2:41.10	Joana Magalhães Soutinho	fcp	30.07.94	Lisboa – Restelo
2:40.03	Joana Magalhães Soutinho	fcp	05.08.95	Coimbra
2:38.59	Joana Magalhães Soutinho	fjn	23.08.95	Viena
2:37.78	Bárbara Sousa Ferreira	fjn	11.05.02	Atenas
2:35.46	Bárbara Sousa Ferreira	cnmaia	19.05.02	Lisboa – E. Universitário
2:34.86	Bárbara Sousa Ferreira	cnmaia	15.06.02	Porto – Campanhã
2:34.64	Bárbara Sousa Ferreira	cnmaia	13.06.04	Loulé
2:33.36	Diana Duarte Gomes	fjn	26.08.06	Rio de Janeiro
2:30.50	Diana Duarte Gomes	cna	02.06.07	Porto – Campanhã
2:29.76	Diana Duarte Gomes	cna	10.06.07	Loulé
2:28.92	Victoria Kaminskaya	esjb	02.04.17	Coimbra
2:27.70	Victoria Kaminskaya	fjn	11.04.17	Pontevedra
Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)				
3:13.3	Regina Freitas Veloso	fjn	26.08.60	Roma
3:13.1	Luísa Flecha Gonçalves	cfb	03.09.67	Beja
3:12.4	Graça Guedes Maia	sad	05.10.67	Vila Franca de Xira
3:09.2	Graça Guedes Maia	fjn	27.07.68	Madrid
3:06.8	Graça Guedes Maia	aac	01.07.69	Lisboa – Olivais
3:06.6	Graça Guedes Maia	fjn	20.07.69	Belém
3:05.4	Graça Guedes Maia	fjn	16.08.69	Viena
3:04.4	Maria Manuela Lopes	avcm	20.08.72	Évora
3:02.3	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	08.08.74	Lisboa – Olivais
3:00.1	Ana Maria Chocalhinho	sfuap	03.08.75	Lisboa – Olivais
2:58.32	Paula Barata Alves	fjn	07.08.76	Oslo
2:55.7	Paula Barata Alves	sad	15.08.76	Lisboa – Olivais
2:53.14	Maria Teresa Sousa	fjn	26.05.79	Seraing
2:52.4	Maria Teresa Sousa	sad	01.07.79	Lisboa – Olivais
2:50.62	Paula Marisa Lamego	fjn	19.04.80	Madrid
2:49.43	Ana Cristina Peralta	fjn	27.04.80	Nancy
2:48.90	Ana Cristina Peralta	fjn	18.05.80	Utreque
2:48.17	Ana Cristina Peralta	anl	29.06.80	Lisboa – Olivais
2:47.59	Ana Cristina Peralta	fjn	05.07.80	Darmstadt
2:45.5	Ana Cristina Peralta	slb	20.07.80	Lisboa – Olivais
2:44.93	Ana Cristina Peralta	fjn	14.02.81	Barcelona
2:43.86	Ana Cristina Peralta	fjn	24.04.81	Guadalupe
2:43.6	Ana Cristina Peralta	slb	19.07.81	Lisboa – Olivais
2:41.71	Ana Cristina Peralta	fjn	16.04.82	Buenos Aires

2:41.13	Joana Magalhães Soutinho	cfp	08.08.92	Aveiro
2:40.19	Joana Magalhães Soutinho	fjn	15.08.92	Leeds
2:39.08	Joana Magalhães Soutinho	cfp	24.07.93	Lisboa – Restelo
2:38.59	Joana Magalhães Soutinho	fjn	23.08.95	Viena
2:37.62	Nádia Alexandra Correia	fjn	07.04.01	Jamor
2:37.45	Bárbara Sousa Ferreira	cnmaia	04.08.01	Loulé
2:35.46	Bárbara Sousa Ferreira	cnmaia	19.05.02	Lisboa – E. Universitário
2:34.86	Bárbara Sousa Ferreira	cnmaia	15.06.02	Porto – Campanhã
2:33.98	Ana Rita Santos	cfb	21.12.03	Lisboa – E. Universitário
2:33.79	Diana Duarte Gomes	abve	05.06.04	Porto – Campanhã
2:31.32	Diana Duarte Gomes	fjn	27.06.04	Mulhouse
2:30.04	Diana Duarte Gomes	abve	29.05.05	Lisboa – E. Universitário
2:29.51	Diana Duarte Gomes	fjn	15.07.05	Budapeste
2:28.92	Victoria Kaminskaya	esjb	02.04.17	Coimbra
2:27.70	Victoria Kaminskaya	fjn	11.04.17	Pontevedra

#4x100 BRUÇOS**Absoluto - clubes - § (01.10.79)**
5:38.0 tempo limite**#4x200 BRUÇOS****Absoluto - clubes - § (01.10.79)**
12:08.0 tempo limite**50 COSTAS****Júnior - § (01.10.04) # (30.09.13)**

0:31.09	tempo limite			
0:30.83	Joana Dias Escária	fjn	15.01.06	Bordéus
0:30.80	Lisa Marisa Soares	cna	29.05.11	Coimbra
0:30.75	Cátia Raquel Martinheira	fjn	08.07.11	Belgrado
0:30.57	Cátia Raquel Martinheira	ldc	04.08.11	Póvoa de Varzim
0:30.54	Inês Camacho Fernandes	scp	26.02.12	Jamor
0:30.51	Joana Carina Silva	fjn	01.04.12	Coimbra
0:29.70	Inês Camacho Fernandes	fjn	01.04.12	Coimbra
0:29.42	Inês Camacho Fernandes	scp	06.04.12	Coimbra

Júnior B - § (01.10.13)

0:29.80	Inês Camacho Fernandes	scp	30.03.13	Coimbra
---------	------------------------	-----	----------	---------

Júnior A - § (01.10.13)

0:30.18	Cátia Raquel Martinheira	ldc	02.03.12	Cadiz
---------	--------------------------	-----	----------	-------

Sénior - § (01.10.04)

0:29.85	tempo limite			
0:29.40	Marta Vieira Marinho	fcp	10.04.10	Coimbra

Absoluto - § (01.06.98)

0:30.27	tempo limite			
0:30.11	Maria Carlos Santos	fjn	31.07.99	Istambul
0:29.85	Maria Carlos Santos	fjn	08.04.00	Luxemburgo
0:29.40	Marta Vieira Marinho	fcp	10.04.10	Coimbra

100 COSTAS**Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)**

1:24.0	Luísa Cavaleiro Madeira	fjn	10.06.73	Neheim Hüsten
1:23.4	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	30.06.73	Lisboa – Olivais
1:23.3	Isabel Pessanha Teixeira	fcp	25.08.73	Lisboa – Olivais
1:21.4	Luísa Cavaleiro Madeira	fjn	19.01.74	Genebra
1:20.8	Liliana Mendes Santos	cnlu	20.07.74	Luanda
1:19.3	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	08.08.74	Lisboa – Olivais
1:19.23	Teresa Paula Figueiras	fjn	31.07.76	Génova

1:18.9	Ana Cristina Yokochi	slb	15.08.76	Lisboa – Olivais
1:17.06	Teresa Paula Figueiras	fcp	06.08.77	Coimbra
1:16.80	Alexandra Maria Silva	fcp	07.08.79	Lisboa – Olivais
1:15.49	Alexandra Maria Silva	fcp	04.05.80	Mulhouse
1:14.13	Alexandra Maria Silva	fcp	04.05.80	Mulhouse
1:13.75	Patrícia Melo Alves	fpn	06.04.85	Lisboa – Olivais
1:13.65	Patrícia Melo Alves	fpn	14.07.85	Rapallo
Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
1:13.96	tempo limite			
1:11.71	Keissy Joselyn Sousa	fcp	26.04.97	Toulouse
1:10.04	Keissy Joselyn Sousa	fcp	27.04.97	Toulouse
Infantil B - § (01.10.04)				
1:10.04	Keissy Joselyn Sousa	fcp	27.04.97	Toulouse
Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
1:13.65	tempo limite			
1:11.59	Ana Paris Leal	slb	25.07.97	Famalicão
1:10.70	Keissy Joselyn Sousa	fpn	12.04.98	Praga
1:09.23	Keissy Joselyn Sousa	fpn	12.04.98	Praga
Infantil A - § (01.10.04)				
1:09.08	Cátia Raquel Martinheira	ldc	19.01.08	Póvoa de Varzim
1:08.29	Cátia Raquel Martinheira	ldc	31.05.08	Mairena del Aljarafe
1:07.88	Cátia Raquel Martinheira	fpn	05.07.08	Luxemburgo
1:07.15	Inês Camacho Fernandes	fpn	27.03.10	Coimbra
1:06.78	Inês Camacho Fernandes	fpn	20.06.10	Catania
Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)				
1:32.2	Gabriela Rosado Lopes	sclm	31.08.58	Praia das Mações
Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)				
1:21.0	Maria Lurdes Pessoa Duarte	fpn	01.08.63	Belém
Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)				
1:19.9	Manuela Mendes Silva	aac	15.07.71	Luso
1:18.8	Manuela Mendes Silva	aac	22.08.71	Lisboa – Olivais
1:18.4	Olímpia Maria Otão	gdml	16.08.73	Coimbra
1:17.0	Olímpia Maria Otão	gdml	25.08.73	Lisboa – Olivais
1:16.1	Teresa Paula Figueiras	fpn	15.01.78	Barcelona
1:12.29	Teresa Paula Figueiras	fcp	02.07.78	Coimbra
1:11.51	Teresa Paula Figueiras	fpn	22.07.78	Génova
1:11.41	Teresa Paula Figueiras	fpn	20.01.79	Genebra
1:11.20	Teresa Paula Figueiras	fpn	20.01.79	Genebra
1:11.04	Teresa Paula Figueiras	fpn	06.04.79	Rio de Janeiro
1:10.37	Teresa Paula Figueiras	fpn	26.05.79	Seraing
1:10.00	Teresa Paula Figueiras	fcp	07.08.79	Lisboa – Olivais
1:09.38	Teresa Paula Figueiras	fpn	18.04.80	Madrid
1:09.32	Teresa Paula Figueiras	fpn	20.04.80	Madrid
1:09.28	Teresa Paula Figueiras	fcp	04.05.80	Mulhouse
1:08.77	Petra Quintela Chaves	sad	18.01.92	Lisboa – Olivais
1:08.68	Petra Quintela Chaves	fpn	25.04.92	Andorra
1:08.33	Petra Quintela Chaves	fpn	26.04.92	Andorra
1:07.80	Petra Quintela Chaves	sad	17.05.92	Lisboa – Olivais
1:07.63	Petra Quintela Chaves	sad	19.07.92	Lisboa – Olivais
Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)				
Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)				
1:07.60	Susana Correia Oliveira	cfb	24.07.08	Jamor
1:07.44	Cátia Raquel Martinheira	ldc	13.03.09	Póvoa de Varzim
1:06.50	Joana Carina Silva	lsxxi	05.02.11	Póvoa de Varzim
1:05.81	Joana Carina Silva	lsxxi	05.02.11	Póvoa de Varzim
1:04.90	Joana Carina Silva	lsxxi	25.03.11	Jamor
Juvenil B - § (01.10.13)				
1:04.90	Joana Carina Silva	lsxxi	25.03.11	Jamor
Juvenil A - § (01.10.13)				
1:03.92	Inês Camacho Fernandes	scp	06.04.12	Coimbra
1:03.92	Joana Carina Silva	lsxxi	06.04.12	Coimbra
Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)				
Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)				
1:20.1	Maria do Céu Castelo Branco	sad	02.09.67	Beja
1:17.6	Dulce Miranda Gouveia	gdml	24.08.68	Beja
1:16.51	Maria Teresa Faria	fpn	07.08.76	Modena

1:16.3	Maria Teresa Faria	cac	15.08.76	Lisboa – Olivais
1:15.27	Maria Teresa Faria	fpn	21.05.77	Mulhouse
1:14.65	Maria Teresa Faria	cac	07.08.77	Coimbra
1:13.90	Aida Leite da Silva	fpn	26.05.79	Seraing
1:13.40	Ana Cristina Yokochi	slb	07.08.79	Lisboa – Olivais
1:08.93	Teresa Paula Figueiras	fpn	23.04.81	Guadalupe
1:08.80	Teresa Paula Figueiras	fpn	10.09.81	Split
1:08.46	Teresa Paula Figueiras	fpn	15.04.82	Buenos Aires
1:08.20	Ana Antas de Barros	sad	01.03.86	Lisboa – Olivais
1:08.19	Petra Quintela Chaves	sad	31.01.93	Lisboa – Olivais
1:07.20	Petra Quintela Chaves	fpn	20.03.93	Sarcelles
1:07.19	Petra Quintela Chaves	fpn	18.04.93	Lisboa – Olivais
1:05.67	Petra Quintela Chaves	fpn	09.07.93	Istambul
1:05.19	Petra Quintela Chaves	fpn	05.08.93	Sheffield
1:05.06	Petra Quintela Chaves	sad	31.07.94	Lisboa – Restelo
1:05.04	Petra Quintela Chaves	fpn	07.09.94	Roma
1:04.95	Cátia Raquel Martinheira	ldc	20.03.11	Cádiz
1:04.45	Cátia Raquel Martinheira	fpn	09.07.11	Belgrado
1:03.92	Inês Camacho Fernandes	scp	06.04.12	Coimbra
1:03.92	Joana Carina Silva	lsxxi	06.04.12	Coimbra
Júnior B - § (01.10.13)				
1:04.00	Inês Camacho Fernandes	scp	30.03.13	Coimbra
Júnior A - § (01.10.13)				
1:04.15	Maria Carlos Santos	fpn	24.08.95	Viena
Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)				
1:31.6	Elza Maria Ferreira	gdml	31.08.58	Praia das Mações
1:31.6	Isabel Furtado de Castro	sad	31.08.58	Praia das Mações
Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)				
1:27.6	Fernanda Santos Campos	sclm	07.09.58	Luso
1:24.4	Berta Maria Madeira	fpn	08.07.62	Barcelona
1:22.2	Berta Maria Madeira	fpn	09.08.63	Rio de Janeiro
1:19.4	Maria Lurdes Pessoa Duarte	fpn	15.07.66	Évora
1:19.2	Dulce Miranda Gouveia	fpn	20.07.69	Belém
1:19.1	Dulce Miranda Gouveia	fpn	29.07.69	Salvador
1:16.6	Dulce Miranda Gouveia	gdml	29.08.70	Beja
1:15.6	Dulce Miranda Gouveia	gdml	28.08.71	Coimbra
1:15.4	Dulce Miranda Gouveia	gdml	19.08.72	Évora
1:15.0	Dulce Miranda Gouveia	gdml	16.08.73	Coimbra
1:14.4	Dulce Miranda Gouveia	gdml	25.08.73	Lisboa – Olivais
1:13.4	Maria Teresa Faria	cac	08.08.78	Lisboa – Olivais
1:11.76	Teresa Paula Figueiras	fpn	22.01.83	Genebra
1:10.04	Teresa Paula Figueiras	fpn	22.01.83	Genebra
1:07.88	Teresa Paula Figueiras	fpn	15.04.83	Lisboa – Olivais
1:07.83	Ana Antas de Barros	sad	06.03.88	Lisboa – Olivais
1:07.0	Ana Antas de Barros	sad	11.02.89	Lisboa – Olivais
1:06.79	Ana Antas de Barros	sad	26.03.89	Casablanca
1:06.10	Ana Antas de Barros	fpn	09.04.89	Nice
1:05.76	Ana Antas de Barros	fpn	01.12.90	Indianapolis
1:05.02	Ana Antas de Barros	fpn	20.06.91	Barcelona
1:04.12	Ana Antas de Barros	fpn	05.08.93	Sheffield
1:04.01	Maria Carlos Santos	fpn	07.06.98	Lisboa – E. Universitário
1:03.45	Marta Vieira Marinho	fcp	10.04.10	Coimbra
1:03.42	Ana Sofia Leite	gcvr	03.04.15	Coimbra
Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)				
1:27.6	Fernanda Santos Campos	sclm	07.09.58	Luso
1:24.4	Berta Maria Madeira	fpn	08.07.62	Barcelona
1:21.0	Maria Lurdes Pessoa Duarte	fpn	01.08.63	Belém
1:17.6	Dulce Miranda Gouveia	gdml	24.08.68	Beja
1:16.6	Dulce Miranda Gouveia	gdml	29.08.70	Beja
1:15.6	Dulce Miranda Gouveia	gdml	28.08.71	Coimbra
1:15.4	Dulce Miranda Gouveia	gdml	19.08.72	Évora
1:15.0	Dulce Miranda Gouveia	gdml	16.08.73	Coimbra
1:14.4	Dulce Miranda Gouveia	gdml	25.08.73	Lisboa – Olivais
1:12.29	Teresa Paula Figueiras	fcp	02.07.78	Coimbra
1:11.51	Teresa Paula Figueiras	fpn	22.07.78	Génova
1:11.41	Teresa Paula Figueiras	fpn	20.01.79	Genebra
1:11.20	Teresa Paula Figueiras	fpn	20.01.79	Genebra

1:11.04	Teresa Paula Figueiras	fpn	06.04.79	Rio de Janeiro
1:10.37	Teresa Paula Figueiras	fpn	26.05.79	Seraing
1:10.00	Teresa Paula Figueiras	fcp	07.08.79	Lisboa – Olivais
1:09.38	Teresa Paula Figueiras	fpn	18.04.80	Madrid
1:09.32	Teresa Paula Figueiras	fpn	20.04.80	Madrid
1:09.28	Teresa Paula Figueiras	fcp	04.05.80	Mulhouse
1:08.93	Teresa Paula Figueiras	fpn	23.04.81	Guadalupe
1:08.80	Teresa Paula Figueiras	fpn	10.09.81	Split
1:08.46	Teresa Paula Figueiras	fpn	15.04.82	Buenos Aires
1:07.88	Teresa Paula Figueiras	fpn	15.04.83	Lisboa – Olivais
1:07.83	Ana Antas de Barros	sad	06.03.88	Lisboa – Olivais
1:07.0	Ana Antas de Barros	sad	11.02.89	Lisboa – Olivais
1:06.79	Ana Antas de Barros	sad	26.03.89	Casablanca
1:06.10	Ana Antas de Barros	fpn	09.04.89	Nice
1:05.76	Ana Antas de Barros	fpn	01.12.90	Indianapolis
1:05.02	Ana Antas de Barros	fpn	20.06.91	Barcelona
1:04.12	Ana Antas de Barros	fpn	05.08.93	Sheffield
1:04.01	Maria Carlos Santos	fpn	07.06.98	Lisboa – E. Universitário
1:03.45	Marta Vieira Marinho	fcp	10.04.10	Coimbra
1:03.42	Ana Sofia Leite	gcvr	03.04.15	Coimbra

200 COSTAS

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

2:58.3	Luísa Cavaleiro Madeira	fpn	09.06.73	Neheim Hüsten
2:56.3	Liliana Mendes Santos	cnlu	07.03.74	Luanda
2:54.8	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	06.07.74	Lisboa – Olivais
2:48.4	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	11.08.74	Lisboa – Olivais
2:45.7	Maria Joana Delerue	sad	24.07.76	Tróia
2:44.1	Maria Paula Santana	fcp	12.08.76	Lisboa – Olivais
2:43.53	Teresa Paula Figueiras	fcp	06.08.77	Coimbra
2:42.0	Ana Antas de Barros	anl	19.06.82	Lisboa – Olivais
2:39.3	Ana Antas de Barros	sad	29.07.82	Coimbra
2:39.20	Patrícia Melo Alves	fpn	06.04.85	Lisboa – Olivais
2:38.16	Patrícia Melo Alves	fpn	13.07.85	Rapallo
2:38.15	Ana Catarina Assunção	cnal	04.08.88	Lisboa – Olivais
2:37.76	Ana Catarina Assunção	cnal	04.08.88	Lisboa – Olivais

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:38.32	tempo limite			
2:33.65	Keissy Joselyn Sousa	fcp	26.04.97	Toulouse
2:33.03	Keissy Joselyn Sousa	fcp	27.07.97	Famalicao

Infantil B - § (01.10.04)

2:33.03	Keissy Joselyn Sousa	fcp	27.07.97	Famalicao
---------	----------------------	-----	----------	-----------

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:28.14	tempo limite			
---------	--------------	--	--	--

Infantil A - § (01.10.04)

2:25.80	Cátia Raquel Martinheira	ldc	07.06.08	Loulé
2:24.42	Cátia Raquel Martinheira	fpn	04.07.08	Luxemburgo
2:23.94	Rafaela Gomes Azevedo	sad	31.05.15	Coimbra

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

2:55.8	Dulce Miranda Gouveia	gdml	03.09.67	Beja
2:55.0	Manuela Mendes Silva	aac	13.08.71	Luso
2:54.4	Manuela Mendes Silva	aac	21.08.71	Lisboa – Olivais
2:51.6	Olímpia Maria Otão	apdm	12.04.73	Luanda
2:47.4	Olímpia Maria Otão	gdml	19.08.73	Coimbra
2:45.4	Olímpia Maria Otão	gdml	26.08.73	Lisboa – Olivais
2:41.6	Teresa Paula Figueiras	fpn	14.01.78	Barcelona
2:34.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	01.07.78	Coimbra
2:32.87	Teresa Paula Figueiras	fpn	07.04.79	Rio de Janeiro
2:31.2	Teresa Paula Figueiras	fcp	27.07.79	Matur
2:28.02	Teresa Paula Figueiras	fpn	19.04.80	Madrid
2:26.43	Petra Quintela Chaves	fpn	25.04.92	Andorra
2:24.61	Petra Quintela Chaves	sad	16.07.92	Lisboa – Olivais
2:24.04	Petra Quintela Chaves	fpn	13.08.92	Leeds

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:23.99	Márcia Santos Freitas	fpn	20.07.02	Génova
---------	-----------------------	-----	----------	--------

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

2:23.35	Cátia Raquel Martinheira	ldc	08.02.09	Póvoa de Varzim
2:22.84	Tatiana Filipa Santos	gcf	15.03.09	Póvoa de Varzim
2:22.61	Joana Carina Silva	lsxxi	06.02.11	Póvoa de Varzim

Juvenil B - § (01.10.13)

2:22.61	Joana Carina Silva	lsxxi	06.02.11	Póvoa de Varzim
2:22.24	Camila Rodrigues Rebelo	fpn	30.04.17	Genebra
2:20.53	Camila Rodrigues Rebelo	aln	21.07.17	Jamor

Juvenil A - § (01.10.13)

2:17.38	Joana Carina Silva	lsxxi	05.04.12	Coimbra
---------	--------------------	-------	----------	---------

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

2:57.8	Ana Cristina Patacas	sad	31.08.69	Lisboa – Olivais
2:53.5	Ana Cristina Patacas	sad	03.09.69	Lisboa – Olivais
2:50.3	Clotilde Botelho de Melo	fpn	27.07.72	Coimbra
2:49.5	Francisca Pessanha Teixeira	fcp	19.08.73	Coimbra
2:42.9	Maria Teresa Faria	cac	23.07.76	Coimbra
2:42.0	Maria Teresa Faria	cac	12.08.76	Lisboa – Olivais
2:39.49	Maria Teresa Faria	cac	06.08.77	Coimbra
2:37.8	Ana Cristina Yokochi	slb	04.08.79	Lisboa – Olivais
2:36.80	Aida Leite da Silva	fpn	26.04.80	Nancy
2:36.80	Aida Leite da Silva	fcp	31.07.80	Lisboa – Olivais
2:28.06	Teresa Paula Figueiras	fpn	24.04.81	Guadalupe
2:26.94	Teresa Paula Figueiras	fpn	16.04.82	Buenos Aires
2:26.78	Ana Antas de Barros	fpn	29.03.86	Puerto de la Cruz
2:26.22	Ana Antas de Barros	sad	31.07.86	Lisboa – Olivais
2:21.79	Petra Quintela Chaves	fpn	21.03.93	Sarcelles
2:21.05	Petra Quintela Chaves	fpn	08.07.93	Istambul
2:19.92	Petra Quintela Chaves	fpn	08.08.93	Sheffield
2:19.60	Petra Quintela Chaves	fpn	15.06.94	Barcelona
2:18.75	Cátia Raquel Martinheira	ldc	19.03.11	Cádiz
2:17.98	Cátia Raquel Martinheira	fpn	18.08.11	Lima
2:17.38	Joana Carina Silva	lsxxi	05.04.12	Coimbra

Júnior B - § (01.10.13)

2:17.98	Cátia Raquel Martinheira	fpn	18.08.11	Lima
---------	--------------------------	-----	----------	------

Júnior A - § (01.10.13)

2:16.63	Cátia Raquel Martinheira	ldc	03.03.12	Cádiz
2:15.53	Rita Barros Frischknecht	sad	02.04.15	Coimbra

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

3:16.6	Fernanda Santos Campos	sclm	06.09.58	Luso
--------	------------------------	------	----------	------

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

3:18.8	Maria Helena Gomes	sad	03.09.67	Beja
3:01.2	Maria do Céu Castelo Branco	sad	04.08.68	Vila Franca de Xira
2:54.3	Dulce Miranda Gouveia	gdml	04.01.69	Luanda
2:50.2	Dulce Miranda Gouveia	gdml	03.09.69	Lisboa – Olivais
2:45.6	Dulce Miranda Gouveia	gdml	30.08.70	Beja
2:44.9	Dulce Miranda Gouveia	fpn	27.07.72	Coimbra
2:41.1	Dulce Miranda Gouveia	gdml	19.08.73	Coimbra
2:40.26	Maria Teresa Faria	cac	05.08.78	Lisboa – Olivais
2:25.42	Teresa Paula Figueiras	fpn	16.04.83	Lisboa – Olivais
2:24.10	Ana Antas de Barros	fpn	11.06.88	Roma
2:18.92	Ana Antas de Barros	fpn	07.04.89	Nice
2:18.71	Ana Antas de Barros	fpn	18.11.90	Sarcelles
2:18.13	Ana Antas de Barros	fpn	18.11.90	Sarcelles
2:17.44	Ana Antas de Barros	fpn	21.06.91	Barcelona
2:17.14	Ana Antas de Barros	sad	06.08.92	Aveiro
2:16.92	Ana Antas de Barros	fpn	08.08.93	Sheffield
2:16.28	Ana Antas de Barros	fpn	08.08.93	Sheffield
2:15.82	Cátia Raquel Martinheira	ldc	09.02.14	Jamor
2:15.27	Francisca Gomes Azevedo	sad	02.04.15	Coimbra

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

3:16.6	Fernanda Santos Campos	sclm	06.09.58	Luso
2:55.8	Dulce Miranda Gouveia	gdml	03.09.67	Beja
2:54.3	Dulce Miranda Gouveia	gdml	04.01.69	Luanda
2:50.2	Dulce Miranda Gouveia	gdml	03.09.69	Lisboa – Olivais

2:45.6	Dulce Miranda Gouveia	gdlm	30.08.70	Beja
2:44.9	Dulce Miranda Gouveia	fpn	27.07.72	Coimbra
2:41.1	Dulce Miranda Gouveia	gdlm	19.08.73	Coimbra
2:39.49	Maria Teresa Faria	cac	06.08.77	Coimbra
2:34.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	01.07.78	Coimbra
2:32.87	Teresa Paula Figueiras	fpn	07.04.79	Rio de Janeiro
2:31.2	Teresa Paula Figueiras	fcp	27.07.79	Matur
2:28.02	Teresa Paula Figueiras	fpn	19.04.80	Madrid
2:26.94	Teresa Paula Figueiras	fpn	16.04.82	Buenos Aires
2:25.42	Teresa Paula Figueiras	fpn	16.04.83	Lisboa – Olivais
2:24.10	Ana Antas de Barros	fpn	11.06.88	Roma
2:18.92	Ana Antas de Barros	fpn	07.04.89	Nice
2:18.71	Ana Antas de Barros	fpn	18.11.90	Sarcelles
2:18.13	Ana Antas de Barros	fpn	18.11.90	Sarcelles
2:17.44	Ana Antas de Barros	fpn	21.06.91	Barcelona
2:17.14	Ana Antas de Barros	sad	06.08.92	Aveiro
2:16.92	Ana Antas de Barros	fpn	08.08.93	Sheffield
2:16.28	Ana Antas de Barros	fpn	08.08.93	Sheffield
2:15.82	Cátia Raquel Martinheira	ldc	09.02.14	Jamor
2:15.27	Francisca Gomes Azevedo	sad	02.04.15	Coimbra

4x100 COSTAS

Absoluto - clubes - § (01.10.79)
5:08.0 tempo limite

#4x200 COSTAS

Absoluto - clubes - § (01.10.79)
10:55.0 tempo limite

50 MARIPOSA

Júnior - § (01.10.04) # (30.09.13)

0:28.46	tempo limite			
0:28.38	Sara Francisco Cruz	fpn	04.04.09	Piraeus
0:28.36	Sara Francisco Cruz	adba	02.07.09	Coimbra
0:28.00	Sara Francisco Cruz	adba	18.07.09	Faro

Júnior B - § (01.10.13)

0:28.00	Sara Francisco Cruz	adba	18.07.09	Faro
---------	---------------------	------	----------	------

Júnior A - § (01.10.13)

0:28.31	Sara Freitas Oliveira	fpn	29.07.02	Berlim
---------	-----------------------	-----	----------	--------

Sénior - § (01.10.04)

0:27.93	tempo limite			
0:27.82	Filipa Ferreira Silva	cna	24.03.06	Lisboa – E. Universitário
0:27.44	Sara Freitas Oliveira	fcp	30.05.10	Coimbra
0:27.36	Sara Freitas Oliveira	fpn	13.08.10	Budapeste
0:27.29	Sara Freitas Oliveira	fpn	07.04.11	Eindhoven
0:27.27	Sara Freitas Oliveira	fpn	07.04.11	Eindhoven

Absoluto - § (01.06.98)

0:29.29	tempo limite			
0:29.06	Maria Carlos Santos	fpn	26.07.99	Istambul
0:28.56	Sara Freitas Oliveira	fcp	20.05.00	Lisboa – E. Universitário
0:28.46	Filipa Ferreira Silva	cna	02.08.01	Loulé
0:28.31	Sara Freitas Oliveira	fpn	29.07.02	Berlim
0:28.12	Filipa Ferreira Silva	cna	29.03.03	Lisboa – Restelo
0:28.12	Filipa Ferreira Silva	fpn	11.04.03	Luxemburgo
0:27.93	Sara Freitas Oliveira	fcp	09.07.04	Rijeka
0:27.82	Filipa Ferreira Silva	cna	24.03.06	Lisboa – E. Universitário
0:27.44	Sara Freitas Oliveira	fcp	30.05.10	Coimbra
0:27.36	Sara Freitas Oliveira	fpn	13.08.10	Budapeste

0:27.29	Sara Freitas Oliveira	fpn	07.04.11	Eindhoven
0:27.27	Sara Freitas Oliveira	fpn	07.04.11	Eindhoven

100 MARIPOSA

Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)

1:22.1	Luísa Cavaleiro Madeira	fpn	09.06.73	Neheim Hústen
1:19.1	Luísa Cavaleiro Madeira	fpn	28.07.73	Génova
1:16.5	Luísa Cavaleiro Madeira	fpn	27.07.74	Génova
1:13.15	Maria Paula Santana	fcp	21.01.76	Genebra
1:12.53	Alexandra Maria Silva	fpn	25.01.80	Genebra
1:12.14	Alexandra Maria Silva	fcp	04.05.80	Mulhouse
1:11.77	Alexandra Maria Nogueira	fpn	17.05.80	Utreque
1:09.8	Alexandra Maria Nogueira	anl	28.06.80	Lisboa – Olivais
1:09.6	Alexandra Maria Nogueira	slb	13.07.80	Lisboa – Olivais
1:07.98	Ana Gama Alegria	scb	28.07.90	S. João da Madeira

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:10.86	tempo limite			
1:10.39	Susana Patrícia Miguel	sfuap	19.05.02	Lisboa – E. Universitário
1:10.22	Susana Patrícia Miguel	sfuap	21.07.02	Lisboa – Restelo

Infantil B - § (01.10.04)

1:09.38	Inês Camacho Fernandes	scp	05.07.09	Vila Franca de Xira
1:08.02	Inês Camacho Fernandes	scp	26.07.09	S. João da Madeira
1:07.00	Carolina Miranda Fernandes	cga	15.06.17	S. João da Madeira

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:07.08	tempo limite			
1:06.82	Susana Patrícia Miguel	sfuap	06.07.03	Lisboa – Restelo

Infantil A - § (01.10.04)

1:06.64	Filipa Vilas Tiago	scp	22.07.07	Faro
1:05.17	Inês Camacho Fernandes	fpn	27.03.10	Coimbra
1:05.13	Inês Camacho Fernandes	fpn	19.06.10	Catania
1:04.70	Ana Margarida Guedes	gcvr	20.07.14	Loulé

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

1:31.8	Luísa Maria Alvarez	avcm	03.09.67	Beja
1:28.2	Clotilde Botelho de Melo	gdlm	18.08.68	Vila Franca de Xira
1:28.0	Lídia Miranda Gouveia	gdlm	24.08.69	Évora
1:22.6	Lídia Miranda Gouveia	gdlm	23.08.70	Lisboa – Olivais
1:20.9	Helena Maria Fernandes	fcp	24.07.71	Lisboa – Olivais
1:19.2	Manuela Mendes Silva	aac	13.08.71	Coimbra
1:18.6	Manuela Mendes Silva	aac	22.08.71	Lisboa – Olivais
1:18.0	Manuela Mendes Silva	aac	28.08.71	Coimbra
1:15.9	Manuela Mendes Silva	fpn	27.07.72	Coimbra
1:13.8	Liliana Mendes Santos	slb	22.08.75	Coimbra
1:13.1	Liliana Mendes Santos	slb	13.08.76	Lisboa – Olivais
1:12.0	Maria Paula Santana	fpn	23.07.77	Génova
1:10.5	Maria Teresa Villaret	fpn	19.07.80	Génova
1:10.2	Maria Teresa Villaret	fpn	19.07.80	Génova
1:09.8	Maria Teresa Villaret	slb	01.08.80	Lisboa – Olivais
1:09.8	Alexandra Maria Nogueira	fpn	23.01.81	Genebra
1:09.62	Alexandra Maria Nogueira	sad	07.08.81	Coimbra
1:09.13	Alexandra Maria Silva	fpn	16.04.82	Buenos Aires
1:08.41	Joana Isabel Arantes	fpn	25.07.87	Roma
1:06.45	Ana Gama Alegria	fpn	07.04.91	Zurique
1:05.80	Ana Gama Alegria	fpn	05.05.91	Viena
1:05.51	Ana Gama Alegria	scb	08.06.91	Matur
1:04.44	Ana Gama Alegria	fpn	15.06.91	Chiasso

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

1:03.88	Inês Camacho Fernandes	fpn	25.07.11	Trabzon
---------	------------------------	-----	----------	---------

Juvenil B - § (01.10.13)

1:03.88	Inês Camacho Fernandes	fpn	25.07.11	Trabzon
---------	------------------------	-----	----------	---------

Juvenil A - § (01.10.13)

1:03.14	Ana Rita Francisco	sfuap	05.08.95	Coimbra
---------	--------------------	-------	----------	---------

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

1:41.5	Fernanda Silva Nunes	fpn	09.08.63	Rio de Janeiro
1:22.4	Júlia Garcês Sousa	fpn	15.07.66	Évora
1:19.3	Susana Pinto Abreu	fpn	30.07.67	Lisboa – Olivais
1:18.4	Clotilde Botelho de Melo	fpn	27.07.72	Coimbra
1:17.2	Helena Maria Fernandes	fcp	15.08.72	Coimbra
1:17.0	Manuela Mendes Silva	aac	25.07.73	Coimbra
1:15.8	Helena Maria Fernandes	fcp	19.08.73	Coimbra
1:15.4	Helena Maria Fernandes	fcp	25.08.73	Lisboa – Olivais
1:14.1	Manuela Mendes Silva	aac	11.08.74	Lisboa – Olivais
1:12.49	Liliana Mendes Santos	fpn	21.05.77	Mulhouse
1:12.49	Liliana Mendes Santos	slb	07.08.77	Coimbra
1:11.72	Doroteia Maria Coelho	ind	12.06.78	Genebra
1:11.20	Liliana Mendes Santos	slb	06.08.78	Lisboa – Olivais
1:11.14	Doroteia Maria Coelho	ind	19.01.79	Genebra
1:09.95	Doroteia Maria Coelho	ind	31.03.79	Winterthur
1:08.29	Doroteia Maria Coelho	fpn	07.04.79	Rio de Janeiro
1:08.07	Sandra Cabral Neves	slb	23.02.85	Lisboa – Olivais
1:07.02	Sandra Cabral Neves	fpn	17.01.86	Estrasburgo
1:06.8	Sandra Cabral Neves	fpn	30.03.86	Puerto de la Cruz
1:06.1	Sandra Cabral Neves	fpn	30.03.86	Puerto de la Cruz
1:06.06	Sandra Cabral Neves	slb	01.08.86	Lisboa – Olivais
1:05.70	Joana Isabel Arantes	scp	25.03.89	Casablanca
1:05.41	Joana Isabel Arantes	scp	26.03.89	Casablanca
1:05.2	Joana Isabel Arantes	scp	15.07.89	Lisboa – Olivais
1:04.52	Ana Gama Alegria	fpn	11.04.92	Atenas
1:04.00	Ana Gama Alegria	scb	17.05.92	Lisboa – Olivais
1:03.51	Ana Rita Francisco	fpn	16.04.95	Belo Horizonte
1:03.29	Ana Rita Francisco	sfuap	21.05.95	Lisboa – Olivais
1:03.25	Ana Rita Francisco	fpn	22.07.95	Genebra
1:03.13	Ana Rita Francisco	sfuap	05.08.95	Coimbra
1:03.12	Ana Rita Francisco	sfuap	22.12.95	Lisboa – Restelo
1:02.98	Ana Rita Francisco	fpn	23.07.96	Atlanta
1:02.93	Sara Freitas Oliveira	fcp	12.05.01	Póvoa de Varzim
1:02.66	Sara Freitas Oliveira	fpn	08.07.01	La Valetta
1:01.89	Sara Francisco Cruz	adba	29.03.09	Lisboa – E. Universitário
1:01.74	Sara Francisco Cruz	fpn	05.04.09	Piraeus
1:01.48	Sara Francisco Cruz	adba	20.07.09	Faro

Júnior B - § (01.10.13)

1:01.48	Sara Francisco Cruz	adba	20.07.09	Faro
---------	---------------------	------	----------	------

Júnior A - § (01.10.13)

1:00.95	Sara Freitas Oliveira	fpn	01.08.02	Berlim
---------	-----------------------	-----	----------	--------

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

1:37.4	Maria Teresa Montoya	sad	30.08.58	Praia das Mações
--------	----------------------	-----	----------	------------------

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

1:34.6	Regina Freitas Veloso	gdlim	30.08.58	Praia das Mações
1:29.0	Manuela Silva Nunes	fpn	01.08.63	Belém
1:23.8	Manuela Silva Nunes	sad	15.08.65	Madrid
1:16.0	Susana Pinto Abreu	fpn	28.07.68	Madrid
1:15.5	Susana Pinto Abreu	fpn	20.07.69	Belém
1:14.8	Susana Pinto Abreu	fpn	29.07.69	Salvador
1:14.1	Susana Pinto Abreu	gdlim	27.08.69	Lisboa – Olivais
1:13.6	Susana Pinto Abreu	gdlim	31.08.69	Lisboa – Olivais
1:13.5	Susana Pinto Abreu	gdlim	30.08.70	Beja
1:13.3	Maria Helena Varela	sad	11.08.74	Lisboa – Olivais
1:11.8	Manuela Mendes Silva	cac	22.08.75	Coimbra
1:11.5	Liliana Mendes Santos	slb	30.06.79	Lisboa – Olivais
1:10.5	Liliana Mendes Santos	slb	28.07.79	Matur
1:09.0	Liliana Mendes Santos	anl	28.06.80	Lisboa – Olivais
1:08.78	Maria Alexandra Leal	fcp	04.05.86	Mulhouse
1:06.12	Sandra Cabral Neves	fpn	23.01.87	Estrasburgo
1:06.09	Sandra Cabral Neves	slb	14.03.87	Lisboa – Olivais
1:05.76	Sandra Cabral Neves	fpn	03.05.87	Buenos Aires
1:05.64	Sandra Cabral Neves	slb	01.08.87	Porto – Campanhã
1:04.72	Sandra Cabral Neves	slb	17.04.88	Luxemburgo
1:04.60	Sandra Cabral Neves	fpn	23.09.88	Seul

1:04.59	Joana Isabel Arantes	fpn	29.07.92	Barcelona
1:04.23	Joana Isabel Arantes	fpn	04.04.93	Florença
1:03.98	Joana Isabel Arantes	fpn	06.08.93	Sheffield
1:03.79	Ana Rita Francisco	sfuap	21.12.96	Lisboa – Restelo
1:03.12	Ana Rita Francisco	fpn	01.06.97	Canet
1:02.82	Ana Rita Francisco	sfuap	02.08.97	Lisboa – E. Universitário
1:02.66	Raquel Maria Felgueiras	fpn	08.04.01	Saragoça
1:01.75	Sara Freitas Oliveira	fcp	16.03.02	Póvoa de Varzim
1:01.56	Sara Freitas Oliveira	fcp	10.05.02	Jamor
1:01.21	Sara Freitas Oliveira	fpn	01.08.02	Berlim
1:00.95	Sara Freitas Oliveira	fpn	01.08.02	Berlim
1:00.81	Sara Freitas Oliveira	fpn	25.03.07	Melbourne
1:00.46	Sara Freitas Oliveira	fcp	08.04.07	Póvoa de Varzim
1:00.41	Sara Freitas Oliveira	fpn	16.06.07	Monte Carlo
0:59.66	Sara Freitas Oliveira	fcp	28.07.07	Aveiro
0:59.48	Sara Freitas Oliveira	fpn	09.08.08	Pequim
0:58.82	Sara Freitas Oliveira	fpn	12.08.10	Budapeste
0:58.76	Sara Freitas Oliveira	fpn	12.08.10	Budapeste

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

1:34.6	Regina Freitas Veloso	gdlim	30.08.58	Praia das Mações
1:29.0	Manuela Silva Nunes	fpn	01.08.63	Belém
1:23.8	Manuela Silva Nunes	sad	15.08.65	Madrid
1:22.4	Júlia Garcês Sousa	fpn	15.07.66	Évora
1:19.3	Susana Pinto Abreu	fpn	30.07.67	Lisboa – Olivais
1:16.0	Susana Pinto Abreu	fpn	28.07.68	Madrid
1:15.5	Susana Pinto Abreu	fpn	20.07.69	Belém
1:14.8	Susana Pinto Abreu	fpn	29.07.69	Salvador
1:14.1	Susana Pinto Abreu	gdlim	27.08.69	Lisboa – Olivais
1:13.6	Susana Pinto Abreu	gdlim	31.08.69	Lisboa – Olivais
1:13.5	Susana Pinto Abreu	gdlim	30.08.70	Beja
1:13.3	Maria Helena Varela	sad	11.08.74	Lisboa – Olivais
1:11.8	Manuela Mendes Silva	cac	22.08.75	Coimbra
1:11.72	Doroteia Maria Coelho	ind	12.06.78	Genebra
1:11.20	Liliana Mendes Santos	slb	06.08.78	Lisboa – Olivais
1:11.14	Doroteia Maria Coelho	ind	19.01.79	Genebra
1:09.95	Doroteia Maria Coelho	ind	31.03.79	Winterthur
1:08.29	Doroteia Maria Coelho	fpn	07.04.79	Rio de Janeiro
1:08.07	Sandra Cabral Neves	slb	23.02.85	Lisboa – Olivais
1:07.02	Sandra Cabral Neves	fpn	17.01.86	Estrasburgo
1:06.8	Sandra Cabral Neves	fpn	30.03.86	Puerto de la Cruz
1:06.1	Sandra Cabral Neves	fpn	30.03.86	Puerto de la Cruz
1:06.06	Sandra Cabral Neves	slb	01.08.86	Lisboa – Olivais
1:05.76	Sandra Cabral Neves	fpn	03.05.87	Buenos Aires
1:05.64	Sandra Cabral Neves	slb	01.08.87	Porto – Campanhã
1:04.72	Sandra Cabral Neves	slb	17.04.88	Luxemburgo
1:04.60	Sandra Cabral Neves	fpn	23.09.88	Seul
1:04.44	Ana Gama Alegria	fpn	15.06.91	Chiasso
1:04.00	Ana Gama Alegria	scb	17.05.92	Lisboa – Olivais
1:03.98	Joana Isabel Arantes	fpn	06.08.93	Sheffield
1:03.51	Ana Rita Francisco	fpn	16.04.95	Belo Horizonte
1:03.29	Ana Rita Francisco	sfuap	21.05.95	Lisboa – Olivais
1:03.25	Ana Rita Francisco	fpn	22.07.95	Genebra
1:03.13	Ana Rita Francisco	sfuap	05.08.95	Coimbra
1:03.12	Ana Rita Francisco	sfuap	22.12.95	Lisboa – Restelo
1:02.98	Ana Rita Francisco	fpn	23.07.96	Atlanta
1:02.82	Ana Rita Francisco	sfuap	02.08.97	Lisboa – E. Universitário
1:02.66	Raquel Maria Felgueiras	fpn	08.04.01	Saragoça
1:02.66	Sara Freitas Oliveira	fpn	08.07.01	La Valetta
1:01.75	Sara Freitas Oliveira	fcp	16.03.02	Póvoa de Varzim
1:01.56	Sara Freitas Oliveira	fcp	10.05.02	Jamor
1:01.21	Sara Freitas Oliveira	fpn	01.08.02	Berlim
1:00.95	Sara Freitas Oliveira	fpn	01.08.02	Berlim
1:00.81	Sara Freitas Oliveira	fpn	25.03.07	Melbourne
1:00.46	Sara Freitas Oliveira	fcp	08.04.07	Póvoa de Varzim
1:00.41	Sara Freitas Oliveira	fpn	16.06.07	Monte Carlo
0:59.66	Sara Freitas Oliveira	fcp	28.07.07	Aveiro
0:59.48	Sara Freitas Oliveira	fpn	09.08.08	Pequim
0:58.82	Sara Freitas Oliveira	fpn	12.08.10	Budapeste
0:58.76	Sara Freitas Oliveira	fpn	12.08.10	Budapeste

200 MARIPOSA

Infantil - # (30.09.96)

2:35.27	Alexandra Maria Nogueira	fpn	18.05.80	Utreque
2:34.23	Alexandra Maria Nogueira	fpn	05.07.80	Darmstadt
2:29.74	Alexandra Maria Nogueira	slb	03.08.80	Lisboa – Olivais

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:38.39	tempo limite			
2:36.66	Vânia Soares Neves	edv	20.07.02	Lisboa – Restelo
2:30.76	Susana Patrícia Miguel	sfuap	20.07.02	Lisboa – Restelo

Infantil B - § (01.10.04)

2:30.76	Susana Patrícia Miguel	sfuap	20.07.02	Lisboa – Restelo
---------	------------------------	-------	----------	------------------

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:26.29	tempo limite			
2:25.32	Susana Patrícia Miguel	sfuap	05.07.03	Lisboa – Restelo

Infantil A - § (01.10.04)

2:25.32	Susana Patrícia Miguel	sfuap	05.07.03	Lisboa – Restelo
---------	------------------------	-------	----------	------------------

Juvenil - § (1972) # (30.09.96)

3:05.0	Manuela Mendes Silva	aac	31.03.72	Luanda
3:03.4	Manuela Mendes Silva	aac	13.07.72	Coimbra
2:50.8	Maria Graça Guimarães	cdna	16.08.73	Coimbra
2:50.6	Ana Maria Castro	fcp	24.08.75	Coimbra
2:47.2	Lúfa Cavaleiro Madeira	slb	15.08.76	Lisboa – Olivais
2:45.42	Ana Cristina Yokochi	slb	09.08.77	Coimbra
2:38.6	Ana Cristina Yokochi	slb	08.08.78	Lisboa – Olivais
2:29.79	Maria Teresa Villaret	slb	03.08.80	Lisboa – Olivais
2:29.6	Alexandra Maria Silva	fcp	31.07.81	Lisboa – Olivais
2:27.9	Alexandra Maria Silva	fcp	08.08.82	Póvoa de Varzim
2:27.7	Alexandra Maria Silva	fcp	15.08.82	Lisboa – Olivais
2:27.51	Joana Isabel Arantes	scp	02.08.87	Porto – Campanhã
2:25.2	Helena Sofia Sousa	fcp	19.06.92	Matur
2:22.73	Ana Rita Francisco	fpn	09.07.94	Bellinzona
2:21.24	Ana Rita Francisco	sfuap	31.07.94	Lisboa – Restelo

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:20.75	Susana Patrícia Miguel	fpn	04.07.04	Génova
---------	------------------------	-----	----------	--------

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

2:20.75	Susana Patrícia Miguel	fpn	04.07.04	Génova
---------	------------------------	-----	----------	--------

Juvenil B - § (01.10.13)

2:15.56	Ana Rita Francisco	fpn	20.07.95	Genebra
---------	--------------------	-----	----------	---------

Juvenil A - § (01.10.13)

2:15.56	Ana Rita Francisco	fpn	20.07.95	Genebra
---------	--------------------	-----	----------	---------

Júnior - # (30.09.13)

3:04.1	Clotilde Botelho de Melo	fpn	16.08.69	Viena
3:01.1	Clotilde Botelho de Melo	gdldm	21.08.71	Lisboa – Olivais
3:01.0	Clotilde Botelho de Melo	gdldm	29.08.71	Coimbra
2:52.7	Clotilde Botelho de Melo	gdldm	13.08.72	Coimbra
2:50.8	Manuela Mendes Silva	aac	16.08.73	Coimbra
2:46.4	Manuela Mendes Silva	aac	26.08.73	Lisboa – Olivais
2:41.6	Manuela Mendes Silva	aac	08.08.74	Lisboa – Olivais
2:37.93	Liliana Mendes Santos	slb	09.08.77	Coimbra
2:34.78	Liliana Mendes Santos	slb	08.08.78	Lisboa – Olivais
2:34.39	Doroteia Maria Coelho	fpn	08.04.79	Rio de Janeiro
2:31.5	Ana Cristina Yokochi	slb	27.07.79	Matur
2:29.5	Aida Leite da Silva	fcp	03.08.80	Lisboa – Olivais
2:29.0	Maria Teresa Villaret	slb	08.08.82	Póvoa de Varzim
2:25.66	Alexandra Maria Nogueira	fpn	17.04.83	Lisboa – Olivais
2:24.76	Alexandra Maria Silva	fcp	07.08.83	Lisboa – Olivais
2:24.13	Sandra Cabral Neves	fpn	18.01.86	Estrasburgo
2:24.00	Sandra Cabral Neves	fpn	18.01.86	Estrasburgo
2:23.45	Sandra Cabral Neves	fpn	15.02.86	Barcelona
2:23.09	Sandra Cabral Neves	slb	03.08.86	Lisboa – Olivais
2:22.42	Sandra Cabral Neves	fpn	23.08.86	Madrid
2:22.2	Joana Isabel Arantes	scp	17.07.88	Lisboa – Olivais
2:20.81	Joana Isabel Arantes	scp	04.08.88	Lisboa – Olivais
2:19.92	Joana Isabel Arantes	fpn	26.03.89	Casablanca
2:19.74	Joana Isabel Arantes	scp	10.06.89	Roma

2:19.59	Joana Isabel Arantes	fpn	01.07.89	Barcelona
2:19.52	Joana Isabel Arantes	fpn	01.07.89	Barcelona
2:19.0	Joana Isabel Arantes	scp	16.07.89	Lisboa – Olivais
2:18.86	Joana Isabel Arantes	scp	06.08.89	Braga
2:18.20	Joana Isabel Arantes	fpn	20.08.89	Bona
2:17.53	Ana Rita Francisco	fpn	20.07.95	Genebra
2:15.56	Ana Rita Francisco	fpn	20.07.95	Genebra

Júnior B - § (01.10.13)

2:17.11	Ana Rita Francisco	sfuap	29.06.96	Campanhã
---------	--------------------	-------	----------	----------

Júnior A - § (01.10.13)

2:12.56	Sara Freitas Oliveira	fpn	04.08.02	Berlim
---------	-----------------------	-----	----------	--------

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

2:55.4	Susana Pinto Abreu	gdldm	22.08.70	Lisboa – Olivais
2:48.8	Clotilde Botelho de Melo	gdldm	16.08.73	Coimbra
2:47.2	Maria Helena Varela	sad	29.06.74	Tróia
2:41.9	Helena Maria Fernandes	fcp	24.08.75	Coimbra
2:41.7	Helena Maria Fernandes	fcp	15.08.76	Lisboa – Olivais
2:29.37	Liliana Mendes Santos	fpn	26.05.79	Seraing
2:27.76	Alexandra Maria Silva	fcp	08.02.85	Lisboa – Olivais
2:23.49	Sandra Cabral Neves	fpn	24.01.87	Estrasburgo
2:22.15	Sandra Cabral Neves	fpn	24.01.87	Estrasburgo
2:21.65	Sandra Cabral Neves	fpn	02.05.87	Buenos Aires
2:20.87	Sandra Cabral Neves	fpn	23.08.87	Estrasburgo
2:19.89	Sandra Cabral Neves	fpn	23.08.87	Estrasburgo
2:17.83	Sandra Cabral Neves	slb	07.08.88	Lisboa – Olivais
2:17.00	Joana Isabel Arantes	scp	05.08.90	Póvoa de Varzim
2:16.76	Joana Isabel Arantes	fpn	30.05.92	Canet
2:16.56	Joana Isabel Arantes	fpn	31.07.92	Barcelona
2:16.27	Joana Isabel Arantes	fpn	03.04.93	Florença
2:15.61	Joana Isabel Arantes	fpn	08.08.93	Sheffield
2:14.98	Ana Marta Resendes	scp	02.08.98	Jamor
2:14.48	Raquel Maria Felgueiras	fpn	08.07.00	Helsínquia
2:13.66	Raquel Maria Felgueiras	fpn	03.08.02	Berlim
2:12.77	Sara Freitas Oliveira	fpn	03.08.02	Berlim
2:12.56	Sara Freitas Oliveira	fpn	04.08.02	Berlim
2:10.14	Sara Freitas Oliveira	fpn	12.08.08	Pequim

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

3:04.1	Clotilde Botelho de Melo	fpn	16.08.69	Viena
2:55.4	Susana Pinto Abreu	gdldm	22.08.70	Lisboa – Olivais
2:52.7	Clotilde Botelho de Melo	gdldm	13.08.72	Coimbra
2:50.8	Maria Graça Guimarães	cdna	16.08.73	Coimbra
2:50.8	Manuela Mendes Silva	aac	16.08.73	Coimbra
2:48.8	Clotilde Botelho de Melo	gdldm	16.08.73	Coimbra
2:46.4	Manuela Mendes Silva	aac	26.08.73	Lisboa – Olivais
2:41.6	Manuela Mendes Silva	aac	08.08.74	Lisboa – Olivais
2:37.93	Liliana Mendes Santos	slb	09.08.77	Coimbra
2:34.78	Liliana Mendes Santos	slb	08.08.78	Lisboa – Olivais
2:34.39	Doroteia Maria Coelho	fpn	08.04.79	Rio de Janeiro
2:29.37	Liliana Mendes Santos	fpn	26.05.79	Seraing
2:27.9	Alexandra Maria Silva	fcp	08.08.82	Póvoa de Varzim
2:27.7	Alexandra Maria Silva	fcp	15.08.82	Lisboa – Olivais
2:25.66	Alexandra Maria Nogueira	fpn	17.04.83	Lisboa – Olivais
2:24.76	Alexandra Maria Silva	fcp	07.08.83	Lisboa – Olivais
2:24.13	Sandra Cabral Neves	fpn	18.01.86	Estrasburgo
2:24.00	Sandra Cabral Neves	fpn	18.01.86	Estrasburgo
2:23.45	Sandra Cabral Neves	fpn	15.02.86	Barcelona
2:23.09	Sandra Cabral Neves	slb	03.08.86	Lisboa – Olivais
2:22.42	Sandra Cabral Neves	fpn	23.08.86	Madrid
2:22.15	Sandra Cabral Neves	fpn	24.01.87	Estrasburgo
2:21.65	Sandra Cabral Neves	fpn	02.05.87	Buenos Aires
2:20.87	Sandra Cabral Neves	fpn	23.08.87	Estrasburgo
2:19.89	Sandra Cabral Neves	fpn	23.08.87	Estrasburgo
2:17.83	Sandra Cabral Neves	slb	07.08.88	Lisboa – Olivais
2:17.00	Joana Isabel Arantes	scp	05.08.90	Póvoa de Varzim
2:16.76	Joana Isabel Arantes	fpn	30.05.92	Canet
2:16.56	Joana Isabel Arantes	fpn	31.07.92	Barcelona
2:16.27	Joana Isabel Arantes	fpn	03.04.93	Florença

2:15.61	Joana Isabel Arantes	fpn	08.08.93	Sheffield
2:15.56	Ana Rita Francisco	fpn	20.07.95	Genebra
2:14.98	Ana Marta Resendes	scp	02.08.98	Jamor
2:14.48	Raquel Maria Felgueiras	fpn	08.07.00	Helsínquia
2:13.66	Raquel Maria Felgueiras	fpn	03.08.02	Berlim
2:12.77	Sara Freitas Oliveira	fpn	03.08.02	Berlim
2:12.56	Sara Freitas Oliveira	fpn	04.08.02	Berlim
2:10.14	Sara Freitas Oliveira	fpn	12.08.08	Pequim

#4x100 MARIPOSA

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

4:55.0 tempo limite

#4x200 MARIPOSA

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

10:56.0 tempo limite

200 ESTILOS

Infantil - § (28.05.73)

3:01.2	Luísa Cavaleiro Madeira	fpn	10.06.73	Neheim Hüsten
2:54.8	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	19.06.73	Lisboa - Olivais
2:54.4	Luísa Cavaleiro Madeira	slb	26.08.73	Lisboa - Olivais
2:53.8	Liliana Mendes Santos	cnlu	05.02.74	Luanda
2:51.9	Liliana Mendes Santos	cnlu	08.03.74	Luanda
2:50.4	Liliana Mendes Santos	cnlu	17.03.74	Luanda
2:47.2	Liliana Mendes Santos	fpn	27.07.74	Génova
2:43.1	Liliana Mendes Santos	cnlu	09.08.74	Lisboa - Olivais
2:42.72	Maria Paula Santana	fpn	05.08.76	Oslo
2:39.1	Maria Paula Santana	fcp	14.08.76	Lisboa - Olivais
2:39.00	Alexandra Maria Silva	fpn	21.07.79	Génova
2:38.68	Alexandra Maria Silva	fcp	06.08.79	Lisboa - Olivais
2:36.99	Alexandra Maria Nogueira	fpn	06.07.80	Darmstadt
2:35.12	Alexandra Maria Silva	fcp	02.08.80	Lisboa - Olivais

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:38.31	tempo limite			
2:37.14	Marisa Santos Freitas	ahbvg	28.06.98	Porto - Campanhã
2:34.44	Marisa Santos Freitas	ahbvg	25.07.98	Porto - Campanhã

Infantil B - § (01.10.04)

2:33.06	Inês Camacho Fernandes	scp	25.07.09	S. João da Madeira
2:32.93	Carolina Miranda Fernandes	cga	16.07.17	Loulé

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:35.12	tempo limite			
2:33.22	Inês Páscoa Águas	sad	25.07.97	Famalicão
2:31.69	Marisa Santos Freitas	ahbvg	31.07.99	Lisboa - E. Universitário
2:28.91	Susana Patrícia Miguel	sfuap	17.05.03	Lisboa - E. Universitário
2:28.56	Susana Patrícia Miguel	fpn	29.07.03	Paris

Infantil A - § (01.10.04)

2:28.56	Susana Patrícia Miguel	fpn	29.07.03	Paris
---------	------------------------	-----	----------	-------

Aspirante (1965) # (31.12.66)

3:54.3	Armanda Lopes Bryton	cfp	19.09.65	Évora
--------	----------------------	-----	----------	-------

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

3:02.0	Clotilde Botelho de Melo	gdml	17.08.68	Vila Franca de Xira
3:01.6	Maria Manuela Banha	sad	22.08.70	Lisboa - Olivais
3:01.6	Ana Maria Patacas	sad	22.08.70	Lisboa - Olivais
3:01.4	Maria Manuela Banha	sad	15.07.71	Luso
2:59.5	Maria Manuela Banha	sad	24.07.71	Lisboa - Olivais
2:58.5	Maria Teresa Oliveira	aac	13.08.71	Luso
2:56.5	Francisca Pessanha Teixeira	fcp	21.08.71	Lisboa - Olivais
2:55.6	Francisca Pessanha Teixeira	fcp	29.08.71	Coimbra
2:52.8	Manuela Mendes Silva	fpn	21.05.72	Neheim Hüsten
2:52.4	Manuela Mendes Silva	aac	12.07.72	Coimbra

2:52.1	Manuela Mendes Silva	aac	19.07.72	Coimbra
2:48.1	Ana Maria Banha	sad	17.08.73	Coimbra
2:45.0	Ana Maria Banha	sad	01.07.74	Lisboa - Olivais
2:44.2	Ana Maria Banha	sad	09.08.74	Lisboa - Olivais
2:43.7	Liliana Mendes Santos	slb	02.08.75	Lisboa - Olivais
2:42.0	Liliana Mendes Santos	slb	23.08.75	Coimbra
2:41.2	Liliana Mendes Santos	slb	31.07.76	Lisboa - Olivais
2:40.3	Liliana Mendes Santos	slb	14.08.76	Lisboa - Olivais
2:39.0	Teresa Paula Figueiras	fcp	02.07.78	Coimbra
2:35.57	Teresa Paula Figueiras	fpn	23.07.78	Génova
2:35.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	28.07.79	Matur
2:33.91	Teresa Paula Figueiras	fcp	06.08.79	Lisboa - Olivais
2:31.11	Teresa Paula Figueiras	fcp	02.08.80	Lisboa - Olivais
2:29.75	Alexandra Maria Jorge	cfp	08.07.90	Porto - Campanhã
2:28.47	Ana Gama Alegria	scb	13.07.91	Porto - Campanhã
2:28.46	Petra Quintela Chaves	sad	17.07.92	Lisboa - Olivais
2:27.41	Petra Quintela Chaves	sad	07.08.92	Aveiro

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

2:27.41	tempo limite			
2:27.29	Ana Rita Santos	cfb	27.07.02	Jamor
2:27.10	Susana Patrícia Miguel	sfuap	24.01.04	Luxemburgo
2:26.82	Susana Patrícia Miguel	fpn	04.04.04	Limassol
2:25.82	Susana Patrícia Miguel	sfuap	29.05.04	Lisboa - E. Universitário
2:25.17	Susana Patrícia Miguel	sfuap	29.05.04	Lisboa - E. Universitário
2:24.16	Susana Patrícia Miguel	fpn	03.07.04	Génova
2:23.98	Susana Patrícia Miguel	sfuap	10.07.04	Jamor

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

2:23.60	Diana Margarida Durães	foca	01.08.10	Coimbra
---------	------------------------	------	----------	---------

Juvenil B - § (01.10.13)

2:23.60	Diana Margarida Durães	foca	01.08.10	Coimbra
---------	------------------------	------	----------	---------

Juvenil A - § (01.10.13)

2:22.00	Diana Margarida Durães	foca	03.04.11	Rio Maior
2:21.01	Raquel Gomes Pereira	sad	04.04.15	Coimbra

Júnior - § (1965) # (30.09.13)

3:13.4	Fátima Rosas de Almeida	fcp	19.09.65	Évora
2:56.3	Susana Pinto Abreu	gdml	03.09.67	Beja
2:53.2	Dulce Miranda Gouveia	gdml	17.08.68	Vila Franca de Xira
2:52.8	Clotilde Botelho de Melo	gdml	22.08.70	Lisboa - Olivais
2:52.6	Maria Teresa Oliveira	aac	12.07.72	Coimbra
2:49.8	Clotilde Botelho de Melo	gdml	12.08.72	Coimbra
2:48.0	Maria Teresa Oliveira	aac	30.06.73	Coimbra
2:47.8	Maria Teresa Oliveira	aac	25.07.73	Coimbra
2:44.2	Maria Teresa Oliveira	aac	17.08.73	Coimbra
2:41.5	Palmira Manuela Andrade	fcp	14.08.76	Lisboa - Olivais
2:39.65	Liliana Mendes Santos	fpn	21.05.77	Mulhouse
2:37.71	Liliana Mendes Santos	slb	08.08.77	Coimbra
2:36.9	Liliana Mendes Santos	slb	10.07.78	Lisboa - Olivais
2:35.6	Liliana Mendes Santos	slb	22.07.78	Lisboa - Olivais
2:34.40	Maria Paula Santana	cfp	06.08.79	Lisboa - Olivais
2:30.8	Teresa Paula Figueiras	fcp	31.07.81	Lisboa - Olivais
2:30.6	Teresa Paula Figueiras	fcp	08.08.81	Coimbra
2:29.85	Teresa Paula Figueiras	fpn	16.04.82	Buenos Aires
2:28.9	Teresa Paula Figueiras	fcp	15.08.82	Lisboa - Olivais
2:28.87	Helena Antas Barros	fpn	21.01.83	Genebra
2:26.96	Marta von Hafe Roboredo	fcp	06.08.83	Lisboa - Olivais
2:26.15	Petra Quintela Chaves	fpn	10.07.93	Istambul
2:24.06	Petra Quintela Chaves	sad	23.07.93	Lisboa - Restelo
2:23.92	Maria Carlos Santos	fpn	16.06.94	Barcelona
2:21.44	Petra Quintela Chaves	sad	29.07.94	Lisboa - Restelo
2:20.61	Diana Margarida Durães	foca	03.06.12	Campanhã

Júnior B - § (01.10.13)

2:20.61	Diana Margarida Durães	foca	03.06.12	Campanhã
---------	------------------------	------	----------	----------

Júnior A - § (01.10.13)

2:17.47	Victoria Kaminskaya	pimp	29.07.12	Jamor
2:17.22	Raquel Gomes Pereira	sad	30.03.17	Coimbra

Sénior - § (1965)

3:14.4	Teresa Ferreira Gomes	cnn	19.09.65	Évora
--------	-----------------------	-----	----------	-------

3:00.6	Ana Gaspar Monteiro	sad	10.08.68	Lisboa – Olivais
2:55.8	Dulce Miranda Gouveia	gdllm	05.01.69	Luanda
2:48.7	Susana Pinto Abreu	fpn	21.07.69	Belém
2:47.1	Dulce Miranda Gouveia	fpn	21.07.69	Belém
2:47.1	Dulce Miranda Gouveia	fpn	24.07.69	Fortaleza
2:46.2	Dulce Miranda Gouveia	gdllm	12.08.72	Coimbra
2:44.9	Dulce Miranda Gouveia	gdllm	17.08.73	Coimbra
2:43.61	Palmira Manuela Andrade	fcp	08.08.77	Coimbra
2:41.7	Maria Teresa Faria	cac	27.07.78	Coimbra
2:37.05	Liliana Mendes Santos	fpn	07.04.79	Rio de Janeiro
2:35.70	Liliana Mendes Santos	fpn	27.05.79	Seraing
2:35.6	Liliana Mendes Santos	slb	28.07.79	Matur
2:35.30	Liliana Mendes Santos	slb	06.08.79	Lisboa – Olivais
2:32.71	Teresa Paula Figueiras	fpn	21.01.83	Genebra
2:29.86	Teresa Paula Figueiras	fpn	21.01.83	Genebra
2:26.50	Teresa Paula Figueiras	fpn	16.04.83	Lisboa – Olivais
2:26.14	Natacha Alexandra Sousa	fcp	06.07.91	Matur
2:24.71	Natacha Alexandra Sousa	fcp	09.08.91	Lisboa – Olivais
2:24.32	Petra Quintela Chaves	sad	29.01.95	Lisboa – Olivais
2:23.53	Maria Carlos Santos	fpn	16.04.95	Belo Horizonte
2:22.25	Maria Carlos Santos	gesl	04.08.95	Coimbra
2:20.43	Petra Quintela Chaves	fpn	26.08.95	Viena
2:20.21	Maria Carlos Santos	gesl	01.08.97	Lisboa – E. Universitário
2:19.95	Maria Carlos Santos	fpn	07.06.98	Lisboa – E. Universitário
2:19.90	Nádia Morais Vieira	gesl	30.05.09	Coimbra
2:19.80	Nádia Morais Vieira	gesl	29.05.10	Coimbra
2:19.32	Marta Pereira Abreu	cnfa	01.08.10	Coimbra
2:18.49	Nádia Morais Vieira	fpn	11.08.10	Budapeste
2:17.47	Victoria Kaminskaya	pimp	29.07.12	Jamor
2:15.47	Victoria Kaminskaya	pimp	25.05.13	Coimbra
2:14.76	Victoria Kaminskaya	esjb	28.05.16	Coimbra
2:14.51	Victoria Kaminskaya	esjb	19.02.17	Oeiras – Jamor
2:13.87	Victoria Kaminskaya	fpn	10.04.17	Pontevedra

Absoluto - § (1965)

3:13.4	Fátima Rosas de Almeida	fcp	19.09.65	Évora
2:56.3	Susana Pinto Abreu	gdllm	03.09.67	Beja
2:53.2	Dulce Miranda Gouveia	gdllm	17.08.68	Vila Franca de Xira
2:48.7	Susana Pinto Abreu	fpn	21.07.69	Belém
2:47.1	Dulce Miranda Gouveia	fpn	21.07.69	Belém
2:47.1	Dulce Miranda Gouveia	fpn	24.07.69	Fortaleza
2:46.2	Dulce Miranda Gouveia	gdllm	12.08.72	Coimbra
2:44.2	Maria Teresa Oliveira	aac	17.08.73	Coimbra
2:43.1	Liliana Mendes Santos	cnlu	09.08.74	Lisboa – Olivais
2:42.0	Liliana Mendes Santos	slb	23.08.75	Coimbra
2:41.2	Liliana Mendes Santos	slb	31.07.76	Lisboa – Olivais
2:39.1	Maria Paula Santana	fcp	14.08.76	Lisboa – Olivais
2:37.71	Liliana Mendes Santos	slb	08.08.77	Coimbra
2:36.9	Liliana Mendes Santos	slb	10.07.78	Lisboa – Olivais
2:35.6	Liliana Mendes Santos	slb	22.07.78	Lisboa – Olivais
2:35.57	Teresa Paula Figueiras	fpn	23.07.78	Génova
2:35.4	Teresa Paula Figueiras	fcp	28.07.79	Matur
2:33.91	Teresa Paula Figueiras	fcp	06.08.79	Lisboa – Olivais
2:31.11	Teresa Paula Figueiras	fcp	02.08.80	Lisboa – Olivais
2:30.8	Teresa Paula Figueiras	fcp	31.07.81	Lisboa – Olivais
2:30.6	Teresa Paula Figueiras	fcp	08.08.81	Coimbra
2:29.85	Teresa Paula Figueiras	fpn	16.04.82	Buenos Aires
2:28.9	Teresa Paula Figueiras	fcp	15.08.82	Lisboa – Olivais
2:28.87	Helena Antas Barros	fpn	21.01.83	Genebra
2:26.50	Teresa Paula Figueiras	fpn	16.04.83	Lisboa – Olivais
2:26.14	Natacha Alexandra Sousa	fcp	06.07.91	Matur
2:24.71	Natacha Alexandra Sousa	fcp	09.08.91	Lisboa – Olivais
2:24.06	Petra Quintela Chaves	sad	23.07.93	Lisboa – Restelo
2:23.92	Maria Carlos Santos	fpn	16.06.94	Barcelona
2:21.44	Petra Quintela Chaves	sad	29.07.94	Lisboa – Restelo
2:20.43	Petra Quintela Chaves	fpn	26.08.95	Viena
2:20.21	Maria Carlos Santos	gesl	01.08.97	Lisboa – E. Universitário
2:19.95	Maria Carlos Santos	fpn	07.06.98	Lisboa – E. Universitário
2:19.90	Nádia Morais Vieira	gesl	30.05.09	Coimbra
2:19.80	Nádia Morais Vieira	gesl	29.05.10	Coimbra
2:19.32	Marta Pereira Abreu	cnfa	01.08.10	Coimbra
2:18.49	Nádia Morais Vieira	fpn	11.08.10	Budapeste

2:17.47	Victoria Kaminskaya	pimp	29.07.12	Jamor
2:15.47	Victoria Kaminskaya	pimp	25.05.13	Coimbra
2:14.76	Victoria Kaminskaya	esjb	28.05.16	Coimbra
2:14.51	Victoria Kaminskaya	esjb	19.02.17	Oeiras – Jamor
2:13.87	Victoria Kaminskaya	fpn	10.04.17	Pontevedra

400 ESTILOS

Infantil - # (30.09.96)

5:32.33	Alexandra Maria Nogueira	fpn	18.04.80	Madrid
5:26.71	Alexandra Maria Silva	fpn	27.04.80	Nancy
5:26.3	Alexandra Maria Nogueira	slb	12.07.80	Lisboa – Olivais
5:20.3	Alexandra Maria Silva	fcp	31.07.80	Lisboa – Olivais

Grupo 3 - § (01.10.96) # (30.09.04)

5:37.97	tempo limite			
5:29.71	Marisa Santos Freitas	ahbvg	03.07.98	Famalicao
5:21.24	Marisa Santos Freitas	ahbvg	24.07.98	Porto – Campanhã

Infantil B - § (01.10.04)

5:18.76	Filipa Vilas Ruivo	dnmg	31.05.09	Coimbra
5:14.05	Filipa Vilas Ruivo	dnmg	24.07.09	S. João da Madeira

Grupo 2 - § (01.10.96) # (30.09.04)

5:20.3	tempo limite			
5:20.20	Marisa Santos Freitas	ahbvg	09.07.99	Porto – Campanhã
5:17.38	Marisa Santos Freitas	ahbvg	30.07.99	Lisboa – E. Universitário
5:16.24	Susana Patrícia Miguel	sfuap	18.05.03	Lisboa – E. Universitário
5:13.48	Susana Patrícia Miguel	sfuap	04.07.03	Lisboa – Restelo
5:12.64	Susana Patrícia Miguel	fpn	31.07.03	Paris

Infantil A - § (01.10.04)

5:11.29	Diana Ramos Rocha	edv	20.07.07	Faro
---------	-------------------	-----	----------	------

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

7:06.0	Deolinda Chalbert da Silva	sad	05.09.64	Évora
--------	----------------------------	-----	----------	-------

Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)

6:23.8	Maria Graça Guimarães	cdna	17.03.73	Luanda
6:04.2	Maria Graça Guimarães	cdna	19.08.73	Coimbra
5:51.8	Ana Maria Banha	sad	25.08.73	Lisboa – Olivais
5:51.0	Ana Maria Banha	sad	11.08.74	Lisboa – Olivais
5:47.3	Liliana Mendes Santos	slb	21.08.75	Coimbra
5:42.0	Liliana Mendes Santos	slb	24.07.76	Tróia
5:36.8	Liliana Mendes Santos	slb	12.08.76	Lisboa – Olivais
5:32.04	Teresa Paula Figueiras	fcp	05.08.78	Lisboa – Olivais
5:30.38	Teresa Paula Figueiras	fcp	27.07.79	Matur
5:25.70	Teresa Paula Figueiras	fcp	04.08.79	Lisboa – Olivais
5:22.19	Teresa Paula Figueiras	fpn	17.05.80	Utreque
5:22.13	Teresa Paula Figueiras	fpn	04.07.80	Darmstadt
5:18.79	Teresa Paula Figueiras	fcp	31.07.80	Lisboa – Olivais
5:16.6	Alexandra Maria Silva	fcp	05.08.82	Póvoa de Varzim
5:14.9	Alexandra Maria Jorge	cfp	19.07.90	Póvoa de Varzim
5:14.43	Alexandra Maria Jorge	cfp	02.08.90	Póvoa de Varzim
5:13.87	Petra Quintela Chaves	sad	06.08.92	Aveiro

Grupo 1 - § (01.10.96) # (30.09.04)

5:11.68	Joana Oliveira Guerra	sfuap	10.07.97	Lisboa – E. Universitário
5:08.20	Susana Patrícia Miguel	sfuap	20.12.03	Lisboa – E. Universitário
5:02.31	Susana Patrícia Miguel	sfuap	30.05.04	Lisboa – E. Universitário
5:01.04	Susana Patrícia Miguel	sfuap	08.07.04	Jamor

Juvenil - § (01.10.04) # (30.09.13)

5:01.00	Inês Neto Rocha	cap	24.07.15	Coimbra
---------	-----------------	-----	----------	---------

Juvenil B - § (01.10.13)

4:58.08	Diana Margarida Durães	foca	05.08.11	Póvoa de Varzim
---------	------------------------	------	----------	-----------------

Juvenil A - § (01.10.13)

4:58.08	Diana Margarida Durães	foca	05.08.11	Póvoa de Varzim
---------	------------------------	------	----------	-----------------

Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Júnior - § (01.01.62) # (30.09.13)

7:47.2	Fátima Costa Toscano	cfp	05.09.64	Évora
7:19.4	Fátima Rosas de Almeida	fcp	18.09.65	Évora
6:26.1	Maria do Céu Castelo Branco	fpn	30.07.67	Lisboa – Olivais

6:19.4	Graça Guedes Maia	fjn	28.07.68	Madrid
6:05.5	Graça Guedes Maia	sad	30.08.69	Lisboa – Olivais
5:54.0	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	15.08.72	Coimbra
5:41.78	Liliana Mendes Santos	fjn	22.05.77	Mulhouse
5:38.9	Liliana Mendes Santos	slb	14.07.77	Lisboa – Olivais
5:32.86	Liliana Mendes Santos	slb	06.08.77	Coimbra
5:32.0	Liliana Mendes Santos	slb	15.07.78	Lisboa – Olivais
5:31.05	Liliana Mendes Santos	slb	05.08.78	Lisboa – Olivais
5:25.69	Aida Leite da Silva	fjn	23.04.81	Guadalupe
5:18.0	Teresa Paula Figueiras	fcp	30.07.81	Lisboa – Olivais
5:13.0	Teresa Paula Figueiras	fcp	14.08.82	Lisboa – Olivais
5:07.96	Marta von Hafe Roboredo	fjn	15.04.83	Lisboa – Olivais
5:05.87	Marta von Hafe Roboredo	fjn	16.03.84	Mérida MEX
5:04.66	Petra Quintela Chaves	sad	22.07.93	Lisboa – Restelo
5:04.51	Petra Quintela Chaves	fjn	23.04.94	Nicósia
5:00.84	Petra Quintela Chaves	sad	28.07.94	Lisboa – Restelo
5:00.28	Petra Quintela Chaves	fjn	05.09.94	Roma
5:00.25	Susana Patrícia Miguel	sfuap	26.03.06	Lisboa – E. Universitário
5:00.00	Susana Patrícia Miguel	sfuap	10.06.06	Loulé
4:59.46	Susana Patrícia Miguel	fjn	06.07.06	Palma de Maiorca
4:58.87	Susana Patrícia Miguel	fjn	06.07.06	Palma de Maiorca
4:57.84	Victoria Kaminskaya	pimp	19.02.11	Jamor

Júnior B - § (01.10.13)

4:57.84	Victoria Kaminskaya	pimp	19.02.11	Jamor
4:54.95	Inês Neto Rocha	cap	01.04.17	Coimbra
4:54.00	Inês Neto Rocha	annp	20.05.17	Gijón

Júnior A - § (01.10.13)

4:52.12	Victoria Kaminskaya	pimp	27.07.12	Jamor
---------	---------------------	------	----------	-------

Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)

Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

6:45.3	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	05.09.64	Évora
6:35.7	Júlia Garcês Sousa	csn	02.09.67	Beja
6:18.5	Susana Pinto Abreu	gdlim	24.08.68	Beja
6:04.5	Susana Pinto Abreu	gdlim	30.08.69	Lisboa – Olivais
5:56.0	Dulce Miranda Gouveia	gdlim	15.08.72	Coimbra
5:53.9	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	19.08.73	Coimbra
5:50.2	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	25.08.73	Lisboa – Olivais
5:48.23	Ana Maria Banha	sad	06.08.77	Coimbra
5:35.26	Liliana Mendes Santos	fjn	06.04.79	Rio de Janeiro
5:27.36	Liliana Mendes Santos	fjn	27.05.79	Seraing
5:25.70	Liliana Mendes Santos	slb	04.08.79	Lisboa – Olivais
5:15.77	Teresa Paula Figueiras	fjn	11.06.83	Sankt Pölten
5:14.51	Ana Teixeira de Carvalho	fjn	07.04.90	La Paz BC
5:11.40	Ana Teixeira de Carvalho	fjn	06.07.90	Réus
5:09.23	Joana Isabel Arantes	scn	19.07.90	Lisboa – Olivais
5:08.82	Maria Luísa Costa	fcp	06.08.92	Aveiro
5:04.26	Ana Antas de Barros	sad	22.07.93	Lisboa – Restelo
5:03.04	Petra Quintela Chaves	fjn	15.04.95	Belo Horizonte
5:00.00	Petra Quintela Chaves	sad	01.07.95	Porto – Campanhã
4:58.50	Petra Quintela Chaves	fjn	22.08.95	Viena
4:57.36	Maria Carlos Santos	fjn	06.06.98	Lisboa – E. Universitário
4:57.05	Bárbara Sousa Ferreira	cnmaia	28.03.03	Lisboa – Restelo
4:55.58	Bárbara Sousa Ferreira	cnmaia	30.05.04	Lisboa – E. Universitário
4:54.94	Nádia Morais Vieira	fjn	10.06.09	Canet
4:53.17	Nádia Morais Vieira	fjn	13.06.09	Monte Carlo
4:50.58	Nádia Morais Vieira	gesl	10.04.10	Coimbra
4:50.28	Nádia Morais Vieira	fjn	09.04.11	Eindhoven
4:49.60	Victoria Kaminskaya	pimp	26.05.13	Coimbra
4:49.44	Victoria Kaminskaya	fjn	11.04.14	Palma Maiorca
4:46.85	Victoria Kaminskaya	pimp	01.06.14	Coimbra
4:42.53	Victoria Kaminskaya	esjb	29.05.16	Coimbra
4:42.39	Victoria Kaminskaya	fjn	21.01.17	Antuérpia
4:40.11	Victoria Kaminskaya	fjn	09.04.17	Pontevedra

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60)

6:45.3	Maria Lurdes Pessoa Duarte	sad	05.09.64	Évora
6:26.1	Maria do Céu Castelo Branco	fjn	30.07.67	Lisboa – Olivais
6:19.4	Graça Guedes Maia	fjn	28.07.68	Madrid
6:18.5	Susana Pinto Abreu	gdlim	24.08.68	Beja

6:05.5	Graça Guedes Maia	sad	30.08.69	Lisboa – Olivais
6:04.5	Susana Pinto Abreu	gdlim	30.08.69	Lisboa – Olivais
5:54.0	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	15.08.72	Coimbra
5:53.9	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	19.08.73	Coimbra
5:50.2	Clotilde Botelho de Melo	gdlim	25.08.73	Lisboa – Olivais
5:47.3	Liliana Mendes Santos	slb	21.08.75	Coimbra
5:42.0	Liliana Mendes Santos	slb	24.07.76	Tróia
5:36.8	Liliana Mendes Santos	slb	12.08.76	Lisboa – Olivais
5:32.86	Liliana Mendes Santos	slb	06.08.77	Coimbra
5:32.0	Liliana Mendes Santos	slb	15.07.78	Lisboa – Olivais
5:31.05	Liliana Mendes Santos	slb	05.08.78	Lisboa – Olivais
5:27.36	Liliana Mendes Santos	fjn	27.05.79	Seraing
5:25.70	Teresa Paula Figueiras	fcp	04.08.79	Lisboa – Olivais
5:25.70	Liliana Mendes Santos	slb	04.08.79	Lisboa – Olivais
5:22.19	Teresa Paula Figueiras	fjn	17.05.80	Utreque
5:22.13	Teresa Paula Figueiras	fjn	04.07.80	Darmstadt
5:18.79	Teresa Paula Figueiras	fcp	31.07.80	Lisboa – Olivais
5:18.0	Teresa Paula Figueiras	fcp	30.07.81	Lisboa – Olivais
5:16.6	Alexandra Maria Silva	fcp	05.08.82	Póvoa de Varzim
5:13.0	Teresa Paula Figueiras	fcp	14.08.82	Lisboa – Olivais
5:07.96	Marta von Hafe Roboredo	fjn	15.04.83	Lisboa – Olivais
5:05.87	Marta von Hafe Roboredo	fjn	16.03.84	Mérida MEX
5:04.26	Ana Antas de Barros	sad	22.07.93	Lisboa – Restelo
5:00.84	Petra Quintela Chaves	sad	28.07.94	Lisboa – Restelo
5:00.28	Petra Quintela Chaves	fjn	05.09.94	Roma
5:00.00	Petra Quintela Chaves	sad	01.07.95	Porto – Campanhã
4:58.50	Petra Quintela Chaves	fjn	22.08.95	Viena
4:57.36	Maria Carlos Santos	fjn	06.06.98	Lisboa – E. Universitário
4:57.05	Bárbara Sousa Ferreira	cnmaia	28.03.03	Lisboa – Restelo
4:55.58	Bárbara Sousa Ferreira	cnmaia	30.05.04	Lisboa – E. Universitário
4:54.94	Nádia Morais Vieira	fjn	10.06.09	Canet
4:53.17	Nádia Morais Vieira	fjn	13.06.09	Monte Carlo
4:50.58	Nádia Morais Vieira	gesl	10.04.10	Coimbra
4:50.28	Nádia Morais Vieira	fjn	09.04.11	Eindhoven
4:49.60	Victoria Kaminskaya	pimp	26.05.13	Coimbra
4:49.44	Victoria Kaminskaya	fjn	11.04.14	Palma Maiorca
4:46.85	Victoria Kaminskaya	pimp	01.06.14	Coimbra
4:42.53	Victoria Kaminskaya	esjb	29.05.16	Coimbra
4:42.39	Victoria Kaminskaya	fjn	21.01.17	Antuérpia
4:40.11	Victoria Kaminskaya	fjn	09.04.17	Pontevedra

4X50 ESTILOS

Júnior - clubes - § (01.10.04)

sem tempo limite				
2:12.16	Cátia Sofia Cordeiro, Susana Emanuela Costa, Raquel Coutinho Gaio, Rita Manuela Barbosa	lsc	08.07.05	Famalicão
2:09.14	Susana Patrícia Miguel, Joana Pedrosa Marques, Ana Cláudia Santos, Joana Filipa Lopes	sfuap	28.05.06	Lisboa – E. Universitário
2:06.09	Marta Alexandra Figueiredo, Sara Alexandra Martins, Soraia Vanessa Ribeiro, Cláudia Sofia Monteiro	cfv	06.07.07	Famalicão
2:06.03	Marta Alexandra Figueiredo, Sara Alexandra Martins, Soraia Vanessa Ribeiro, Cláudia Sofia Monteiro	cfv	28.07.07	Aveiro
2:03.69	Alexandra Ribeiro Paula, Maria Carolina Rosa, Filipa Vilas Tiago, Mafalda Gomes Beleza	scn	28.03.09	Lisboa – E. Universitário
2:02.70	Inês Catarina Agostinho, Maria Carolina Rosa, Filipa Vilas Tiago, Mafalda Gomes Beleza	scn	10.04.10	Coimbra
2:01.61	Mafalda Gomes Beleza, Maria Carolina Rosa, Filipa Vilas Tiago, Raquel Paulo Ranito	scn	31.07.10	Coimbra

Júnior - seleções - § (01.10.04)

sem tempo limite				
2:06.48	Mónica Seara Domingues, Inês Silva Rocha, Inês Jacinto Henriques, Bárbara Coimbra Teodosio	andl	14.05.16	Gijón
2:04.89	Madalena Gomes Azevedo, Cláudia Ferreira Borges, Inês Jacinto Henriques, Ana Rita Faria	fjn	05.06.16	Porto - Campanhã
2:00.50	Madalena Gomes Azevedo, Cláudia Ferreira Borges, Inês Jacinto Henriques, Ana Rita Faria	fjn	05.06.16	Porto - Campanhã
2:00.12	Inês Neto Rocha, Raquel Gomes Pereira, Beatriz Mendes Viegas, Ana Rita Faria	fjn	04.06.17	Porto - Campanhã

Sénior - clubes - § (01.10.04)

sem tempo limite				
2:09.43	Cátia Sofia Fernandes, Cátia Santos Ramalho, Rita Cláudia Fougo, Carolina Santos Silva	cnmaia	18.06.05	Porto – Campanhã
2:08.48	Cátia Sofia Fernandes, Cátia Santos Ramalho, Rita Cláudia Fougo, Carolina Santos Silva	cnmaia	08.07.05	Famalicão
2:01.53	Susana Patrícia Miguel, Ana Filipa Meneses, Filipa Ferreira Silva, Diana Duarte Gomes	cna	28.07.07	Aveiro
1:59.80	Marta Vieira Marinho, Joana Catarina Carvalho, Cláudia Marques Moreno, Sara Beatriz Loureiro	fcp	28.03.09	Lisboa – E. Universitário
1:59.18	Susana Patrícia Miguel, Diana Duarte Gomes, Filipa Ferreira Silva, Patrícia Vilas Conceição	cna	30.05.09	Coimbra
1:57.15	Ana Rita Rolo, Diana Duarte Gomes, Filipa Ferreira Silva, Patrícia Vilas Conceição	cna	20.07.09	Faro
1:56.50	Marta Vieira Marinho, Joana Catarina Carvalho, Sara Freitas Oliveira, Alexandra Paiva Oliveira	fcp	10.04.10	Coimbra

Sénior - seleções - § (01.10.04)

sem tempo limite

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

tempo limite				
2:22.0	Maria José Sá, Vladimira Silva Chaves, Maria Rosário Sá, Ana Maria Fernandes	fcp	29.06.85	Porto – Campanhã
2:21.6	Maria José Sá, Maria Alexandra Leal, Teresa Paula Figueiras, Alexandra Maria Silva	fcp	03.05.86	Mulhouse
2:14.90	Patrícia Melo Alves, Ana Teresa Raimundo, Sandra Cabral Neves, Luísa Tamaki Yokochi	slb	14.03.87	Lisboa – Olivais
2:09.55	Patrícia Melo Alves, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves, Ana Teresa Raimundo	slb	06.03.88	Lisboa – Olivais
2:07.40	Maria João Pantaleão, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves, Ana Teresa Raimundo	slb	27.01.90	Lisboa – Olivais
2:06.35	Ana Lúcia Cabral, Joana Magalhães Soutinho, Rita Lopes Fernandes, Virgília Soraya Gomes	fcp	15.05.94	Atenas
2:05.67	Ana Lúcia Cabral, Joana Magalhães Soutinho, Rita Lopes Fernandes, Virgília Soraya Gomes	fcp	15.05.94	Atenas
2:04.56	Ana Lúcia Cabral, Joana Magalhães Soutinho, Joana Manuel Freitas, Rita Lopes Fernandes	fcp	02.07.95	Porto – Campanhã
2:03.16	Keissy Joselyn Sousa, Joana Maria Lopes, Sara Freitas Oliveira, Sónia Oliveira Vilar	fcp	17.06.00	Porto – Campanhã
2:01.53	Susana Patrícia Miguel, Ana Filipa Meneses, Filipa Ferreira Silva, Diana Duarte Gomes	cna	28.07.07	Aveiro
1:59.36	Marta Vieira Marinho, Joana Catarina Carvalho, Sara Freitas Oliveira, Sara Beatriz Loureiro	fcp	17.05.08	Coimbra
1:59.18	Susana Patrícia Miguel, Diana Duarte Gomes, Filipa Ferreira Silva, Patrícia Vilas Conceição	cna	30.05.09	Coimbra
1:57.15	Ana Rita Rolo, Diana Duarte Gomes, Filipa Ferreira Silva, Patrícia Vilas Conceição	cna	20.07.09	Faro
1:56.50	Marta Vieira Marinho, Joana Catarina Carvalho, Sara Freitas Oliveira, Alexandra Paiva Oliveira	fcp	10.04.10	Coimbra

Absoluto - seleções - § (01.10.04)

sem tempo limite

2:04.44	Beatriz Ribeiro Cunha, Diana Patrícia Ferreira, Maria Leonor Martins, Adriana Daniela Castro	annp	14.05.16	Gijón
2:02.04	Rafaela Gomes Azevedo, Inês Neto Rocha, Ana Margarida Guedes, Joana Costa Amador	fpn	28.05.16	Coimbra
2:00.12	Inês Neto Rocha, Raquel Gomes Pereira, Beatriz Mendes Viegas, Ana Rita Faria	fpn	04.06.17	Porto - Campanhã

4X100 ESTILOS**Infantil - § (28.05.73) # (30.09.96)**

6:14.2	Paula Vasconcelos Moraes, Paula Barata Alves, Susana Watts Serra, Helena Barata Alves	sad	11.07.73	Lisboa – Olivais
5:50.1	Maria Joana Delerue, Paula Barata Alves, Paula Vasconcelos Moraes, Maria Paula Barbeiro	sad	05.07.74	Lisboa – Olivais
5:39.5	Maria Joana Delerue, Paula Vasconcelos Moraes, Paula Barata Alves, Maria Paula Barbeiro	sad	10.08.74	Lisboa – Olivais
5:23.7	Maria Paula Santana, Maria Pedro Quintas, Maria Teresa Andrade, Maria Joana Andrade	fcp	21.08.75	Coimbra
5:20.47	Alexandra Maria Silva, Maria João Taborda, Rosalina Gonçalves Ferreira, Marta von Hafe Roboredo	fcp	04.08.78	Lisboa – Olivais
5:11.12	Isabel Silva Mota, Alexandra Maria Silva, Maria João Taborda, Marta von Hafe Roboredo	fcp	31.07.80	Lisboa – Olivais

5:10.91	Sílvia Mateus Marques, Maria Eugénia Carvalho, Alexandra Portela Alves, Sónia Tarré de Sousa	sad	06.08.81	Coimbra
5:03.99	Patrícia Melo Alves, Alexandra Lourenço Carreira, Ana Alves Conceição, Natacha Alexandra Sousa	fpn	06.04.85	Lisboa – Olivais
5:03.61	Paula Cristina Gonçalves, Virgília Soraya Gomes, Sandra Oliveira Araújo, Catarina Tavares Brandão	fpn	01.04.89	Lisboa – Olivais
5:01.06	Carla Sobral Cruz, Virgília Soraya Gomes, Sandra Oliveira Araújo, Luísa Maria Portela	fcp	13.07.89	Porto – Campanhã
4:59.99	Carla Sobral Cruz, Virgília Soraya Gomes, Sandra Oliveira Araújo, Luísa Maria Portela	fcp	30.07.89	Lisboa – Olivais

Grupo 3 - § (01.10.96) # (31.05.98)

4:59.99	Carla Sobral Cruz, Virgília Soraya Gomes, Sandra Oliveira Araújo, Luísa Maria Portela	fcp	30.07.89	Lisboa – Olivais
---------	---	-----	----------	------------------

Grupo 3 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

tempo limite

Infantil B - clubes - § (01.10.04)

4:56.36	Catarina Alexandra Jardim, Bárbara Nogueira Gonçalves, Carla Luísa Alves, Ana Silva Costa	gdnfama	24.07.10	Porto – Campanhã
---------	---	---------	----------	------------------

Grupo 3 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)**Infantil B - seleções - § (01.10.04)**

tempo limite				
5:03.61	Rafaela Gomes Azevedo, Clara Gomes Pereira, Filipa Inácio Cazeiro, Alexandra Couto Frazão	anl	11.05.14	V. Franca Xira
4:59.38	Susana Chanoca Narciso, Maria Gomes Pereira, Maria Ferreira Moura, Mariana Morais Delfino	anl	14.05.16	V. Franca Xira

Grupo 2 - § (01.10.96) # (31.05.98)

5:14.63	Sofia Martiniano Afonso, Estefânia Gonçalves Maia, Mariana Lopes Rodrigues, Susana Pinto Almeida	cfp	05.07.97	Famalicão
4:59.63	Liliana Sofia Fonseca, Rita Andreia Correia, Raquel Caxias Garcia, Cláudia Patrícia Pereira	scp	26.07.97	Famalicão

Grupo 2 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:55.97	Cláudia Cardoso Silva, Ana Rita Martins, Vanessa Paixão Neves, Filipa Ferreira Silva	cna	11.07.98	Lisboa – E. Universitário
4:53.90	Cláudia Cardoso Silva, Ana Rita Martins, Vanessa Paixão Neves, Filipa Ferreira Silva	cna	25.07.98	Porto – Campanhã
4:52.20	Liliana Raquel Rafael, Ana Cláudia Santos, Susana Patrícia Miguel, Patrícia Marinho Campos	sfuap	05.07.03	Lisboa – Restelo

Infantil A - clubes - § (01.10.04)

4:48.87	Ana Cláudia Dias, Elsa Daniel Dias, Bruna Renata Malheiro, Maria Francisca Guimarães	cnvv	24.07.05	Coimbra
4:45.41	Inês Catarina Agostinho, Ana Maria Pina, Raquel Paulo Ranito, Vera Patrícia Pinto	slb	30.06.07	Jamor

Grupo 2 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)

4:55.79	Rita Margarida Gomes, Catarina Oliveira Pinto, Joana Pedrosa Marques, Sara Silva Azevedo	fpn	19.06.04	Rio Maior
---------	--	-----	----------	-----------

Infantil A - seleções - § (01.10.04)

4:50.21	Inês Catarina Agostinho, Ana Maria Pina, Filipa Vilas Tiago, Maria Carolina Rosa	anl	17.06.07	Rio Maior
4:38.93	Rafaela Gomes Azevedo, Clara Gomes Pereira, Leonor Camacho Fernandes, Alexandra Couto Frazão	anl	13.06.15	V. Franca Xira

Infantil - clubes - § (01.10.13)

tempo limite

Iniciado - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)**Aspirante - § (01.01.62) # (31.12.66)****Juvenil - § (01.01.67) # (30.09.96)**

6:08.3	Ana Cristina Patacas, Ana Bela Lézinho, Graça Guedes Maia, Isaura Jesus Martins	sad	02.09.67	Beja
5:49.0	Maria Alice Aleixo, Ana Paula Pinto, Lídia Miranda Gouveia, Lucília Maria Vieira	gdlim	23.08.69	Évora
5:29.3	Francisca Pessanha Teixeira, Helena Maria Fernandes, Maria Cândida Oliveira, Branca Sousa Couto	fcp	21.08.71	Lisboa – Olivais
5:25.5	Susana Watts Serra, Cristina Müller e Sousa, Ana Maria Banha, Cristina Maria Casinhas	sad	10.08.74	Lisboa – Olivais
5:20.1	Ana Maria Castro, Isabel Cruz Pinheiro, Margarida Lopes Ligeiro, Maria Paula Andrade	fcp	21.08.75	Coimbra
5:13.55	Maria Paula Santana, Isabel Oliveira Martins, Isabel Alexandra Aguiar, Maria João Quintas	cfp	06.08.77	Coimbra

5:12.87	Aida Leite da Silva, Fernanda Piedade Pedro, Maria Júlia Sobral, Maria Cláudia Osório	fpn	02.07.78	Coimbra
5:06.07	Aida Leite da Silva, Teresa Paula Figueiras, Cristina Bessa Oliveira, Maria Cláudia Osório	fcp	05.08.78	Lisboa – Olivais
5:00.97	Olga Cató Camacho, Maria Teresa Sousa, Alexandra Reis Borges, Ana Viegas Faria	sad	04.08.79	Lisboa – Olivais
4:54.90	Paula Marisa Lamego, Ana Cristina Peralta, Maria Teresa Villaret, Minervina Rodrigues Tomás	slb	31.07.80	Lisboa – Olivais
4:43.57	Patrícia Melo Alves, Joana Maria Vitoriano, Joana Isabel Arantes, Natacha Alexandra Sousa	fpn	26.07.87	Roma
4:42.60	Sandra Cristina Correia, Joana Maria Lopes, Raquel Fernandes Anjos, Sónia Cristina Sousa	fpn	01.04.89	Espoo
4:37.85	Sofia Nunes Miranda, Ana Manuel Teixeira, Ana Rita Francisco, Raquel Maria Felgueiras	fpn	10.04.94	Lisboa – Olivais
Grupo 1 - § (01.10.96) # (31.05.98)				
4:37.85	Sofia Nunes Miranda, Ana Manuel Teixeira, Ana Rita Francisco, Raquel Maria Felgueiras	fpn	10.04.94	Lisboa – Olivais
Grupo 1 - clubes - § (01.06.98) # (30.09.04)				
4:54.90	tempo limite			
4:46.60	Cláudia Cardoso Silva, Ana Rita Martins, Vanessa Paixão Neves, Filipa Ferreira Silva	cna	18.07.99	Jamor
4:39.88	Ana Rita Rolo, Márcia Calado Pissarra, Joana Filipa Viana, Maria Inês Leitão	scp	14.07.02	Jamor
Juvenil - clubes - § (01.10.04)				
4:35.70	Inês Catarina Agostinho, Ana Maria Pina, Sofia Oliveira Pinto, Vera Patrícia Pinto	slb	27.07.08	Jamor
Juvenil B - clubes - § (01.10.13)				
4:35.70	Inês Catarina Agostinho, Ana Maria Pina, Sofia Oliveira Pinto, Vera Patrícia Pinto	slb	27.07.08	Jamor
Grupo 1 - seleções - § (01.06.98) # (30.09.04)				
4:37.85	tempo limite			
4:37.82	Keissy Joselyn Sousa, Nádia Alexandra Correia, Sara Freitas Oliveira, Bárbara Sousa Ferreira	fpn	04.04.99	Charleroi
4:36.37	Keissy Joselyn Sousa, Nádia Alexandra Correia, Sara Freitas Oliveira, Filipa Ferreira Silva	fpn	15.07.99	Esbjerg
4:33.07	Carolina Viegas Peres, Diana Duarte Gomes, Ana Isabel Ramos, Harriet Larcher Smith	fpn	02.08.03	Paris
Juvenil - seleções - § (01.10.04)				
4:31.31	Inês Catarina Agostinho, Ana Pinho Rodrigues, Filipa Vilas Tiago, Diana Ramos Rocha	fpn	29.03.08	Istambul
Juvenil B - seleções - § (01.10.13)				
4:31.31	Inês Catarina Agostinho, Ana Pinho Rodrigues, Filipa Vilas Tiago, Diana Ramos Rocha	fpn	29.03.08	Istambul
Juvenil A - clubes - § (01.10.13)				
4:35.70	tempo limite			
Juvenil A - seleções - § (01.10.13)				
4:31.31	tempo limite			
4:30.76	Ana Margarida Guedes, Inês Neto Rocha, Sara Sofia Alves, Joana Costa Amador	fpn	02.04.16	Limassol
Juvenil - clubes - § (01.10.13)				
4:34.41	Rita Maurile Taveira, Raquel Gomes Pereira, Madalena Gomes Azevedo, Laura Sanchez Rodrigues	sad	27.07.14	Jamor
4:30.40	Rafaela Gomes Azevedo, Clara Gomes Pereira, Carolina Rosa Marcelino, Ana Baptista Ferreira	sad	24.07.16	Jamor
Antiga categoria Aspirante - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)				
Júnior - § (01.01.62) # (31.05.98)				
6:50.5	Maria Adelaide Gomes, Maria Luísa Coelho, Fátima Rosas de Almeida, Isabel Maria Ferreira	cfp	17.08.68	Vila Franca de Xira
6:01.6	Ana Cristina Patacas, Graça Guedes Maia, Isaura Jesus Martins, Ana Paula Matos	sad	06.08.69	Lisboa – Olivais
5:42.3	Ana Cristina Patacas, Graça Guedes Maia, Isaura Jesus Martins, Ana Paula Matos	sad	23.08.69	Évora
5:29.8	Francisca Pessanha Teixeira, Clotilde Botelho de Melo, Florinda Lopes Cardia, Maria Teresa Oliveira	fpn	27.07.72	Coimbra
5:15.4	Helena Maria Fernandes, Laurinda Maria Fernandes, Maria Cândida Oliveira, Francisca Pessanha Teixeira	fcp	18.08.73	Coimbra
5:12.97	Maria Teresa Faria, Maria Luz Mendes, Eugénia Maria Cunha, Margarida Mendes Silva	cac	06.08.77	Coimbra

5:10.80	Margarida Mendes Silva, Ana Maria Chocalinho, Eugénia Maria Cunha, Carmo Morais Salgueiro	fpn	02.07.78	Coimbra
5:07.70	Aida Leite da Silva, Maria Teresa Andrade, Cristina Bessa Oliveira, Maria Joana Andrade	fcp	04.08.79	Lisboa – Olivais
4:58.88	Aida Leite da Silva, Teresa Paula Figueiras, Cristina Bessa Oliveira, Ana von Hafe Roboredo	fcp	06.08.81	Coimbra
4:57.0	Helena Antas Barros, Alexandra Maria Nogueira, Sílvia Maria Morais, Maria Teresa Villaret	sad	09.07.83	Lisboa – Olivais
4:50.63	Helena Antas Barros, Maria Teresa Sousa, Sílvia Maria Morais, Alexandra Maria Nogueira	sad	04.08.83	Lisboa – Olivais
4:49.10	Alexandra Maria Castro, Catarina Portela Alves, Ana Isabel Franco, Ana Teresa Raimundo	fpn	05.04.86	Lisboa – Olivais
4:38.93	Patrícia Melo Alves, Joana Maria Vitoriano, Joana Isabel Arantes, Natacha Alexandra Sousa	fpn	01.04.89	Palma de Maiorca
4:34.78	Carla Sobral Cruz, Joana Magalhães Soutinho, Ana Gama Alegria, Virgília Soraya Gomes	fpn	12.04.92	Atenas
4:29.30	Petra Quintela Chaves, Joana Magalhães Soutinho, Helena Sofia Sousa, Ana Gama Alegria	fpn	18.04.93	Lisboa – Olivais
Júnior - clubes - § (01.06.98)				
4:50.63	tempo limite			
4:45.83	Cláudia Cardoso Silva, Ana Rita Martins, Filipa Ferreira Silva, Raquel Sousa Gomes	cna	13.07.00	Jamor
4:38.37	Liliana Maria Barral, Nádia Alexandra Correia, Vanessa Paixão Neves, Joana Oliveira Amorim	sfuap	28.01.01	Lisboa – E. Universitário
4:38.34	Liliana Maria Barral, Nádia Alexandra Correia, Vanessa Paixão Neves, Joana Oliveira Amorim	sfuap	24.03.01	Jamor
4:36.38	Alexandra Reis Bouças, Mónica Vera Sousa, Maria Filipe Santos, Inês Sofia Forte	ctap	02.08.01	Loulé
4:36.02	Ana João Pinto, Joana Filipa Ataíde, Carolina Santos Silva, Cátia Santos Ramalho	cnmaia	28.07.02	Jamor
4:34.35	Inês Maria Alves, Nádia Andreia Cordeiro, Márcia Calado Pissarra, Maria João Does	scp	31.07.04	Jamor
4:32.37	Mafalda Gomes Beleza, Maria Carolina Rosa, Filipa Vilas Tiago, Alexandra Ribeiro Paula	scp	29.03.09	Lisboa – E. Universitário
4:28.33	Inês Catarina Agostinho, Maria Carolina Rosa, Filipa Vilas Tiago, Mafalda Gomes Beleza	scp	11.04.10	Coimbra
4:27.58	Mafalda Gomes Beleza, Maria Carolina Rosa, Filipa Vilas Tiago, Patrícia Garcia Marinho	scp	01.08.10	Coimbra
4:26.70	Maria Luís Amorim, Paula Alexandra Oliveira, Sílvia Ariana Soares, Ana Gonçalves Neto	fcp	07.08.11	Póvoa de Varzim
4:24.95	Francisca Gomes Azevedo, Ana Beatriz Marques, Barbara Sofia Barata, Rita Barros Frischknecht	sad	27.07.14	Jamor
Júnior - seleções - § (01.06.98)				
4:27.70	Ana Rita Carvalho, Nádia Alexandra Correia, Sara Freitas Oliveira, Filipa Ferreira Silva	fpn	16.04.00	Larnaca
4:23.86	Marisa Santos Freitas, Nádia Alexandra Correia, Sara Freitas Oliveira, Filipa Ferreira Silva	fpn	07.04.01	Jamor
4:22.18	Marisa Santos Freitas, Nádia Alexandra Correia, Sara Freitas Oliveira, Filipa Ferreira Silva	fpn	08.07.01	La Valetta
4:21.92	Patrícia Isabel Oliveira, Ana Pinho Rodrigues, Sara Francisco Cruz, Joana Aguiar Rodrigues	fpn	21.05.09	Chalon-sur-Saône
4:18.01	Joana Carina Silva, Paula Alexandra Oliveira, Inês Camacho Fernandes, Isabel Pinto Abreu	fpn	31.03.12	Coimbra
Antiga categoria Júnior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.12.61)				
6:42.1	Maria Antónia Pinto, Felícia Santana Barreto, Maria Teresa Montoya, Maria Odete Santos	sad	31.08.58	Praia das Mações
Sénior - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.05.98)				
6:42.6	Isabel Furtado de Castro, Felícia Santana Barreto, Maria Teresa Montoya, Maria Odete Santos	sad	07.09.58	Luso
6:18.2	Ana Gaspar Monteiro, Bernardete Furtado Castro, Maria do Céu Castelo Branco, Maria Helena Gomes	sad	24.08.68	Beja
6:07.0	Helena de Sousa Teixeira, Maria Fátima Teixeira, Maria Fernanda Marques, Rosa Manuela Bastos	fcp	28.08.71	Coimbra
5:16.2	Dulce Miranda Gouveia, Maria Helena Silvano, Manuela Mendes Silva, Maria Teresa Oliveira	cac	21.08.75	Coimbra
5:10.40	Maria Luz Mendes, Ana Paula Abrantes, Maria Adelaide Melo, Maria Teresa Faria	cac	05.08.78	Lisboa – Olivais
5:02.47	Helena Antas Barros, Maria Teresa Sousa, Maria Teresa Villaret, Maria Paula Barbeiro	sad	09.08.84	Coimbra
4:53.2	Teresa Paula Figueiras, Ana Cristina Peralta, Alexandra Maria Nogueira, Alexandra Maria Silva	fpn	06.04.85	Puerto de la Cruz

4:47.79	Maria José Sá, Teresa Paula Figueiras, Maria Alexandra Leal, Alexandra Maria Silva	fcp	02.03.86	Lisboa – Olivais
4:32.52	Ana Antas de Barros, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves, Ana Teresa Raimundo	fpn	09.04.89	Nice
4:29.19	Patrícia Alexandra Sousa, Joana Magalhães Soutinho, Ana Gama Alegria, Virgília Soraya Gomes	fpn	03.04.94	Espoo
4:19.29	Maria Carlos Santos, Joana Magalhães Soutinho, Joana Isabel Arantes, Ana Gama Alegria	fpn	26.08.95	Viena

Sénior - clubes - § (01.06.98)

4:29.52	tempo limite			
4:28.91	Vânia Cristina Oliveira, Joana Magalhães Soutinho, Raquel Maria Felgueiras, Ana Gama Alegria	scb	10.01.99	Jamor
4:27.85	Joana Filipa Reis, Ana Rita Catarino, Inês Páscoa Águas, Ana Rita Magalhães	sad	24.03.01	Jamor
4:25.83	Ana Rita Rolo, Diana Duarte Gomes, Susana Patrícia Miguel, Filipa Ferreira Silva	cna	09.06.07	Loulé
4:24.51	Susana Patrícia Miguel, Catarina Correia Fabiana, Filipa Ferreira Silva, Diana Duarte Gomes	cna	29.07.07	Aveiro
4:19.84	Susana Patrícia Miguel, Diana Duarte Gomes, Filipa Ferreira Silva, Raquel Sousa Gomes	cna	30.03.08	Coimbra
4:16.23	Susana Patrícia Miguel, Diana Duarte Gomes, Filipa Ferreira Silva, Patrícia Vilas Conceição	cna	21.07.09	Faro

Sénior - seleções - § (01.06.98)

4:19.29	Maria Carlos Santos, Joana Magalhães Soutinho, Joana Isabel Arantes, Ana Gama Alegria	fpn	26.08.95	Viena
---------	---	-----	----------	-------

Absoluto - § (01.01.61: melhor tempo até 31.12.60) # (31.05.98)

6:42.1	Maria Antónia Pinto, Felícia Santana Barreto, Maria Teresa Montoya, Maria Odete Santos	sad	31.08.58	Praia das Maças
5:50.5	Maria Lurdes Pessoa Duarte, Fernanda Silva Nunes, Manuela Silva Nunes, Maria Rosalina Castro	fpn	01.08.63	Belém
5:40.4	Maria Lurdes Pessoa Duarte, Teresa Ferreira Gomes, Júlia Garcês Sousa, Maria do Céu Castelo Branco	fpn	16.07.66	Évora
5:21.3	Maria do Céu Castelo Branco, Luísa Flecha Gonçalves, Susana Pinto Abreu, Ana Gaspar Monteiro	fpn	29.07.67	Lisboa – Olivais
5:11.3	Dulce Miranda Gouveia, Manuela Mendes Silva, Graça Guedes Maia, Ana Canas Cunha	fpn	27.07.72	Coimbra
5:08.0	Dulce Miranda Gouveia, Maria Luz Mendes, Eugénia Maria Cunha, Maria Teresa Faria	cac	13.08.76	Lisboa – Olivais
5:07.47	Maria Teresa Faria, Maria Luz Mendes, Eugénia Maria Cunha, Maria Júlia Sobral	cac	07.08.77	Coimbra
5:06.4	Teresa Paula Figueiras, Isabel Alexandra Aguiar, Maria Paula Santana, Maria Teresa Faria	fpn	01.07.78	Coimbra
5:06.07	Aida Leite da Silva, Teresa Paula Figueiras, Cristina Bessa Oliveira, Maria Cláudia Osório	fcp	05.08.78	Lisboa – Olivais
4:59.06	Teresa Paula Figueiras, Maria Teresa Andrade, Cristina Bessa Oliveira, Aida Leite da Silva	fcp	06.08.78	Lisboa – Olivais
4:51.72	Teresa Paula Figueiras, Maria Júlia Sobral, Liliana Mendes Santos, Maria Paula Santana	fpn	08.04.79	Rio de Janeiro
4:49.63	Teresa Paula Figueiras, Maria Teresa Sousa, Liliana Mendes Santos, Doroteia Maria Coelho	fpn	26.05.79	Seraing
4:42.59	Teresa Paula Figueiras, Paula Marisa Lamego, Maria Paula Santana, Doroteia Maria Coelho	fpn	20.04.80	Madrid
4:38.83	Teresa Paula Figueiras, Ana Cristina Peralta, Maria Paula Santana, Alexandra Maria Silva	fpn	25.04.81	Guadalupe
4:36.8	Ana Antas de Barros, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves, Teresa Paula Figueiras	fpn	29.03.86	Puerto de la Cruz
4:35.77	Ana Antas de Barros, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves, Ana Teresa Raimundo	fpn	03.05.87	Buenos Aires
4:33.9	Ana Antas de Barros, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves, Natacha Alexandra Sousa	fpn	03.04.88	Tenerife
4:32.52	Ana Antas de Barros, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves, Ana Teresa Raimundo	fpn	09.04.89	Nice
4:32.10	Petra Quintela Chaves, Joana Magalhães Soutinho, Ana Gama Alegria, Virgília Soraya Gomes	fpn	13.06.92	Chiasso
4:23.95	Ana Antas de Barros, Joana Magalhães Soutinho, Joana Isabel Arantes, Ana Gama Alegria	fpn	04.04.93	Florença
4:19.56	Ana Antas de Barros, Joana Magalhães Soutinho, Joana Isabel Arantes, Ana Gama Alegria	fpn	07.08.93	Sheffield
4:19.29	Maria Carlos Santos, Joana Magalhães Soutinho, Joana Isabel Arantes, Ana Gama Alegria	fpn	26.08.95	Viena

Absoluto - clubes - § (01.10.79)

4:52.5	tempo limite			
4:47.80	Teresa Paula Figueiras, Maria Alexandra Leal, Alexandra Maria Silva, Marta von Hafe Roboredo	fcp	05.08.83	Lisboa – Olivais
4:47.79	Maria José Sá, Teresa Paula Figueiras, Maria Alexandra Leal, Alexandra Maria Silva	fcp	02.03.86	Lisboa – Olivais
4:44.95	Ana Antas de Barros, Helena Antas Barros, Sílvia Maria Morais, Alexandra Maria Nogueira	sad	31.07.86	Lisboa – Olivais
4:40.7	Patrícia Melo Alves, Carla Lebre Rosário, Sandra Cabral Neves, Ana Teresa Raimundo	slb	30.07.87	Porto – Campanhã
4:39.90	Alexandra Lourenço Carreira, Paula Marisa Lamego, Joana Isabel Arantes, Sara Alexandra Gameiro	scp	03.08.89	Braga
4:39.47	Madalena Teixeira Martins, Paula Marisa Lamego, Sandra Cabral Neves, Sónia Cristina Sousa	slb	02.08.90	Póvoa de Varzim
4:38.99	Ana Antas de Barros, Rita Espinheira Gomes, Ana Teixeira de Carvalho, Ana Isabel Nobre	sad	08.08.91	Lisboa – Olivais
4:37.40	Ana Antas de Barros, Raquel Maria Cruz, Rita Fernandes Anjos, Ana Isabel Nobre	sad	06.08.92	Aveiro
4:30.68	Joana Maria Lopes, Joana Magalhães Soutinho, Alexandra Maria Jorge, Inês Areal Rothes	cfp	22.07.93	Lisboa – Restelo
4:29.52	Ana Lúcia Cabral, Joana Magalhães Soutinho, Joana Manuel Freitas, Rita Lopes Fernandes	fcp	03.08.95	Coimbra
4:29.33	Vânia Cristina Oliveira, Joana Magalhães Soutinho, Raquel Maria Felgueiras, Ana Gama Alegria	scb	22.12.96	Lisboa – Restelo
4:26.75	Vânia Cristina Oliveira, Joana Magalhães Soutinho, Raquel Maria Felgueiras, Ana Gama Alegria	scb	30.07.98	Jamor
4:25.83	Ana Rita Rolo, Diana Duarte Gomes, Susana Patrícia Miguel, Filipa Ferreira Silva	cna	09.06.07	Loulé
4:24.51	Susana Patrícia Miguel, Catarina Correia Fabiana, Filipa Ferreira Silva, Diana Duarte Gomes	cna	29.07.07	Aveiro
4:19.84	Susana Patrícia Miguel, Diana Duarte Gomes, Filipa Ferreira Silva, Raquel Sousa Gomes	cna	30.03.08	Coimbra
4:16.23	Susana Patrícia Miguel, Diana Duarte Gomes, Filipa Ferreira Silva, Patrícia Vilas Conceição	cna	21.07.09	Faro

Absoluto - seleções - § (01.06.98)

4:19.29	Maria Carlos Santos, Joana Magalhães Soutinho, Joana Isabel Arantes, Ana Gama Alegria	fpn	26.08.95	Viena
4:18.01	Joana Carina Silva, Paula Alexandra Oliveira, Inês Camacho Fernandes, Isabel Pinto Abreu	fpn	31.03.12	Coimbra
4:17.90	Joana Carina Silva, Paula Alexandra Oliveira, Inês Camacho Fernandes, Diana Margarida Durães	fpn	31.8.13	Dubai
4:13.83	Francisca Gomes Azevedo, Ana Pinho Rodrigues, Ana Catarina Monteiro, Ana Sofia Leite	fpn	22.05.16	Londres

NADADOR COMPLETO

Infantil - § (1980)

8:27.8	Sílvia Maria Morais	abve	05.06.07.80	Olivais
100 L - 1:13.2; 100 B - 1:38.4; 100 C - 1:25.5; 100 M - 1:16.7; 200 E - 2:54.0				
7:58.1	Alexandra Carreira	sfuap	26,27.01.85	Olivais
100 L - 1:10.1; 100 B - 1:25.6; 100 C - 1:19.9; 100 M - 1:17.1; 200 E - 2:45.4				

Juvenil - § (1980)

7:48.9	Marina Patrício Alvares	cdcp	05.06.07.80	Olivais
100 L - 1:05.3; 100 B - 1:29.4; 100 C - 1:16.6; 100 M - 1:14.7; 200 E - 2:42.9				

Júnior - § (1980)

7:55.0	Ana Cristina Yokochi	slb	05.06.07.80	Olivais
100 L - 1:09.0; 100 B - 1:33.4; 100 C - 1:14.9; 100 M - 1:11.8; 200 E - 2:45.9				
7:41.5	Ana Antas de Barros	sad	26,27.01.85	Olivais
100 L - 1:06.0; 100 B - 1:30.2; 100 C - 1:12.7; 100 M - 1:14.1; 200 E - 2:38.5				

Sénior - § (1980)

7:38.3	Liliana Mendes Santos	slb	05.06.07.80	Olivais
100 L - 1:04.9; 100 B - 1:26.6; 100 C - 1:17.5; 100 M - 1:10.1; 200 E - 2:39.2				
7:35.7	Helena Antas Barros	sad	26,27.01.85	Olivais
100 L - 1:05.2; 100 B - 1:24.5; 100 C - 1:15.8; 100 M - 1:13.0; 200 E - 2:37.2				

Absoluto - § (1980)

7:38.3	Liliana Mendes Santos	slb	05.06.07.80	Olivais
100 L - 1:04.9; 100 B - 1:26.6; 100 C - 1:17.5; 100 M - 1:10.1; 200 E - 2:39.2				
7:35.7	Helena Antas Barros	sad	26,27.01.85	Olivais
100 L - 1:05.2; 100 B - 1:24.5; 100 C - 1:15.8; 100 M - 1:13.0; 200 E - 2:37.2				

PISCINA DE 50m
PROVAS MISTAS
4x50 LIVRES

Absoluto - clubes

1:57.08 Romeu Ribeiro Fernandes, Rui Pires Martins,
Alexia Bastos Barros, Mariana Magalhães Sampaio adf 16.04.16 Póvoa de Varzim

4x100 LIVRES

Infantil B - clubes

4:15.46 João Afonso Antunes, Pedro Duarte Jesus,
Lara Rodrigues Vasconcelos, Carolina Miranda Fernandes cga 16.07.17 Loulé

Infantil B - seleções

4:17.56 David Emanuel Tome, Beatriz Ferreira Gaspar,
Maria Vieira Marques, Ricardo Ferreira Mendes ancnp 17.07.16 Famalicão

Infantil A - clubes

4:09.68 André Costa Marques, Mateus Costa Faia,
Ada Lobo Passos, Margarida Passos Cunha gdnfama 16.07.17 Loulé

Infantil A - seleções

4:03.02 Eduardo Gomes Fernandes, Maria Joao Pelaio,
Camila Rodrigues Rebelo, Tiago Andrade Machado fpn 26.06.16 Coimbra

Juvenil A - seleções

3:51.68 Koen Weustink, Miguel Diogo Agostinho,
Ana Margarida Guedes, Joana Costa Amador fpn 28.05.16 Coimbra

Júnior - clubes

4:09.32 Ana Filipa Veiga, Andrei Iulian Zinca,
Edgar Ribau Melo, Joana Santos Pereira capge 27.05.17 Coimbra

Sénior - clubes

3:43.48 Diana Margarida Durães, Luiz Pedro Pereira,
Sofia Alexandra Rolão, João Duarte Santos sib 20.05.17 Coimbra

Sénior - seleções

3:37.10 Mário Alexandre Pereira, Ana Pinho Rodrigues,
Ana Sofia Leite, Miguel Duarte Nascimento fpn 31.01.15 Luxemburgo

Absoluto - clubes

3:43.48 Diana Margarida Durães, Luiz Pedro Pereira,
Sofia Alexandra Rolão, João Duarte Santos sib 20.05.17 Coimbra

Absoluto - seleções

3:37.10 Mário Alexandre Pereira, Ana Pinho Rodrigues,
Ana Sofia Leite, Miguel Duarte Nascimento fpn 31.01.15 Luxemburgo

4x200 LIVRES

Infantil B - clubes

9:19.25 Carolina Miranda Fernandes, João Afonso Antunes,
Pedro Duarte Jesus, Lara Rodrigues Vasconcelos cga 15.07.17 Loulé

Infantil A - clubes

9:02.01 André Costa Marques, Diogo Nunes Sousa,
Ada Lobo Passos, Margarida Passos Cunha gdnfama 15.07.17 Loulé

Absoluto - clubes

9:02.01 André Costa Marques, Diogo Nunes Sousa,
Ada Lobo Passos, Margarida Passos Cunha gdnfama 15.07.17 Loulé

Absoluto - seleções

8:23.63 Miguel Cordeiro Saraiva, Sílvia Ariana Soares,
Gustavo Manuel Santa, Cátia Raquel Martinheira fpn 21.07.09 Tampere

4x50 ESTILOS

Júnior - clubes

2:06.38 Rita Almeida Freches, Ricardo Manuel Monteiro,
Inês Maria Pereira, Ruben Oliveira Lopes isc 17.01.15 Póvoa de Varzim

Absoluto - clubes

2:01.50 João Alberto Gondar, Filipe Carmo Ramos,
Ana Catarina Monteiro, Ana Filipa Gomes cfv 17.01.15 Póvoa de Varzim

4x100 ESTILOS

Infantil B - clubes

4:48.64 Gabriel Moreira Santos, Inês Faria Rego,
João Campelo Oliveira, Mariana Martins Costa gdnfama 15.07.17 Loulé

Infantil B - seleções

4:52.31 Maria Vieira Marques, Ricardo Ferreira Mendes,
David Emanuel Tome, Beatriz Ferreira Gaspar ancnp 17.07.16 Famalicão

Infantil A - clubes

4:33.31 Filipa Ramos Teixeira, Martim Rebelo Malfeito,
Vicente Oliveira Gomes, Barbara Silva Viegas scp 17.07.16 Famalicão

Infantil A - seleções

4:32.36 Camila Rodrigues Rebelo, Maria João Pelaio,
Tiago Andrade Machado, Eduardo Gomes Fernandes fpn 26.06.16 Coimbra

Juvenil A - seleções

4:18.33 Ana Margarida Guedes, Jorge Jesus Silva,
Tiago André Santos, Isabel Porfírio Pego fpn 29.05.16 Coimbra

Júnior - clubes

4:38.99 Pedro Guilherme Ferreira, Maria Ines Ferreira,
João Pedro Gomes, Mariana Santos Ferreira cnmc 28.05.17 Coimbra

Sénior - seleções

4:01.14 Aléxis Manaças Santos, Ana Pinho Rodrigues,
Diogo Filipe Carvalho, Ana Sofia Leite fpn 01.02.15 Luxemburgo

Absoluto - clubes

4:08.54 Francisca Gomes Azevedo, Afonso Ribeiro Bate,
Pedro André Santos, Rita Barros Frischknecht sad 29.05.16 Coimbra

Absoluto - seleções

4:01.14 Aléxis Manaças Santos, Ana Pinho Rodrigues,
Diogo Filipe Carvalho, Ana Sofia Leite fpn 01.02.15 Luxemburgo

RECORDES DE DISTÂNCIA

MASCULINOS

07.09.1924	Luis Alves Miguel Xabregas - Ponte dos Torpedeiros (Paço de Arcos)	csp	4 h	17 km
14.09.1924	Rodrigo Bessone Basto Xabregas - S. Julião da Barra	sad	2 h 26m	21 km
25.08.1926	Roque Montenegro Xabregas - S. João do Estoril	vjfc	5 h 28m 30s	
1926	António Basílio dos Santos Xabregas - Boca do Inferno	sad	6 h 44m	31,5km
07.09.1952	Joaquim Batista Pereira Alhandra - Rocha do Conde de Óbidos	asc	5 h	ca. 30 km
10.07.1953	Primo Gomes Ferreira Almourol - Valada de Salvaterra	gdep	20h	ca. 80 km
25 a 27.08.1953	Joaquim Batista Pereira Alhandra - Santa Iria - Santinha - Alhandra - Santinha - Alhandra	asc	26 h 12m	150 km

FEMININOS

15.09.1935	Maria Amélia Martins Xabregas - Rana	cnn	3 horas	21km
------------	---	-----	---------	------

DOS ANOS 80 ATÉ HOJE



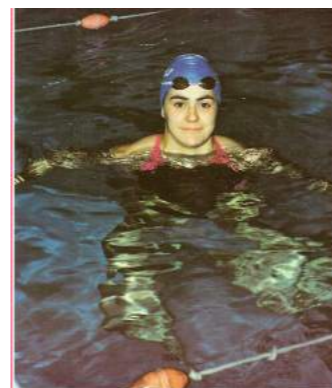
Alexandra Alves



Alexandra Jorge



Alexandra Nogueira



Ana Carvalho



Ana Francisco



Ana Leal



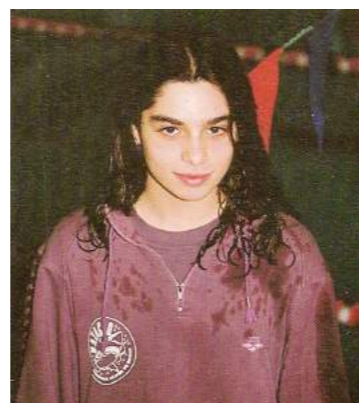
Ana Magalhães



Alexandre Gonçalves



Ana Alberto



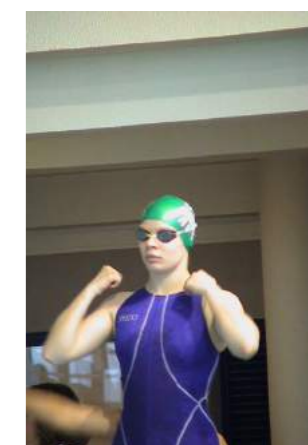
Ana Caldas



Ana Marta Resendes



Ana Rita Cataraino



Andreia Martins



Angélica André



Artur Costa



Bárbara Ferreira



Diana Durães



Diogo Madeira



Duarte Mendonça



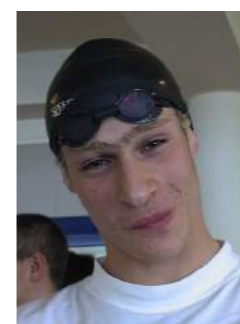
Bruno Freitas



Catarina Brandão



Cátia Carnide



Egas Bastos



Fábio Pereira



Fernando Costa



Daniel Pereira



Diana Chaves



Filipa Silva



Gabriel Lopes



Hélder Lopes



Helena Barros



Henrique Neiva



Henrique Vilarett



Hugo Gonzalez



Inês Águas



João Coelho



João Pedro Araújo



João Santos



Ivo Carneiro



Jacob Frischknecht



Joana Arantes



José Carlos Moreira



José Couto



Luis Emanuel Vaz



Joana Vitoriano



Jorge Manuel Maia



Luisa Costa



Luís Monteiro



Maria Carlos Santos



Maria Francisca Cabral



Marisa e Marcia Freitas



Marta Ferreira



Nuno Dias



Patricia Silva



Patrícia Conceição



Marta Marinho



Miguel Arrobas



Mário Tejo



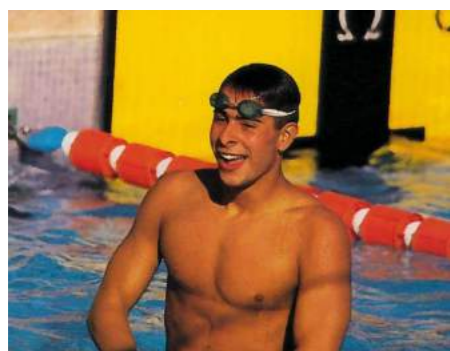
Paula Lamego



Paulo Azevedo



Paulo Camacho



Miguel Cabrita



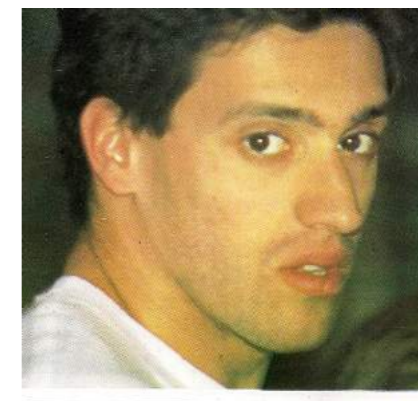
Miguel Carvalho



Miguel Pires



Victoria Kaminskaya



Paulo Trindade



Pedro M Silva



Alexis Santos



Pedro Silva



*Paulo Santos



Sara Loureiro



Sara Madeira



Simão Morgado



Petra Chaves



Raquel Felgueiras



Ricardo Coxo



Sónia Vilar



Sérgio Esteves



Sérgio Souto



Ricardo Pedroso



Rita Correia



Tania Ribeiro



Vasco Sousa



Virgília Gomes

NOTA

FINAL

Os recordes apresentados estão actualizados
à data de 30/09/2017.

Anualmente, no final de cada ano civil, será
publicada uma versão actualizada deste livro
que, de agora em diante, servirá de bíblia dos
Recordes Nacionais da história da Natação
Portuguesa.





FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
DE NATAÇÃO

