

## Recorde Regional 25m

### Misto, Absoluto

#### Estilos Estafeta

4 x 100m	4:03.93	Futebol Clube do Porto	POR	FCP	22-11-2019	Felgueiras
Cabral Maria Francisca, Amorim Alexandre Ferreira, Sousa Joao Ribeiro, Ramos Ana Rita						

### Piscina curta (25m)

### Masc., Absoluto

#### Livres

50m	21.87	Santos Paulo Jorge	89	POR	FCP	20-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
100m	48.41	Santos Paulo Jorge	89	POR	FCP	19-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
200m	1:45.25	Vaz Luis Emanuel	91	POR	GDNVNF	21-12-2013	Felgueiras
400m	3:45.58	Pereira Fabio Manuel	86	POR	FPN	10-12-2009	Istanbul (TUR)
800m	8:00.12	Costa Fernando Eurico	85	POR	FPN	09-12-2006	Helsinki (FIN)
1500m	15:04.78	Costa Fernando Eurico	85	POR	FPN	10-12-2005	Trieste (ITA)

### Piscina curta (25m)

#### Costas

50m	25.48	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	15-12-2007	Óbidos
100m	54.10	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	21-12-2007	Silves
200m	1:57.46	Niz Miguel Adriano	86	POR	CFV	19-11-2006	Tavira

#### Bruços

50m	27.42	Almeida Carlos Esteves	88	POR	FCP	20-12-2013	Felgueiras
100m	58.88	Almeida Carlos Esteves	88	POR	FCP	21-12-2013	Felgueiras
200m	2:09.58	Almeida Carlos Esteves	88	POR	FCP	22-12-2013	Felgueiras

#### Mariposa

50m	24.15	Ascensao Joao Miguel	97	POR	FCP	09-12-2016	Funchal
100m	52.83	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	17-12-2006	S. Antonio Cavaleiros
200m	1:57.40	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	12-05-2007	Senhora da Hora

#### Estilos

100m	55.59	Almeida Carlos Esteves	88	POR	FCP	20-12-2013	Felgueiras
200m	1:59.77	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	17-11-2007	Tavira
400m	4:15.91	Niz Adriano Miguel	86	POR	FPN	09-12-2005	Trieste (ITA)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:29.97	Paulo Santos, Joao Carvalho, Carlos S&P	POR	RiFCP	Par	04-12-2009	Leiria
4 x 100m	3:18.28	Paulo Santos, Joao Carvalho, Carlos SPORs, IFCP/ilar				04-12-2009	Leiria
4 x 200m	7:18.39	Jorge Maia, Diogo Carneiro, Paulo Arai	POR	uisGDNVNF		20-12-2009	S. Antonio Cavaleiros

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	1:40.05	Carlos Santos, Gil Pinto, Joao Carvalh	POR	ulcFCP	itos	05-12-2009	Leiria
4 x 100m	3:40.60	Gil Pinto, Carlos Almeida, Carlos Sant	POR	aulFCP	intos	21-12-2013	Felgueiras

### Femin., Absoluto

#### Livres

50m	25.81	Marinho Marta Vieira	91	POR	FCP	11-12-2010	Guarda
100m	55.74	Loureiro Sara Beatriz	87	POR	FCP	11-12-2008	Rijeka (CRO)
200m	1:59.53	Duraes Diana Margarida	96	POR	FCP	13-12-2015	Porto
400m	4:10.22	Duraes Diana Margarida	96	POR	FCP	12-12-2015	Porto
800m	8:36.74	Duraes Diana Margarida	96	POR	FCP	13-12-2015	Porto
1500m	16:22.79	Andre Angelica Maria	94	POR	CFP	11-12-2015	Porto

#### Costas

50m	28.42	Marinho Marta Vieira	91	POR	FCP	10-12-2010	Guarda
100m	1:00.69	Marinho Marta Vieira	91	POR	FCP	19-12-2009	S. Antonio Cavaleiros

### Piscina curta (25m)

O Secretário do Juri

O Juiz  rbitro

Splash Meet Manager, 11.63017

Registered to Associa o de Nata o do Norte de Portugal

18-09-2020 13:00 - Página 1



200m	2:14.17	Marinho Marta Vieira	91	POR	FCP	18-12-2011	Mealhada
<b>Bruços</b>							
50m	31.53	Rodrigues Ana Pinho	94	POR	FCP	09-12-2012	Porto
100m	1:09.60	Rodrigues Ana Pinho	94	POR	FCP	08-12-2012	Porto
200m	2:30.76	Ferreira Barbara Sousa	89	POR	CNMAIA	13-12-2002	Riesa (GER)
<b>Mariposa</b>							
50m	26.78	Oliveira Sara Freitas	85	POR	FCP	16-12-2010	Dubai (UAE)
100m	58.31	Oliveira Sara Freitas	85	POR	FPN	18-12-2010	Dubai (UAE)
200m	2:07.62	Monteiro Ana Catarina	93	POR	CFV	15-04-2018	Felgueiras
<b>Estilos</b>							
100m	1:04.10	Abreu Marta Pereira	92	POR	FCP	20-12-2013	Felgueiras
200m	2:15.04	Monteiro Ana Catarina	93	POR	CFV	16-11-2018	Felgueiras
400m	4:42.89	Monteiro Ana Catarina	01	POR	CFV	21-12-2018	Felgueiras
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:43.49	Sara Loureiro, Sara Oliveira, Marta MarPORA,IFCPdra Oliv04-12-2009					Leiria
4 x 100m	3:44.99	Sara Oliveira, Sara Loureiro, AlexandraPORsiraFCPrt Mari04-12-2010					Porto
4 x 200m	8:14.13	Sara Oliveira, Sara Loureiro, Joana RoPORes,FCPta Mari05-12-2010					Porto
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:53.38	Marta Marinho, Ana Rodrigues, Sara OPORa, IFCPã Durae08-12-2012					Porto
4 x 100m	4:06.14	Marta Marinho, Joana Carvalho, Sara CPORra, FCPi loureir19-12-2009					S. Ant�nio Cavaleiros
<b>Misto, Absoluto</b>							<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:39.08	Alexandre Amorim, Catarina Ferreira, fPORio IFCP's, Rosã27-02-2019					Felgueiras
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:48.26	Porfirio Nunes, Alexandre Amorim, CatPORi SIFCP's, Rosa28-02-2019					Felgueiras
4 x 100m	4:11.28	Joao Costa, Helder Castro, Filipa FernãPOR's, AVSCernand22-06-2019					Fafe
<b>Masc., Sen</b>							<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	21.87	Santos Paulo Jorge	89	POR	FCP	20-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
100m	48.41	Santos Paulo Jorge	89	POR	FCP	19-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
200m	1:45.25	Vaz Luis Emanuel	91	POR	GDNVNF	21-12-2013	Felgueiras
400m	3:45.58	Pereira Fabio Manuel	86	POR	FPN	10-12-2009	Istanbul (TUR)
800m	8:00.12	Costa Fernando Eurico	85	POR	FPN	09-12-2006	Helsinki (FIN)
1500m	15:04.78	Costa Fernando Eurico	85	POR	FPN	10-12-2005	Trieste (ITA)
<b>Costas</b>							
50m	25.28	Costa Joao Nogueira	01	POR	VSC	21-12-2019	Felgueiras
100m	54.10	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	21-12-2007	Silves
200m	1:57.23	Costa Joao Nogueira	19	POR	VSC	20-12-2019	Felgueiras
<b>Bruços</b>							
50m	27.42	Almeida Carlos Esteves	88	POR	FCP	20-12-2013	Felgueiras
100m	58.88	Almeida Carlos Esteves	88	POR	FCP	21-12-2013	Felgueiras
200m	2:09.58	Almeida Carlos Esteves	88	POR	FCP	22-12-2013	Felgueiras
<b>Mariposa</b>							
50m	24.38	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	02-12-2006	Vigo (ESP)
100m	52.83	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	17-12-2006	S. Antonio Cavaleiros
200m	1:57.40	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	12-05-2007	Senhora da Hora
<b>Estilos</b>							
100m	55.59	Almeida Carlos Esteves	88	POR	FCP	20-12-2013	Felgueiras

200m	1:59.77	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	17-11-2007	Tavira
400m	4:15.91	Niz Adriano Miguel	86	POR	FPN	09-12-2005	Trieste (ITA)
<b>Masc., Jun-18</b>							
<b>Livres</b>							
50m	23.06	Ascensao Joao Miguel	97	POR	FCP	20-12-2014	Porto
100m	50.58	Teixeira Tiago Manuel	96	POR	ADF	08-12-2013	Leiria
200m	1:48.47	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	04-12-2003	Dublin (IRL)
400m	3:50.52	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	26-06-2004	Fafe
800m	8:08.15	Santos Pedro Miguel	01	POR	FCP	28-04-2019	Felgueiras
1500m	15:28.27	Bastos Egas Sousa	83	POR	ADF	01-05-2001	Fafe
<b>Costas</b>							
50m	25.99	Costa Joao Nogueira	01	POR	VSC	28-04-2019	Felgueiras
100m	54.86	Costa Joao Nogueira	01	POR	VSC	27-04-2019	Felgueiras
200m	1:58.37	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	03-07-2004	Figueira da Foz
<b>Bruços</b>							
50m	28.55	Capitao Simao Miguel	97	POR	CLAMAS	24-05-2015	Senhora da Hora
100m	1:02.31	Amorim Alexandre Ferreira	99	POR	CLAMAS	22-04-2017	Felgueiras
200m	2:13.22	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	19-12-2014	Porto
<b>Mariposa</b>							
50m	24.68	Ascensao Joao Miguel	97	POR	FCP	21-12-2014	Porto
100m	55.40	Sousa Joao Ribeiro	01	POR	FCP	28-04-2019	Felgueiras
200m	1:59.76	Araujo Joao Pedro	85	POR	GDNVNF	16-05-2003	Alges
<b>Estilos</b>							
100m	57.25	Amorim Alexandre Ferreira	99	POR	Clamas	22-04-2017	Felgueiras
200m	2:01.94	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	14-02-2004	Estoril
400m	4:20.95	Niz Adriano Miguel	86	POR	FPN	03-12-2003	Dublin (IRL)
<b>Femin., Sen</b>							
<b>Livres</b>							
50m	25.81	Marinho Marta Vieira	91	POR	FCP	11-12-2010	Guarda
100m	55.74	Loureiro Sara Beatriz	87	POR	FCP	11-12-2008	Rijeka (CRO)
200m	1:59.53	Duraes Diana Margarida	96	POR	FCP	13-12-2015	Porto
400m	4:11.62	Duraes Diana Margarida	96	POR	FCP	12-12-2015	Porto
800m	8:36.74	Duraes Diana Margarida	96	POR	FCP	13-12-2015	Porto
1500m	16:18.04	Andre Angelica Maria	94	POR	CFP	08-12-2017	Porto
<b>Costas</b>							
50m	28.42	Marinho Marta Vieira	91	POR	FCP	10-12-2010	Guarda
100m	1:00.69	Marinho Marta Vieira	91	POR	FCP	19-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
200m	2:14.17	Marinho Marta Vieira	91	POR	FCP	18-12-2011	Mealhada
<b>Bruços</b>							
50m	31.53	Rodrigues Ana Pinho	94	POR	FCP	09-12-2012	Porto
100m	1:09.60	Rodrigues Ana Pinho	94	POR	FCP	08-12-2012	Porto
200m	2:30.76	Ferreira Barbara Sousa	89	POR	CNMAIA	13-02-2002	Riesa (GER)
<b>Mariposa</b>							
50m	26.78	Oliveira Sara Freitas	85	POR	FCP	16-12-2010	Dubais (UAE)
100m	58.31	Oliveira Sara Freitas	85	POR	FCP	18-12-2010	Dubai (UAE)
200m	2:05.74	Monteiro Ana Catarina	93	POR	CFV	12-12-2018	China
<b>Estilos</b>							
100m	1:04.10	Abreu Marta Pereira	92	POR	FCP	20-12-2013	Felgueiras
<b>Piscina curta (25m)</b>							

200m	2:15.04	Monteiro Ana Catarina	93	POR	CFV	16-11-2018	Felgueiras
400m	4:42.89	Monteiro Ana Catarina	93	POR	CFV	21-12-2018	Porto
<b>Masc., Jun-17</b>							
<b>Piscina curta (25m)</b>							
<b>Livres</b>							
50m	23.29	Rodrigues Tiago Moura	03	POR	CLIP	21-12-2019	Felgueiras
100m	51.55	Lopes Tomas Teixeira	02	POR	FOCA	27-04-2019	Felgueiras
100m	51.55	Rodrigues Tiago Moura	03	POR	CLIP	20-12-2019	Felgueiras
200m	1:50.28	Lopes Tomas Teixeira	02	POR	FOCA	28-04-2019	Felgueiras
400m	3:56.54	Costa Rui Filipe	91	POR	VSC	24-11-2007	Felgueiras
800m	8:07.77	Costa Rui Filipe	91	POR	VSC	10-05-2008	Amarante
1500m	15:39.91	Bastos Egas Sousa	83	POR	ADF	25-03-2000	Mealhada
<b>Costas</b>							
50m	26.56	Zenza Francisco Manuel	01	POR	CNMAIA	15-04-2018	Felgueiras
100m	55.97	Costa Joao Nogueira	01	POR	VSC	14-04-2018	Felgueiras
200m	1:59.34	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	16-05-2003	Alges
<b>Bruços</b>							
50m	29.01	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	20-12-2013	Felgueiras
100m	1:02.99	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	21-12-2013	Felgueiras
200m	2:18.29	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	22-12-2013	Felgueiras
<b>Mariposa</b>							
50m	25.45	Lopes Tomas Teixeira	97	POR	FOCA	21-12-2018	Felgueiras
100m	56.37	Nunes Porfirio Braga	00	POR	CFV	10-12-2016	Funchal
200m	2:06.57	Pereira Joao Pedro	87	POR	CFV	21-11-2003	Paços de Ferreira
<b>Estilos</b>							
100m	58.35	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	20-12-2013	Felgueiras
200m	2:03.75	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	22-02-2003	Estoril
400m	4:22.18	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	16-05-2003	Alges
<b>Femin., Jun-17</b>							
<b>Piscina curta (25m)</b>							
<b>Livres</b>							
50m	26.30	Martins Francisca Soares	03	POR	FOCA	21-12-2019	Felgueiras
100m	56.35	Martins Francisca Soares	03	POR	FOCA	20-12-2019	Felgueiras
200m	2:01.16	Martins Francisca Soares	03	POR	FOCA	15-12-2019	Leiria
400m	4:14.95	Rodrigues Joana Aguiar	93	POR	FCP	05-12-2009	Leiria
800m	8:50.98	Ramos Ana Rita	02	POR	FCP	27-04-2019	Felgueiras
1500m	16:55.80	Silva Alexandra Maria	67	POR	FCP	14-01-1984	Antas
<b>Costas</b>							
50m	29.78	Santos Alexandra Jesus	00	POR	LSC	10-12-2016	Funchal
100m	1:02.90	Silva Joana Carina	97	POR	LSXXI	22-12-2013	Felgueiras
200m	2:14.69	Rocha Ines Neto	01	POR	CAP	14-04-2018	Felgueiras
<b>Bruços</b>							
50m	32.61	Carvalho Joana Catarina	92	POR	FCP	08-12-2008	Guimaraes
100m	1:10.57	Carvalho Joana Catarina	92	POR	FCP	20-12-2008	Sines
200m	2:31.99	Rocha Ines Neto	01	POR	CAP	14-04-2018	Felgueiras
<b>Mariposa</b>							
50m	28.47	Soares Catarina Silva	03	POR	FCP	20-12-2019	Felgueiras
100m	1:01.71	Oliveira Sara Freitas	01	POR	FCP	24-11-2001	Paços de Ferreira
200m	2:17.15	Barbosa Mariana Fernandes	02	POR	FCP	28-04-2019	Felgueiras
<b>Estilos</b>							
100m	1:04.97	Rocha Ines Neto	01	POR	CAP	15-04-2018	Felgueiras

200m	2:16.98	Rocha Ines Neto	01	POR	CAP	14-04-2018	Felgueiras
400m	4:46.89	Rocha Ines Neto	01	POR	CAP	15-04-2018	Felgueiras
<b>Masc., Juv A</b>							
<b>Piscina curta (25m)</b>							
<b>Livres</b>							
50m	23.88	Rodrigues Tiago Moura	03	POR	CLIP	26-01-2019	Abrantes
100m	51.45	Rodrigues Tiago Moura	03	POR	CLIP	27-04-2019	Felgueiras
200m	1:53.30	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	09-03-2002	Guimaraes
400m	3:59.35	Costa Rui Filipe	91	POR	VSC	01-12-2006	Caldas da Rainha
800m	8:09.43	Costa Rui Filipe	91	POR	VSC	13-05-2007	Senhora da Hora
1500m	15:36.31	Costa Rui Filipe	91	POR	VSC	04-03-2007	Braga
<b>Costas</b>							
100m	57.41	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	17-05-2002	Algés
200m	2:02.33	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	17-05-2002	Algés
<b>Bruços</b>							
100m	1:03.39	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	21-12-2012	Santo Antonio dos Cavaleiros
200m	2:18.22	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	08-03-2013	Felgueiras
<b>Mariposa</b>							
100m	56.59	Sousa João Ribeiro	01	POR	FCP	23-04-2017	Felgueiras
200m	2:07.45	Silva Joao Carlos	98	POR	GDNF	15-12-2013	Porto
<b>Estilos</b>							
200m	2:06.87	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	20-04-2002	Ponte Vedra
400m	4:30.52	Niz Adriano Miguel	86	POR	CFV	13-04-2002	Ferrol
<b>Femin., Jun-16</b>							
<b>Piscina curta (25m)</b>							
<b>Livres</b>							
50m	26.46	Soares Catarina Silva	03	POR	FCP	21-12-2018	Felgueiras
100m	56.97	Martins Francisca Soares	03	POR	FOCA	28-04-2019	Felgueiras
200m	2:01.12	Martins Francisca Soares	93	POR	FOCA	27-04-2019	Felgueiras
400m	4:17.74	Martins Francisca Soares	93	POR	FOCA	28-04-2019	Felgueiras
800m	8:52.24	Alegria Ana Feio	77	POR	SCB	26-02-1993	Alges
1500m	16:48.20	Silva Alexandra Maria	67	POR	FCP	15-01-1983	Antas
<b>Costas</b>							
50m	29.93	Oliveira Ana Rita	04	POR	CNCE	21-12-2019	Felgueiras
100m	1:03.63	Silva Joana Carina	97	POR	LSXXI	08-12-2012	Porto
200m	2:14.77	Silva Joana Carina	97	POR	LSXXI	09-12-2012	Porto
<b>Bruços</b>							
50m	33.94	Ferreira Barbara Sousa	85	POR	CNMAIA	24-11-2000	Guarda
100m	1:11.05	Soutinho Joana Magalhaes	77	POR	FCP	20-06-1993	Alges
200m	2:32.39	Oliveira Paula Alexandra	96	POR	FCP	18-12-2011	Mealhada
<b>Mariposa</b>							
50m	27.42	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CNCE	21-12-2019	Felgueiras
100m	1:01.05	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CNCE	21-12-2019	Felgueiras
200m	2:18.15	Rocha Diana Ramos	94	POR	CFV	04-12-2009	Leiria
<b>Estilos</b>							
100m	1:03.25	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CNCE	22-12-2019	Felgueiras
200m	2:18.23	Rocha Diana Ramos	94	POR	CFV	05-12-2009	Leiria
400m	4:50.85	Duraes Diana Margarida	96	POR	FOCA	02-12-2011	Silves
<b>Masc., Juv B</b>							
<b>Piscina curta (25m)</b>							
<b>Livres</b>							
50m	24.76	Rodrigues Tiago Moura	03	POR	CLIP	11-11-2017	Vila Real de Santo Antonio



100m	52.77	Rodrigues Tiago Moura	03	POR	CLIP	14-04-2018	Felgueiras
200m	1:56.59	Monteiro Luis Miguel	84	POR	FCP	28-02-1998	Lousada
400m	4:06.60	Monteiro Luis Miguel	84	POR	FCP	28-02-1998	Lousada
800m	8:27.18	Costa Rui Filipe	91	POR	VSC	13-05-2006	Senhora da Hora
1500m	16:09.71	Monteiro Luis Miguel	83	POR	FCP	01-03-1998	Felgueiras
<b>Costas</b>							
100m	59.40	Rocha Ricardo Filipe	02	POR	CAP	22-04-2017	Felgueiras
200m	2:08.16	Castro Duarte Monteiro	03	POR	FCP	15-04-2018	Felgueiras
<b>Bruços</b>							
100m	1:04.22	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	04-03-2012	Braga
200m	2:20.22	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	03-03-2012	Braga
<b>Mariposa</b>							
100m	59.26	Santos Joao Pedro	96	POR	SANNP	09-04-2011	Abrantes (QAT)
200m	2:11.74	Carvalho Mateus Ribeiro	99	POR	GDNVNF	15-12-2013	Porto
<b>Estilos</b>							
200m	2:11.17	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	03-03-2012	Amarante
400m	4:40.42	Sousa Joao Claudio	93	POR	GESP	22-02-2008	Braga
<b>Femin., Juv A</b>							
<b>Piscina curta (25m)</b>							
<b>Livres</b>							
50m	26.60	Soares Catarina Silva	03	POR	FCP	27-01-2018	Abrantes
100m	57.49	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	28-04-2019	Felgueiras
200m	2:04.23	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	16-11-2018	Felgueiras
400m	4:22.09	Martins Francisca Soares	03	POR	FOCA	15-04-2018	Felgueiras
800m	8:55.10	Silva Alexandra Maria	67	POR	FCP	11-07-1982	Antas
1500m	17:57.28	Ferreira Ana Ribeiro	92	POR	GDNF	01-05-2007	Senhora da Hora
<b>Costas</b>							
100m	1:03.76	Silva Joana Carina	97	POR	LSXXI	19-11-2011	Porto
200m	2:18.82	Silva Joana Carina	97	POR	LSXXI	30-10-2011	paços de Ferreira
<b>Bruços</b>							
100m	1:12.01	Ferreira Barbara	85	POR	LSC	25-03-2000	Mealhada
200m	2:34.09	Oliveira Paula Alexandra	10	POR	FCP	10-12-2010	Guarda
<b>Mariposa</b>							
100m	1:01.00	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	27-04-2019	Felgueiras
200m	2:17.51	Felgueiras Raquel Maria	80	POR	SCB	05-03-1995	Alges
<b>Estilos</b>							
200m	2:18.13	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	28-04-2019	Felgueiras
400m	4:55.09	Duraes Diana Margarida	96	POR	FOCA	10-12-2010	Guarda
<b>Masc., Inf A</b>							
<b>Piscina curta (25m)</b>							
<b>Livres</b>							
50m	25.51	Rodrigues Tiago Moura	03	POR	CLIP	04-03-2017	Abrantes
100m	54.63	Rodrigues Tiago Moura	74	POR	CLIP	22-04-2017	Felgueiras
200m	2:00.56	Rodrigues Tiago Moura	03	POR	CLIP	08-04-2017	Mealhada
400m	4:13.70	Borges Rui Paulo	67	POR	FCP	25-07-1981	Antas
800m	8:44.80	Borges Rui Paulo	67	POR	FCP	14-03-1981	Antas
1500m	16:37.60	Borges Rui Paulo	67	POR	FCP	12-04-1981	Antas
<b>Costas</b>							
50m	31.43	Rocha Migue Azevedo	06	POR	ADP	28-02-2020	Penafiel
100m	1:00.91	Rocha Ricardo Filipe	02	POR	CAP	11-06-2016	Fafe

200m	2:12.22	Moreira Jose Salgado	01	POR	GDNF	16-05-2015	Vila Praia de Ancora
<b>Bruços</b>							
50m	35.30	Costa Tomas Mendes	06	POR	GDNFAMA	29-02-2020	Penafiel
100m	1:07.92	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	12-03-2011	Viseu
200m	2:29.59	Fernandes Luis Manuel	95	POR	GDNVNF	08-03-2009	Cantanhede
<b>Mariposa</b>							
50m	30.87	Sa Filipe Silva	06	POR	GDNFAMA	28-02-2020	Penafiel
100m	1:00.89	Morais Hugo Gabriel	00	POR	GDNVNF	03-05-2014	Lousada
200m	2:18.00	Borges Rui Paulo	67	POR	FCP	26-07-1981	Antas
<b>Estilos</b>							
200m	2:17.47	Freitas Jose Pedro	00	POR	GDNVNF	30-03-2014	Cantanhede
400m	4:44.40	Borges Rui Paulo	67	POR	FCP	18-07-1981	Antas
<b>Femin., Juv B</b>							<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	27.11	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	15-04-2018	Felgueiras
100m	59.73	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	26-03-2018	Funchal
200m	2:06.92	Cabral Maria Francisca	00	POR	FCP	15-12-2013	Porto
400m	4:26.77	Silva Alexandra Maria	67	POR	FCP	21-12-1980	Antibes
800m	9:00.27	Silva Alexandra Maria	67	POR	FCP	21-12-1980	Antibes
1500m	17:18.70	Silva Alexandra Maria	67	POR	FCP	17-03-1981	Antas
<b>Costas</b>							
100m	1:03.25	Silva Joana Carina	97	POR	LSXXI	04-03-2011	Paços de Ferreira
200m	2:18.15	Silva Joana Carina	97	POR	LSXXI	22-01-2011	Porto
<b>Bruços</b>							
100m	1:13.96	Rocha Ines Neto	01	POR	CAP	10-05-2015	Paços de Ferreira
200m	2:38.04	Oliveira Paula Alexandra	96	POR	FCP	22-05-2010	Vila Mea
<b>Mariposa</b>							
100m	1:02.36	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	14-04-2018	Felgueiras
200m	2:18.29	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	15-04-2018	Felgueiras
<b>Estilos</b>							
200m	2:19.79	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	14-04-2018	Felgueiras
400m	4:56.53	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	05-05-2018	Porto
<b>Masc., Inf B</b>							<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	26.73	Portela Miguel	79	POR	FCP	25-05-1991	Guimaraes
100m	58.94	Freitas Jose Pedro	00	POR	CSB	11-05-2013	Porto
200m	2:07.65	Sousa Joao Claudio	93	POR	GESP	07-04-2006	Felgueiras
400m	4:26.90	Sousa Joao Claudio	93	POR	GESP	08-04-2006	Felgueiras
800m	9:16.00	Borges Rui Paulo	67	POR	FCP	08-03-1980	Antas
1500m	17:20.10	Borges Rui Paulo	67	POR	FCP	13-07-1980	Antas
<b>Costas</b>							
50m	35.75	Costa Tiago Mendes	07	POR	GDNFAMA	29-02-2020	Penafiel
100m	1:05.14	Gaiteiro Adelino Manuel	89	POR	LSC	18-05-2002	Matosinhos
200m	2:19.07	Moreira Jose Salgado	01	POR	GDNVNF	29-03-2014	Cantanhede
<b>Bruços</b>							
50m	39.43	Carreira Duarte Maria	07	POR	FCP	29-02-2020	Penafiel
100m	1:09.54	Santos Andre Goncalo	97	POR	LSC	15-05-2010	Lousada
200m	2:38.50	Fernandes Luis Manuel	95	POR	GDNVNF	09-03-2008	Mealhada

<b>Mariposa</b>							
50m	31.73	Pires Antonio Furtado	07	POR	CLIP	29-02-2020	Penafiel
100m	1:04.78	Cunha Afonso Passos	01	POR	GDNVNF	03-05-2014	Lousada
200m	2:27.30	Souto Sergio Filipe	73	POR	LSC	23-02-1986	Matosinhos
<b>Estilos</b>							
200m	2:23.83	Freitas Jose Pedro	00	POR	CSB	11-05-2013	Porto
400m	5:03.10	Borges Rui Paulo	67	POR	FCP	12-07-1980	Antas
<b>Femin., Inf A</b>							
<b>Livres</b>							
50m	27.92	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	23-04-2017	Felgueiras
100m	59.52	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	08-04-2017	Mealhada
200m	2:10.41	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	09-04-2017	Mealhada
400m	4:25.30	Silva Alexandra Maria		POR	FCP	19-07-1980	Antas
800m	9:03.90	Silva Alexandra Maria	67	POR	FCP	13-07-1980	Antas
1500m	17:18.20	Silva Alexandra Maria	67	POR	FCP	23-07-1980	Antas
<b>Costas</b>							
50m	36.74	Gomes Barbara Sofia	07	POR	LSC	01-03-2020	Penafiel
100m	1:06.20	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	07-05-2017	Paços de Ferreira
200m	2:22.25	Sousa Keissy Joselin	85	POR	FCP	15-03-1998	Algés
<b>Bruços</b>							
50m	38.70	Leal Matilde Barros	07	POR	CAP	01-03-2020	Penafiel
100m	1:16.26	Castro Maria Freitas	03	POR	ADF	20-02-2016	Abrantes
200m	2:41.88	Rocha Ines Neto	01	POR	GESP	08-02-2014	Felgueiras
<b>Mariposa</b>							
50m	33.29	Vieira Ana Beatriz	20	POR	FOCA	01-03-2020	Penafiel
100m	1:05.68	Cunha Mariana Pacheco	17	POR	CFP	09-04-2017	Mealhada
200m	2:25.40	Felgueiras Raquel Maria	80	POR	SCB	30-05-1993	Vila do Conde
<b>Estilos</b>							
200m	2:24.68	Cunha Mariana Pacheco	04	POR	CFP	22-04-2017	Felgueiras
400m	5:08.49	Rocha Ines neto	01	POR	GESP	28-03-2014	Cantanhede
<b>Femin., Inf B</b>							
<b>Livres</b>							
50m	29.22	Felgueiras Raquel Maria	80	POR	SCB	28-03-1992	Espinho
100m	1:03.80	Sampaio Mariana Magalhaes	03	POR	ADF	28-03-2015	Vila Praia de Ancora
200m	2:17.97	Felgueiras Raquel Maria	80	POR	SCB	14-03-1992	Cantanhede
400m	4:41.00	Silva Alexandra Maria	67	POR	FCP	29-07-1979	Funchal
800m	9:44.95	Duraes Diana Margarida	96	POR	FOCA	08-03-2008	Mealhada
1500m	19:17.40	Jorge Alexandra Maria	76	POR	CFP	09-01-1988	Fluvial
<b>Costas</b>							
50m	37.13	Silva Ana Castro	08	POR	GDNFAMA	28-02-2020	Penafiel
100m	1:10.23	Jardim Catarina Alexandra	98	POR	GDNVNF	05-03-2010	Ponte da Barca
200m	2:27.92	Sousa Keissy Joselin	85	POR	FCP	16-03-1997	Alcobaça
<b>Bruços</b>							
50m	41.49	Beleza Lara Marisa	08	POR	TG	28-02-2020	Penafiel
100m	1:19.03	Rocha Ines Neto	01	POR	GESP	17-03-2013	Porto
200m	2:49.60	Rocha Ines Neto	01	POR	GESP	24-02-2013	Paços de Ferreira
<b>Mariposa</b>							
50m	34.16	Martins Maria Joao	08	POR	ADF	01-03-2020	Penafiel



100m	1:10.02	Silva Joana Carina	80	POR	LSXXI	09-05-2009	Lousada	
200m	2:31.64	Felgueiras Raquel Maria	80	POR	SCB	09-05-1992	Alges	
<b>Estilos</b>								
200m	2:34.45	Freitas Marisa	86	POR	AHBVG	04-04-1998	Ferrol	
400m	5:20.85	Freitas Marisa	86	POR	AHBVG	13-03-1998	Alges	
<b>Masc., Sen</b>								
<b>Livres Estafeta</b>								
4 x 50m	1:29.97	Paulo Santos, Joao Carvalho, Carlos S	POR,	R	FCPar	04-12-2009	Leiria	
4 x 100m	3:18.28	Paulo Santos, Joao Carvalho, Carlos S	PORs,	I	FCPilar	04-12-2009	Leiria	
4 x 200m	7:18.39	Jorge Maia, Diogo Carneiro, Paulo Ara	POR.	uis	GDNVNF	20-12-2009	S. Ant�nio Cavaleiros	
<b>Estilos Estafeta</b>								
4 x 50m	1:40.05	Carlos Santos, Gil Pinto, Joao Carvalh	POR.	ulc	FCPrtos	05-12-2009	Leiria	
4 x 100m	3:40.60	Gil Pinto, Carlos Almeida, Carlos Sant	POR.	aul	FCPntos	21-12-2013	Felgueiras	
<b>Femin., Sen</b>								
<b>Livres Estafeta</b>								
4 x 50m	1:43.49	Sara Loureiro, Sara Oliveira, Marta Mar	POR	A	FCPdra Oliv	04-12-2009	Leiria	
4 x 100m	3:44.99	Sara Oliveira, Sara Loureiro, Alexandra	POR.	ira	FCPrta Mari	04-02-2010	Porto	
4 x 200m	8:14.13	Sara Oliveira, Sara Loureiro, Joana Ro	POR.	es,	FCPta Mari	14-12-2010	Porto	
<b>Estilos Estafeta</b>								
4 x 50m	1:53.38	Marta Marinho, Ana Rodrigues, Sara O	POR.	a,	FCPa Durae	08-12-2012	Porto	
4 x 100m	4:06.14	Marta Marinho, Joana Carvalho, Sara C	POR.	a,	FCP Loureii	19-12-2009	S. Ant�nio Cavaleiros	
<b>Misto, 18 +</b>								
<b>Livres Estafeta</b>								
4 x 50m	1:39.08	Alexandre Amorim, Catarina Ferreira, F	POR	io	IFCPs,	Ros	27-04-2019	Felgueiras
<b>Estilos Estafeta</b>								
4 x 50m	1:50.77	Bruno Machado, Angelica Andre, Ana C	POR	to,	CFPjo	Lebr	28-02-2019	Felgueiras
<b>Misto, 17 - 18</b>								
<b>Livres Estafeta</b>								
4 x 100m	3:47.35	FOCA - Clube de Natacao de Felgueir	POR		FOCA	22-11-2019	Felgueiras	
		Carvalho Fernando Costa, Martins Francisca Soares, Almeida Ana Margarida, Lopes Tomas Teixeira						
4 x 100m	3:47.97	Tiago Lourenco, Joana Machado, Rica	POR	lor	CNVCaroliii	22-06-2019	Fafe	
<b>Masc., Jun</b>								
<b>Livres Estafeta</b>								
4 x 50m	1:35.76	Paulo Santos, Tiago Costa, Francisco P	OR	tal,	FCPie	Pint	24-11-2006	Felgueiras
4 x 100m	3:30.51	Tiago Lousada, Mario Carvalho, Nuno I	POR,	H	FCP	Jurao	06-03-1998	Felgueiras
4 x 200m	7:39.07	Tiago Lousada, Mario Carvalho, Hugo C	POR,	N	FCP	nacio	08-03-1998	Felgueiras
<b>Estilos Estafeta</b>								
4 x 50m	1:44.80	Ruben Lopes, Leonardo Figueiredo, A	POR	ei	FCPao	Asce	21-12-2013	Felgueiras
4 x 100m	3:53.20	Ruben Lopes, Leonardo Figueiredo, A	POR	ei	FCPao	Asce	21-12-2013	Felgueiras
<b>Misto, 17 - 18</b>								
<b>Estilos Estafeta</b>								
4 x 100m	4:18.32	Carolina Soares, Joana Machado, Tia	POR	ure	CNV Ricard	22-06-2019	Fafe	
<b>Femin., Jun</b>								
<b>Livres Estafeta</b>								
4 x 50m	1:49.92	Catarina Soares, Mariana Barbosa, Ma	POR	mo	FCPAna	Ra	21-12-2018	Felgueiras

4 x 100m	3:54.55	Ana Ramos, Mariana Barbosa, Maria APORm, FCParina Sc23-12-2018	Felgueiras
4 x 200m	8:24.59	Ana Ramos, Catarina Soares, Maria AiPORn, IFCPana Bar22-12-2018	Felgueiras
<b>Estilos Estafeta</b>			
4 x 50m	2:00.32	Ana Ramos, Maria Amorim, Mariana BPORsa, FCParina Sc22-12-2018 Ramos Ana Rita, Amorim Maria Leonor, Barbosa Mariana Fernandes, Soares Catarina Silva	Felgueiras
4 x 100m	4:24.98	Ana Ramos, Maria Amorim, Mariana BPORsa, FCParina Sc17-11-2018 Ramos Ana Rita, Amorim Maria Leonor, Barbosa Mariana Fernandes, Soares Catarina Silva	Felgueiras
<b>Masc., Juv A</b>			<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>			
4 x 100m	3:38.64	Pedro Neto, Vasco Amorim, Diogo CosPORionFCP Noguei08-03-2013	Felgueiras
4 x 200m	7:52.81	Jose Freitas, Miguel Santos, Hugo MorPORJoæGDNFico 06-12-2015	Cantanhede
<b>Estilos Estafeta</b>			
4 x 100m	4:04.08	Joao Tinoco, Miguel Santos, Hugo MorPORJosGDNFias 06-12-2015	Cantanhede
<b>Masc., Juv</b>			<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>			
4 x 100m	3:38.64	Tempo Limite POR 08-03-2013	
4 x 200m	7:52.81	Jose Freitas, Miguel Santos, Hugo MorPORoao Tinoco 04-12-2015	Cantanhede
<b>Estilos Estafeta</b>			
4 x 100m	4:04.08	Joao Tinoco, Miguel Santos, Hugo Morais, JosGDNFias 06-12-2015	Cantanhede
<b>Masc., Juv B</b>			<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>			
4 x 100m	3:42.92	Joao P. Freitas, Hugo G. Morais, MiguePORsarGDNVNF P.13-12-2014	Estarreja
4 x 200m	8:07.64	Jose P. Freitas, Hugo G. Morais, MiguePORianGDNVNF P.12-12-2014 Freitas Jose Pedro, Morais Hugo Gabriel, Santos Miguel Angelo, Tinoco Joao Pereira	Estarreja
<b>Estilos Estafeta</b>			
4 x 100m	4:04.46	Joao P. Tinoco, Miguel A. Santos, HuguPORMoGDNVNF P.14-12-2014 Tinoco Joao Pereira, Santos Miguel Angelo, Morais Hugo Gabriel, Freitas Jose Pedro	Estarreja
<b>Femin., Juv A</b>			<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>			
4 x 100m	4:05.16	Maria F. Cabral, Sara V. Ramos, Maria PORaneFCPAna R. f14-12-2014	Estarreja
4 x 200m	8:51.54	Maria F. Cabral, Iris C. Santos, Ana S. IPORs, FCP R. Fariç12-12-2014	Estarreja
<b>Estilos Estafeta</b>			
4 x 100m	4:34.82	Graca Araujo, Barbara Goncalves, CarlIPORes, GDNVNFta 03-03-2012	Braga
<b>Femin., Juv</b>			<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>			
4 x 100m	4:08.57	Tempo Limite POR	
4 x 200m	8:51.86	Maria Costa, Beatriz Silva, Barbara MaPORæesFCPbel Peg04-12-2015	Cantanhede
<b>Estilos Estafeta</b>			
4 x 100m	4:34.82	Tempo Limite POR	
<b>Masc., Inf A</b>			<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>			
4 x 100m	3:48.35	Jose P. Freitas, Miguel A. Santos, JoaoPORincGDNVNFo C29-03-2014	Cantanhede
4 x 200m	8:19.63	Jose Freitas, Joao Tinoco, Miguel SanIPORiuçGDNVNF 08-03-2014 Freitas Jose Pedro, Tinoco Joao Pereira, Santos Miguel Angelo, Morais Hugo Gabriel	Pacos de Ferreira

<b>Estilos Estafeta</b>				
4 x 100m	4:12.50	Joao P. Tinoco, Miguel A. Santos, Hugo	POR/oiGDNVNF P.30-03-2014	Cantanhede
<b>Femin., Juv B</b>				<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>				
4 x 100m	4:08.57	Sandra Barbara, Carla Barbara, Virgilia	PORneFCPisa Por23-02-1990	Alges
4 x 200m	8:59.70	Sandra Barbara, Carla Barbara, Virgilia	PORneFCPisa Por21-02-1990	Antas
<b>Estilos Estafeta</b>				
4 x 100m	4:40.26	Catarina Jardim, Barbara Goncalves, C	POR ArGDNVNF C03-03-2012	Braga
<b>Masc., Inf</b>				<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>				
4 x 100m	3:48.35	Jose P. Freitas, Miguel A. Santos, Joao	PORinoGDNVNF G.29-03-2014	Cantanhede
4 x 200m	8:19.63	Jose P. Freitas, Joao P. Tinoco, Miguel	PORantGDNVNF G.08-03-2014	Pacos de Ferreira
<b>Estilos Estafeta</b>				
4 x 100m	4:12.50	Joao P. Tinoco, Miguel A. Santos, Hugo	POR/oiGDNVNF P.30-03-2014	Cantanhede
<b>Masc., Inf B</b>				<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>				
4 x 100m	4:05.06	Miguel Santos, Hugo Morais, Daniel Si	PORoaGDNVNF 28-06-2013	Vila Praia de Ancora
4 x 200m	8:58.91	Miguel Santos, Daniel Silva, Hugo Mor	PORtoGDNVNFha15-03-2013	Porto
<b>Estilos Estafeta</b>				
4 x 100m	4:35.54	Daniel Silva, Miguel Santos, Hugo Mor	POR RcGDNVNFch17-03-2002	Porto
<b>Femin., Inf A</b>				<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>				
4 x 100m	4:15.30	Carla Alves, Catarina Jardim, Ana Cosi	PORarbGDNVNFalv13-03-2011	Viseu
4 x 200m	9:05.75	Ana Costa, Graca Araujo, Barbara Gon	PORs, GDNVNFJai02-03-2012	Viseu
<b>Estilos Estafeta</b>				
4 x 100m	4:40.29	Catarina Jardim, Carla Alves, Barbara	PORalGDNVNFos12-03-2011	Viseu
<b>Misto, 12 - 13</b>				<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>				
4 x 100m	4:30.20	Pedro Pinto, Laura Castro, Maria Marti	PORntoADFosta 01-03-2020	Penafiel
<b>Estilos Estafeta</b>				
4 x 100m	5:07.55	Pedro Pinto, Laura Castro, Maria Marti	PORntoADFosta 29-02-2020	Penafiel
<b>Femin., Inf</b>				<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>				
4 x 100m	4:15.30	Tempo Limite		
4 x 200m	9:05.75	Tempo Limite		
<b>Estilos Estafeta</b>				
4 x 100m	4:40.29	Tempo Liimite		
<b>Femin., Inf B</b>				<b>Piscina curta (25m)</b>
<b>Livres Estafeta</b>				
4 x 100m	4:20.86	Luisa Portela, Carla Cruz, Raquel Mart	POR/irqFCPomes	
4 x 200m	9:28.71	Alexandra Jorge, Patricia Areosa, Joan	PORutirCFPCatarin01-01-1988	
<b>Estilos Estafeta</b>				
4 x 100m	4:57.35	Catarina Jardim, Barbara Goncalves, C	PORAlGDNVNFos06-03-2010	Ponte da Barca