

## Recorde Regional 50m

### Masc., Absoluto

#### Livres

50m	22.51	Santos, Paulo Jorge	89	POR	FCP	30-05-2009	Coimbra
100m	50.01	Santos, Paulo Jorge	83	POR	FCP	29-07-2009	Rome (ITA)
200m	1:48.98	Vaz, Luis Miguel	91	POR	GDNVNF	25-07-2014	Oeiras
400m	3:52.29	Maia, Jorge Manuel	89	POR	GDNVNF	14-06-2008	Malaga (ESP)
800m	8:05.35	Costa, Fernando Eurico	85	POR	LSC	27-07-2007	Aveiro
1500m	15:16.22	Costa, Fernando Eurico	85	POR	LSC	14-08-2007	Bangkok (THA)

#### Costas

50m	26.12	Costa, Joao Nogueira	01	POR	VSC	14-08-2020	Loule
100m	55.08	Costa, Joao Nogueira	01	POR	VSC	15-08-2020	Loule
200m	1:59.78	Costa, Joao Nogueira	01	POR	VSC	16-08-2020	Loule

#### Bruços

50m	28.37	Almeida, Carlos Esteves	88	POR	FCP	22-08-2014	Berlim (GER)
100m	1:02.02	Almeida, Carlos Esteves	88	POR	FCP	18-08-2014	Berlim (GER)
200m	2:14.23	Almeida, Carlos Esteves	88	POR	FCP	13-04-2014	Palma de Maiorca (ESP)

#### Mariposa

50m	24.63	Niz, Adriano Miguel	86	POR	INDANP	18-07-2009	Faro
100m	54.41	Niz, Adriano Miguel	86	POR	INDANP	21-04-2007	Coimbra
200m	1:59.99	Monteiro, Luis Miguel	83	POR	FCP	31-07-2002	Berlin (GER)

#### Estilos

200m	2:04.47	Almeida, Carlos Esteves	88	POR	FCP	18-04-2014	Povoa de Varzim
400m	4:30.01	Almeida, Carlos Esteves	88	POR	FCP	19-04-2014	Povoa de Varzim (ESP)

#### Livres Estafeta

4 x 50m	1:32.36	Paulo S, Joao C, Carlos S, Rui Vilar	POR	FCP	18-07-2009	Faro
4 x 100m	3:24.33	Paulo Santos, Joao Carvalho, Carlos SPORs, IFCP/ilar			19-03-2009	Faro
4 x 200m	7:37.31	Jorge Maia, Paulo Araujo, Adriano Niz, POR/a:GDNVNF			02-04-2011	Rio Maior

#### Estilos Estafeta

4 x 50m	1:43.41	Carlos Santos, Gil Pinto, Joao CarvalhPORulcFCPptos			20-07-2009	Faro
4 x 100m	3:49.28	Gil Pinto, Carlos Almeida, Carlos SantiPORaulFCPintos			18-04-2014	Povoa de Varzim

### Femin., Absoluto

#### Livres

50m	26.02	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	FCP	19-04-2014	Povoa de Varzim
100m	56.86	Loureiro, Sara Beatriz	87	POR	FCP	20-06-2009	Porto
200m	2:02.65	Duraes, Diana Margarida	95	POR	FCP	13-03-2016	Oeiras
400m	4:13.34	Duraes, Diana Margarida	95	POR	FCP	12-03-2016	Oeiras
800m	8:43.58	Duraes, Diana Margarida	95	POR	FCP	13-03-2016	Oeiras
1500m	16:46.57	Andre, Angelica Maria	94	POR	LSC	07-07-2013	Famalicao

#### Costas

50m	29.40	Marinho, Marta Vieira	91	POR	FCP	10-04-2010	Coimbra
100m	1:03.45	Marinho, Marta Vieira	91	POR	FCP	10-04-2010	Coimbra
200m	2:17.38	Silva, Joana Carina	97	POR	LSXXI	05-04-2012	Coimbra

#### Bruços

50m	31.60	Carvalho, Joana Catarina	92	POR	FCP	30-05-2009	Coimbra
100m	1:10.62	Carvalho, Joana Catarina	92	POR	FCP	31-05-2009	Coimbra
200m	2:32.77	Oliveira, Paula Alexandra	96	POR	FCP	28-07-2012	Lisboa

#### Mariposa

50m	27.27	Oliveira, Sara Freitas	85	POR	FCP	07-04-2011	Eindhoven (NED)
-----	-------	------------------------	----	-----	-----	------------	-----------------

### Piscina longa (50m)

### Piscina longa (50m)

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 12:40 - Página 1



100m	58.76	Oliveira, Sara Freitas	85	POR	FCP	12-08-2010	Budapeste (HUN)
200m	2:08.03	Monteiro, Ana Catarina	93	POR	CFV	06-08-2018	Glasgow (GBR)
<b>Estilos</b>							
200m	2:19.47	Abreu, Marta Pereira	92	POR	FCP	03-04-2011	Rio Maior
400m	4:49.45	Duraes, Diana Margarida	95	POR	FCP	11-03-2016	Oeiras
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:46.22	Marta Marinho, Sara Loureiro, Alexandr	POR	ve	FCP	01-04-2011	Rio Maior
4 x 100m	3:52.07	Sara Oliveira, Alexandra Oliveira, Joani	POR	Trig	FCP	13-07-2010	Coimbra
4 x 200m	8:27.04	Sara Oliveira, Marta Marinho, Joana R	POR	ies	FCP	01-04-2011	Rio Maior
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:56.50	Marta Marinho, Joana Carvalho, Sara C	POR	a,	FCP	01-04-2010	Coimbra
4 x 100m	4:17.41	Marta Marinho, Joana Carvalho, Sara C	POR	a,	FCP	01-04-2010	Coimbra
<b>Masc., Sen</b>							
<b>Livres</b>							
50m	22.51	Santos, Paulo Jorge	89	POR	FCP	30-05-2009	Coimbra
100m	50.01	Santos, Paulo Jorge	89	POR	FCP	29-07-2009	Rome (ITA)
200m	1:48.98	Vaz, Luis Manuel	91	POR	GDNVNF	25-07-2014	Oeiras
400m	3:52.29	Maia, Jorge Manuel	89	POR	GDNVNF	14-06-2008	Malaga (ESP)
800m	8:05.35	Costa, Fernando Eurico	85	POR	LSC	27-07-2007	Aveiro
1500m	15:16.22	Costa, Fernando Eurico	85	POR	LSC	14-08-2007	Bangkok (THA)
<b>Costas</b>							
50m	26.12	Costa, Joao Nogueira	01	POR	VSC	14-08-2020	Loule
100m	55.08	Costa, Joao Nogueira	01	POR	VSC	15-08-2020	Loule
200m	1:59.78	Costa, Joao Nogueira	01	POR	VSC	16-08-2020	Loule
<b>Bruços</b>							
50m	28.37	Almeida, Carlos Esteves	88	POR	FCP	22-08-2014	Berlim (GER)
100m	1:02.02	Almeida, Carlos Esteves	88	POR	FCP	18-08-2014	Berlim (GER)
200m	2:14.13	Almeida, Carlos Esteves	88	POR	FCP	13-04-2014	Palma de Maiorca (ESP)
<b>Mariposa</b>							
50m	24.63	Niz, Adriano Miguel	86	POR	INDANP	18-07-2009	Faro
100m	54.41	Niz, Adriano Miguel	86	POR	CFV	21-04-2007	Coimbra
200m	1:59.99	Monteiro, Luis Miguel	83	POR	FCP	31-07-2002	Berlin (GER)
<b>Estilos</b>							
200m	2:04.47	Almeida, Carlos Esteves	88	POR	FCP	18-04-2014	Povoa de Varzim
400m	4:30.01	Almeida, Carlos Esteves	88	POR	FCP	19-04-2014	Povoa de Varzim
<b>Masc., Jun-18</b>							
<b>Livres</b>							
50m	22.98	Santos, Paulo Jorge	89	POR	FCP	22-07-2007	Antuerpia (BEL)
100m	51.32	Monteiro, Luis Miguel	87	POR	FCP	02-08-2001	Loule
200m	1:50.76	Vaz, Luis Emanuel	91	POR	GDNVNF	19-07-2009	Faro
400m	3:58.61	Monteiro, Luis Miguel	83	POR	FCP	03-08-2001	Loule
800m	8:16.64	Costa, Fernando Eurico	85	POR	LSC	24-01-2003	Luxemburgo (LUX)
1500m	15:34.51	Costa, Fernando Eurico	85	POR	LSC	24-01-2003	Luxemburgo (LUX)
<b>Costas</b>							
50m	26.22	Costa, Joao Nogueira	91	POR	VSC	22-08-2019	Budapeste (HUN)
100m	55.18	Costa, Joao Nogueira	01	POR	VSC	20-08-2019	Budapeste (HUN)
200m	2:00.07	costa, Joao Nogueira	01	POR	VSC	25-08-2019	Budapeste (HUN)
<b>Bruços</b>							
50m	29.38	Amorim, Alexandre Ferreira	99	POR	CLAMAS	01-07-2017	Porto

100m	1:04.37	Neiva, Henrique Pereira	84	POR	CFV	12-07-2002	Linz (AUT)
200m	2:18.32	Neiva, Henrique Pereira	84	POR	CFV	14-07-2002	Linz (AUT)
<b>Mariposa</b>							
50m	24.78	Lino, Rafael	99	POR	FCP	27-05-2017	Chalon Sur Saone (FRA)
100m	55.40	Monteiro, Luis Miguel	83	POR	FCP	04-08-2001	Loule
200m	2:02.35	Pereira, Fabio Miguel	86	POR	CFV	17-07-2004	Jamor
<b>Estilos</b>							
200m	2:06.16	Araujo, Paulo Ricardo	89	POR	GDNVNF	19-07-2007	Antuerpia (BEL)
400m	4:31.48	Araujo, Paulo Ricardo	89	POR	GDNVNF	22-07-2007	Antuerpia (BEL)
<b>Femin., Sen</b>							
<b>Livres</b>							
50m	26.02	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	FCP	19-04-2014	Povoa de Varzim
100m	56.86	Loureiro, Sara Beatriz	87	POR	FCP	20-06-2009	Porto
200m	2:02.65	Duares, Diana Margarida	95	POR	FCP	13-03-2016	Oeiras
400m	4:13.34	Duares, Diana Margarida	95	POR	FCP	12-03-2016	Oeiras
800m	8:43.58	Duares, Diana Margarida	95	POR	FCP	13-03-2016	Oeiras
1500m	16:46.57	Andre, Angelica Maria	94	POR	LSC	07-07-2013	Famalicao
<b>Costas</b>							
50m	29.40	Marinho, Marta Vieira	91	POR	FCP	10-04-2010	Coimbra
100m	1:03.45	Marinho, Marta Vieira	91	POR	FCP	10-04-2010	Coimbra
200m	2:18.29	Marinho, Marta Vieira	91	POR	FCP	09-04-2010	Coimbra
<b>Bruços</b>							
50m	32.58	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	FCP	19-04-2014	Povoa de Varzim (PRK)
100m	1:11.55	Rodrigues, Ana Pinho	13	POR	FCP	18-05-2013	Gijon (ESP)
200m	2:34.54	Ferreira, Barbara Sousa	85	POR	CNMAIA	13-06-2004	Loule
<b>Mariposa</b>							
50m	27.27	Oliveira, Sara Freitas	85	POR	FCP	07-04-2011	Eindhoven (NED)
100m	58.76	Oliveira, Sara Freitas	85	POR	FCP	12-08-2010	Eindhoven (NED)
200m	2:08.03	Monteiro, Ana Catarina	93	POR	CFV	06-08-2018	Glasgow (GBR)
<b>Estilos</b>							
200m	2:19.10	Duares, Diana Margarida	95	POR	FCP	24-07-2016	Oeiras
400m	4:49.45	Duares, Diana Margarida	95	POR	FCP	11-03-2016	Oeiras
<b>Masc., Jun-17</b>							
<b>Livres</b>							
50m	23.90	Monteiro, Luis Miguel	83	POR	FCP	20-05-2000	Lisboa
100m	51.95	Santos, Paulo Jorge	89	POR	FCP	24-03-2006	Lisboa
200m	1:52.84	Lopes, Tomas Teixeira	02	POR	FOCA	02-08-2019	Funchal
400m	3:59.53	Lopes, Tomas Teixeira	02	POR	FOCA	24-05-2019	Coimbra
800m	8:21.47	Pinto, Antonio Fernando	99	POR	LSXXI	11-03-2016	Oeiras
1500m	15:53.24	Costa, Fernando Eurico	03	POR	LSC	28-07-2002	Lisboa
<b>Costas</b>							
50m	26.99	Costa, Joao Nogueira	01	POR	VSC	26-07-2018	Lisboa
100m	57.76	Costa, Joao Nogueira	01	POR	VSC	28-07-2018	Lisboa
200m	2:04.96	Niz, Adriano Miguel	86	POR	CFV	01-08-2003	Glasgow (GBR)
<b>Bruços</b>							
50m	29.58	Santos, Andre Goncalo	97	POR	LSC	13-07-2014	Dordrecht (NED)
100m	1:04.62	Silva, Ricardo Ribeiro	92	POR	CFV	11-07-2009	Praga (CZE)
200m	2:19.00	Santos, Andre Goncalo	97	POR	LSC	26-07-2014	Oeiras

**Piscina longa (50m)**

**Piscina longa (50m)**

<b>Mariposa</b>							
50m	25.55	Fernandes, Pedro Miguel	99	POR	VSC	21-07-2016	Oeiras
100m	57.26	Silva, Joao Carlos	96	POR	GDNF	25-07-2015	Coimbra
200m	2:05.32	Silva, Joao Carlos	98	POR	GDNVNF	26-07-2015	Coimbra
<b>Estilos</b>							
200m	2:08.21	Niz, Adriano Miguel	86	POR	CFV	29-03-2003	Lisboa
400m	4:33.38	Niz, Adriano Miguel	86	POR	CFV	29-03-2003	Lisboa
<b>Femin., Jun-17</b>							
<b>Livres</b>							
50m	26.82	Duraes, Diana Margarida	86	POR	FCP	20-07-2013	Famalicao
100m	57.03	MARTINS, Francisca Soares	02	POR	FOCA	14-08-2020	Loule
200m	2:03.11	MARTINS, Francisca Soares	03	POR	FOCA	16-08-2020	Loule
400m	4:20.42	Martins, Francisca Soares	03	POR	FOCA	15-08-2020	Loule
800m	8:54.86	Andre, Angelica Maria	94	POR	LSC	04-06-2011	Porto
1500m	17:00.95	Andre, Angelica Maria	94	POR	LSC	29-05-2011	Coimbra
<b>Costas</b>							
50m	30.89	Santos, Alexandra Jesus	00	POR	LSC	18-12-2016	Povoa de Varzim
100m	1:06.47	Silva, Joana Carina	97	POR	LSXXI	05-04-2014	Coimbra
200m	2:20.74	Rocha, Ines Neto	01	POR	CAP	25-03-2018	Funchal
<b>Bruços</b>							
50m	31.60	Carvalho, Joana Catarina	92	POR	FCP	30-05-2009	Coimbra
100m	1:10.62	Carvalho, Joana Catarina	92	POR	FCP	31-05-2009	Coimbra
200m	2:33.75	Oliveira, Paula Alexandra	96	POR	FCP	20-07-2013	Famalicao
<b>Mariposa</b>							
50m	28.31	Oliveira, Sara Freitas	85	POR	FCP	29-07-2002	Berlin (GER)
100m	1:00.95	Oliveira, Sara Freitas	85	POR	FCP	01-08-2002	Berlin (GER)
200m	2:12.56	Oliveira, Sara Freitas	85	POR	FCP	04-08-2002	Berlin (GER)
<b>Estilos</b>							
200m	2:20.41	Duraes, Diana Margarida	96	POR	FOCA	18-05-2013	Gijon (ESP)
400m	4:58.10	Ferreira, Barbara Sousa	02	POR	CNMAIA	15-06-2002	Porto
<b>Masc., Juv A</b>							
<b>Livres</b>							
50m	24.44	Rodrigues, Tiago Moura	03	POR	CLIP	16-03-2019	Povoa de Varzim
100m	53.46	Maia, Jorge Manuel	89	POR	GDNVNF	29-05-2005	Lisboa
200m	1:55.02	Maia, Jorge Manuel	89	POR	GDNVNF	08-07-2005	Lignano (ITA)
400m	4:02.13	Maia, Jorge Manuel	89	POR	GDNVNF	29-05-2005	EULisboa
800m	8:28.22	Costa, Rui Filipe	91	POR	VSC	08-07-2007	Famalicao
1500m	16:04.07	Costa, Rui Filipe	91	POR	VSC	08-06-2007	Loulé
<b>Costas</b>							
100m	59.41	Rocha, Ricardo Filipe	02	POR	CAP	28-07-2018	Lisboa
200m	2:08.09	Niz, Adriano Miguel	86	POR	CFV	10-05-2002	Jamor
<b>Bruços</b>							
100m	1:05.43	Santos, Andre Goncalo	97	POR	LSC	16-07-2013	Utrecht (NED)
200m	2:24.92	Teodoro, Diogo Filipe	15	POR	CNMAIA	25-07-2015	Coimbra
<b>Mariposa</b>							
100m	58.01	Carvalho, Mateus Ribeiro	99	POR	GDNF	25-07-2015	Coimbra
200m	2:09.08	Carvalho, Mateus Ribeiro	99	POR	GDNF	26-07-2015	Famalicao
<b>Estilos</b>							
200m	2:10.71	Niz, Adriano Miguel	86	POR	CFV	19-05-2002	EULisboa

400m	4:37.49	Niz, Adriano Miguel	86	POR	CFV	18-05-2002	EULisboa
<b>Femin., Jun-16</b>							<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	26.74	Castro, Adriana Daniela	97	POR	FCP	26-05-2013	Coimbra
100m	58.06	Martins, Francisca Soares	03	POR	FOCA	04-08-2019	Funchal
200m	2:04.20	MARTINS, Francisca Soares	03	POR	FOCA	18-05-2019	Gijon (ESP)
400m	4:22.01	MARTINS, Francisca Soares	03	POR	FOCA	19-05-2019	Gijon (ESP)
800m	9:00.58	Silva, Alexandra Maria	67	POR	FCP	17-04-1983	Olivais
1500m	17:21.73	Amorim, Maria Leonor	03	POR	FCP	16-03-2019	Povoa de Varzim
<b>Costas</b>							
50m	29.93	Silva, Joana Carina	97	POR	LSXXI	12-07-2013	Poznan (POL)
100m	1:04.42	Silva, Joana Carina	97	POR	LSXXI	13-07-2013	Poznan (POL)
200m	2:21.27	Silva, Joana Carina	97	POR	LSXXI	10-07-2013	Poznan (POL)
<b>Bruços</b>							
50m	32.56	Oliveira, Paula Alexandra	96	POR	FCP	04-07-2012	Antwerp (BEL)
100m	1:11.62	Oliveira, Paula Alexandra	96	POR	FCP	26-07-2012	Lisboa
200m	2:32.77	Oliveira, Paula Alexandra	96	POR	FCP	01-01-1996	Lisboa
<b>Mariposa</b>							
50m	28.08	Soares, Catarina Silva	03	POR	FCP	01-08-2019	Funchal
100m	1:01.83	Cunha, Mariana Pacheco	04	POR	CNCE	01-02-2020	Povoa de Varzim
200m	2:17.09	Barbosa, Mariana Fernandes	93	POR	FCP	29-07-2018	Lisboa
<b>Estilos</b>							
200m	2:20.61	Duraes, Diana Margarida	96	POR	FOCA	03-06-2012	Porto
400m	4:54.00	Rocha, Ines Neto	01	POR	CAP	20-05-2017	Gijon (ESP)
<b>Masc., Juv B</b>							<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	25.27	Miranda, Jose Miguel	87	POR	CFP	10-07-1988	Antuerpia (BEL)
100m	54.53	Ascencao, Joao Miguel	97	POR	FCP	27-07-2012	Lisboa
200m	1:59.27	Costa, Rui Filipe	91	POR	VSC	28-07-2006	Coimbra
400m	4:06.22	Costa, Rui Filipe	91	POR	VSC	29-07-2006	Coimbra
800m	8:46.63	Costa, Rui Filipe	91	POR	VSC	06-07-2006	Porto
1500m	16:35.93	Costa, Rui Filipe	91	POR	VSC	06-07-2006	Porto
<b>Costas</b>							
100m	1:00.62	Rocha, Ricardo Filipe	02	POR	CAP	22-07-2017	Oeiras
200m	2:11.44	Rocha, Ricardo Filipe	02	POR	CAP	22-07-2017	Oeiras
<b>Bruços</b>							
100m	1:06.44	Santos, Andre Goncalo	97	POR	LSC	31-03-2012	Corfu (GRE)
200m	2:26.41	Fernandes, Luis Manuel	95	POR	GDNVNF	31-07-2010	Coimbra
<b>Mariposa</b>							
100m	59.58	Santos, Joao Pedro	96	POR	CFV	06-08-2011	Povoa de Varzim
200m	2:13.72	Carvalho, Igor Guterres	88	POR	CFV	27-07-2003	Restelo
<b>Estilos</b>							
200m	2:13.40	Silva, Tomas Correia	95	POR	FCP	20-06-2010	Catania (ITA)
400m	4:41.92	Silva, Tomas Correia	95	POR	FCP	30-07-2010	Coimbra
<b>Femin., Juv A</b>							<b>Piscina longa (50m)</b>
<b>Livres</b>							
50m	26.79	Soares, Catarina Silva	03	POR	FCP	29-07-2018	Lisboa

100m	58.25	Martins, Francisca Soares	00	POR	FOCA	29-07-2018	Lisboa
200m	2:05.85	MARTINS, Francisca Soares	03	POR	FOCA	27-07-2018	Lisboa
400m	4:26.91	Silva, Alexandra Maria	67	POR	FCP	16-04-1982	Buenos Aires (ARG)
800m	9:03.51	Silva, Alexandra Maria	67	POR	FCP	29-08-1982	Innsbruck (AUT)
1500m	17:52.94	Jorge, Alexandra Maria	76	POR	CFP	22-06-1991	Povoa de Varzim
<b>Costas</b>							
100m	1:03.92	Silva, Joana Carina	97	POR	LSXXI	06-04-2012	Coimbra
200m	2:17.38	Silva, Joana Carina	97	POR	LSXXI	05-04-2012	Coimbra
<b>Bruços</b>							
100m	1:12.29	Oliveira, Paula Alexandra	11	POR	FCP	06-02-2011	Povoa de Varzim
200m	2:33.45	Oliveira, Paula Alexandra	96	POR	FCP	08-02-2011	Povoa de Varzim
<b>Mariposa</b>							
100m	1:01.69	Cunha, Mariana Pacheco	04	POR	CFP	03-08-2019	Funchal
200m	2:19.82	Felgueiras, Raquel Maria	80	POR	SCB	01-07-1995	Porto
<b>Estilos</b>							
200m	2:21.75	Rocha, Ines Neto	01	POR	CAP	15-05-2016	Gijon (ESP)
400m	4:58.08	Duraes, Diana Margarida	96	POR	FOCA	05-08-2011	Povoa de Varzim
<b>Masc., Inf A</b>							
<b>Livres</b>							
50m	26.04	Portela, Miguel Azevedo	78	POR	FCP	01-01-1992	Porto
100m	55.54	Rodrigues, Tiago Moura	03	POR	CLIP	15-07-2017	Loule
200m	2:02.84	Teixeira, Tiago Manuel	96	POR	ADF	24-07-2010	Porto
400m	4:22.47	Pestana, Tiago	78	POR	FCP	07-08-1992	Aveiro
800m	9:02.00	Borges, Rui Paulo	67	POR	FCP	31-07-1981	Olivais
1500m	16:53.40	Borges, Rui Paulo	67	POR	FCP	31-07-1981	Olivais
<b>Costas</b>							
100m	1:03.70	Teixeira, Tiago Manuel	96	POR	ADF	23-07-2010	Porto
200m	2:17.44	Tinoco, Joao Pereira	00	POR	GDNVNF	19-07-2014	Loule
<b>Bruços</b>							
100m	1:09.91	Santos, Andre Goncalo	97	POR	LSC	23-07-2011	Lisboa
200m	2:33.82	Santos, Andre Goncalo	97	POR	LSC	24-07-2011	Lisboa
<b>Mariposa</b>							
100m	1:02.57	Goncalves, Jose Luis	05	POR	ADF	27-07-2019	Loulé
200m	2:21.19	Martins, Rafael Dias	93	POR	CNMAIA	22-07-2007	Faro
<b>Estilos</b>							
200m	2:19.70	Silva, Tomas Correia	95	POR	CFP	26-07-2009	S. Joao da Madeira
400m	4:48.40	Borges, Rui Paulo	67	POR	FCP	06-08-1981	Coimbra
<b>Femin., Juv B</b>							
<b>Livres</b>							
50m	27.54	Soares, Catarina Silva	03	POR	FCP	04-06-2017	Porto
100m	59.80	Faria, Ana Rita	00	POR	FCP	27-07-2014	Oeiras
200m	2:07.40	Cabral, Maria Francisca	00	POR	FCP	26-07-2014	Oeiras
400m	4:26.20	Cabral, Maria Francisca	00	POR	FCP	26-07-2014	Oeiras
800m	9:07.70	Silva, Alexandra Maria	67	POR	FCP	10-09-1981	Split (CRO)
1500m	18:13.98	Martins, Ana Filipa	97	POR	FOCA	17-07-2011	Famalicao
<b>Costas</b>							
100m	1:04.90	Silva, Joana Carina	97	POR	LSXXI	25-03-2011	LISBOA
200m	2:22.61	Silva, Joana Carina	97	POR	LSXXI	06-02-2011	Povoa de Varzim

**Piscina longa (50m)**

**Piscina longa (50m)**

<b>Bruços</b>							
100m	1:12.89	Oliveira, Paula Alexandra	96	POR	FCP	29-07-2010	Coimbra
200m	2:39.84	Oliveira, Paula Alexandra	96	POR	FCP	29-05-2010	Coimbra
<b>Mariposa</b>							
100m	1:03.73	Cunha, Mariana Pacheco	18	POR	CFP	19-05-2018	Coimbra
200m	2:22.10	Cunha, Mariana Pacheco	04	POR	CFP	20-05-2018	Coimbra
<b>Estilos</b>							
200m	2:23.60	Duraes, Diana Margarida	96	POR	FOCA	01-08-2010	Coimbra
400m	5:01.00	Rocha, Ines Neto	01	POR	CAP	24-07-2015	Coimbra
<b>Masc., Inf B</b>							
<b>Piscina longa (50m)</b>							
<b>Livres</b>							
50m	27.00	Miranda, Jose Miguel	73	POR	CFP	11-08-1986	Coimbra
100m	58.80	Miranda, Jose Miguel	73	POR	CFP	12-08-1986	Coimbra
200m	2:08.21	Santos, Gabriel Moreira	04	POR	GDNVNF	15-07-2017	Loulé
400m	4:33.32	Borges, Rui Paulo	67	POR	FCP	02-08-1980	Olivais
800m	9:22.00	Borges, Rui Paulo	67	POR	FCP	17-08-1980	Coimbra
1500m	17:36.07	Borges, Rui Paulo	67	POR	FCP	17-08-1980	Coimbra
<b>Costas</b>							
100m	1:06.00	Morais, Hugo Gabriel	00	POR	GDNVNF	12-07-2013	S. Joao da Madeira
200m	2:23.91	Morais, Hugo Gabriel	00	POR	GDNVNF	13-07-2013	S. Joao da Madeira
<b>Bruços</b>							
100m	1:11.95	Santos, Andre Goncalo	97	POR	LSC	24-07-2010	Porto
200m	2:39.45	Santos, Miguel Angelo	00	POR	GDNVNF	14-07-2013	S. Joao da Madeira
<b>Mariposa</b>							
100m	1:06.10	Cunha, Afonso Passos	01	POR	GDNVNF	19-07-2014	Loule
100m	1:06.10	Goncalves, Jose Luis	05	POR	ADF	21-07-2018	São João da Madeira
100m	1:06.10	Souto, Sergio Minhoto	73	POR	LSC	10-08-1986	Coimbra
200m	2:26.30	Borges, Rui Paulo	67	POR	FCP	03-08-1980	Olivais
<b>Estilos</b>							
200m	2:27.66	Amorim, Hugo	81	POR	IND	23-07-1994	S. Joao da Madeira
400m	5:07.83	Borges, Rui Paulo	67	POR	FCP	16-08-1980	Coimbra
<b>Femin., Inf A</b>							
<b>Piscina longa (50m)</b>							
<b>Livres</b>							
50m	28.50	Gomes, Virgilia Soraya	79	POR	FCP	11-02-1989	Olivais
100m	1:01.62	Ribeiro, Nina Pinto	02	POR	FOCA	18-07-2015	Oeiras
200m	2:11.43	Silva, Alexandra Maria	67	POR	FCP	12-04-1980	Chamartin (ESP)
400m	4:31.53	Silva, Alexandra Maria	67	POR	FCP	08-08-1980	Skovde (TAN)
800m	9:14.85	Silva, Alexandra Maria	67	POR	FCP	10-08-1980	Skovde (SWE)
1500m	19:14.55	Cerqueira, Ana Sofia	88	POR	LSC	04-07-2001	Povoa de Varzim
<b>Costas</b>							
100m	1:08.88	Oliveira, Ana Rita	04	POR	CNPO	15-07-2017	Loulé
200m	2:29.80	Freitas, Marisa Santos	86	POR	AHBVG	01-08-1999	EULisboa
<b>Bruços</b>							
100m	1:18.87	Cunha, Beatriz Ribeiro	01	POR	FOCA	20-07-2014	Loulé
200m	2:46.83	Rocha, Ines Neto	01	POR	GESP	19-07-2014	Loulé
<b>Mariposa</b>							
100m	1:07.84	Felgueiras, Raquel Maria	80	POR	SCB	01-01-1993	Lisboa
200m	2:26.29	Felgueiras, Raquel Maria	80	POR	SCB	25-05-1993	

<b>Estilos</b>							
200m	2:29.38	Rocha, Ines Neto	01	POR	GESP	19-07-2014	Loule
400m	5:11.89	Duraes, Diana Margarida	96	POR	FOCA	24-07-2009	S. Joao da Madeira
<b>Femin., Inf B</b>							
<b>Livres</b>							
50m	29.36	Felgueiras, Raquel Maria	80	POR	SCB	01-01-1992	Espinho
100m	1:03.80	Silva, Alexandra Maria	67	POR	FCP	21-07-1979	Genova
200m	2:15.20	Silva, Alexandra Maria	67	POR	FCP	22-07-1979	
400m	4:43.70	Silva, Alexandra Maria	67	POR	FCP	27-07-1979	Funchal
800m	9:44.17	Costa, Ana Silva	98	POR	GDNVNF	24-07-2010	Porto
1500m	19:52.07	Gomes, Lara Marina	79	POR	FCP	22-06-1991	Povoa de Varzim
<b>Costas</b>							
100m	1:10.04	Sousa, Keissy Joselin	85	POR	FCP	27-04-1997	Toulouse (FRA)
200m	2:33.03	Sousa, Keissy Joselin	85	POR	FCP	27-07-1997	Famalicão
<b>Bruços</b>							
100m	1:20.63	Cunha, Beatriz Ribeiro	01	POR	FOCA	14-07-2013	S. Joao da Madeira
200m	2:53.20	Rocha, Ines Neto	01	POR	GESP	13-07-2013	S. Joao da Madeira
<b>Mariposa</b>							
100m	1:10.86	Felgueiras, Raquel Maria	80	POR	SCB	26-07-1992	Porto
200m	2:38.54	Felgueiras, Raquel Maria	80	POR	SCB	10-07-1992	
<b>Estilos</b>							
200m	2:34.44	Freitas, Marisa Santos	88	POR	AHBVG	25-07-1998	Campanhã
400m	5:21.24	Freitas, Marisa Santos	88	POR	AHBVG	24-07-1998	Campanhã
<b>Masc., Sen</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:32.94	Paulo Santos, Joao Carvalho, Fabio Figueira, Paulo Santos, Joao Carvalho, Joao Carvalho, Joao Carvalho, Joao Carvalho		POR	IFCPI Murat	26-07-2012	Oeiras
4 x 100m	3:26.21	Paulo Santos, Fabio Figueira, Joao Carvalho, Paulo Santos, Paulo Santos, Paulo Santos, Paulo Santos, Paulo Santos		POR	IFCPI Murat	27-07-2012	Oeiras
4 x 200m	7:37.31	Jorge Maia, Paulo Araujo, Adriano Niz, Paulo Santos, Paulo Santos, Paulo Santos, Paulo Santos, Paulo Santos		POR	GDNVNF	02-04-2011	Rio Maior
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:44.57	Gil Pinto, Sergio Silva, Carlos Santos, Gil Pinto, Carlos Almeida, Carlos Santos, Gil Pinto, Carlos Almeida, Carlos Santos		POR	IFCPI Murat	06-04-2012	Coimbra
4 x 100m	3:49.28	Gil Pinto, Carlos Almeida, Carlos Santos, Gil Pinto, Carlos Almeida, Carlos Santos, Gil Pinto, Carlos Almeida, Carlos Santos		POR	IFCPI Murat	18-04-2014	Póvoa de Varzim
<b>Femin., Sen</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:46.22	Marta Marinho, Sara Oliveira, Joana Rebelo, Sara Oliveira, Sara Oliveira, Sara Oliveira, Sara Oliveira, Sara Oliveira		POR	IFCPI Murat	01-04-2011	Rio Maior
4 x 100m	3:52.07	Sara Oliveira, Marta Marinho, Joana Rebelo, Sara Oliveira, Sara Oliveira, Sara Oliveira, Sara Oliveira, Sara Oliveira		POR	IFCPI Murat	30-07-2010	Coimbra
4 x 200m	8:27.04	Sara Oliveira, Marta Marinho, Joana Rebelo, Sara Oliveira, Sara Oliveira, Sara Oliveira, Sara Oliveira, Sara Oliveira		POR	IFCPI Murat	01-04-2011	Rio Maior
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:56.50	Marta Marinho, Joana Carvalho, Sara Rebelo, Marta Marinho, Joana Carvalho, Sara Rebelo, Marta Marinho, Joana Carvalho, Sara Rebelo		POR	IFCPI Murat	01-04-2010	Coimbra
4 x 100m	4:17.41	Marta Marinho, Joana Carvalho, Sara Rebelo, Marta Marinho, Joana Carvalho, Sara Rebelo, Marta Marinho, Joana Carvalho, Sara Rebelo		POR	IFCPI Murat	01-04-2010	Coimbra
<b>Masc., Jun</b>							
<b>Livres Estafeta</b>							
4 x 50m	1:36.69	Rui Vilar, Nuno Vieira, Joao Almeida, Rui Vilar, Nuno Vieira, Joao Almeida, Rui Vilar, Nuno Vieira, Joao Almeida		POR	IFCPI Murat	27-03-2009	Lisboa
4 x 100m	3:34.25	Rui Vilar, Joao Almeida, Samuel Queiros, Rui Vilar, Joao Almeida, Samuel Queiros, Rui Vilar, Joao Almeida, Samuel Queiros		POR	IFCPI Murat	27-03-2009	Lisboa
4 x 200m	7:49.68	Adriano Niz, Joao Maia, Joao Pereira, Adriano Niz, Joao Maia, Joao Pereira, Adriano Niz, Joao Maia, Joao Pereira		POR	IFCPI Murat	28-03-2004	Jamor
<b>Estilos Estafeta</b>							
4 x 50m	1:48.60	Samuel Queiros, Sergio Silva, Carlos Santos, Samuel Queiros, Sergio Silva, Carlos Santos, Samuel Queiros, Sergio Silva, Carlos Santos		POR	IFCPI Murat	28-03-2009	Lisboa



4 x 100m	3:55.96	Samuel Queiros, Sergio Silva, Carlos SPORs, FCPilar	21-07-2009	Faro
<b>Femin., Jun,</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
Livres Estafeta				
4 x 200m	8:43.85	Futebol Clube do Porto	POR FCP	15-03-2019
		RAMOS, Ana Rita, BARBOSA, Mariana Fernandes, AMORIM, Maria Leonor, SOARES, Catarina Silva		Povoa de Varzim
<b>Femin., Jun</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
Livres Estafeta				
4 x 50m	1:52.50	Futebol Clube do Porto	POR FCP	19-03-2017
		PEGO, Isabel Porfirio, SILVA, Beatriz Santos, MAGALHAES, Barbara Vilela, FARIA, Ana Rita		Povoa de Varzim
4 x 100m	4:05.66	Futebol Clube do Porto	POR FCP	18-03-2017
		FARIA, Ana Rita, CABRAL, Maria Francisca, SILVA, Beatriz Santos, COSTA, Maria Carolina		Povoa de Varzim
4 x 200m	8:49.29	Futebol Clube do Porto	POR FCP	01-07-2017
		CABRAL, Maria Francisca, COSTA, Maria Carolina, SILVA, Beatriz Santos, FARIA, Ana Rita		Porto
Estilos Estafeta				
4 x 50m	2:04.37	Maria Amorim, Paula OLiveira, Silvia SPORs, AFCPeto	02-04-2011	Rio Maior
4 x 100m	4:26.70	Maria Amorim, Paula Oliveira, Silvia SoPOR. AiFCPeto	07-08-2011	Povoa de Varzim
<b>Masc., Juv A</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
Livres Estafeta				
4 x 100m	3:39.68	Joao Ascensao, Luis Oliveira, EduardoPORno:FCPben Lo	19-07-2013	Famalicao
4 x 200m	8:02.80	Eduardo Ramos, Luis Oliveira, Jorge PORs, .FCP Ascens	18-07-2013	Famalicao
		RAMOS, Eduardo Salgado, OLIVEIRA, Luis Carlos, NUNES, Jorge Miguel, ASCENSAO, Joao Miguel		
Estilos Estafeta				
4 x 100m	4:07.60	Joao Ascensao, Luis Oliveira, EduardoPORno:FCPben Lo	21-07-2013	Famalicao
<b>Masc., Juv</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
Livres Estafeta				
4 x 100m	3:39.68	Tempo Limite		
4 x 200m	8:02.80	Tempo Limite		
Estilos Estafeta				
4 x 100m	4:07.35	Grupo Desportivo de Natacao de VN FPORicaGDNF		Oeiras
<b>Masc., Juv B</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
Livres Estafeta				
4 x 100m	3:45.99	Joao Ascensao, Eduardo Ramos, JorgPORneFCPben Lc	27-07-2012	Oeiras
4 x 200m	8:17.45	Joao Ascensao, Ruben Lopes, Jorge PORs, IFCPrdo Ra	26-07-2012	Oeiras
Estilos Estafeta				
4 x 100m	4:09.78	Joao Tinoco, Miguel Santos, Hugo MorPORJosGDNVNF	04-04-2015	Coimbra
		'' '' ''		
<b>Femin., Juv A</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
Livres Estafeta				
4 x 100m	4:06.43	Maria Cabral, Marta Canedo, Joana PePOR AiFCParia		Coimbra
		'' '' ''		
4 x 200m	8:00.49	Maria Cabral, Marta Canedo, Joana PePOR AiFCParia	01-04-2015	Coimbra
		'' '' ''		
Estilos Estafeta				
4 x 100m	4:40.48	Graca Araujo, Barbara Goncalves, GraPORaujGDNVNFst	30-03-2013	Coimbra

<b>Femin., Juv</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
Livres Estafeta				
4 x 100m	4:03.10	IAna Faria, Beatriz Silva, Maria Costa, IPOR, CFCPI	24-07-2015	Coimbra
4 x 200m	8:46.61	Maria Cabral, Maria Costa, Isabel PegcPOR, FFCP	23-07-2015	Coimbra
Estilos Estafeta				
4 x 100m	4:38.17	Isabel Pego, Beatriz Silva, Maria CabraPOR, FFCP	05-07-2015	Famalicao
<b>Masc., Inf A</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
Livres Estafeta				
4 x 100m	3:52.27	Jose Freitas, Hugo Morais, Joao TinocPOR, guGDNVNF	19-07-2014	Loule
4 x 200m	8:36.13	Jose P. Freitas, Joao P. Tinoco, Hugo (POR), raiGDNVNF A.	18-07-2014	Loulé
Estilos Estafeta				
4 x 100m	4:18.17	Joao Tinoco, Daniel Silva, Hugo MoraiPOR, seIGDNVNF	20-07-2014	Loule
<b>Femin., Juv B</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
Livres Estafeta				
4 x 100m	4:12.11	Marta Marinho, Claudia Moreno, Silvia MPOR, ar, FCP, 2vedo	22-07-2005	Coimbra
4 x 200m	8:53.79	Maria Cabral, Ana La Feria, Mafalda OliPOR, AFCP, aria	24-07-2014	Oeiras
Estilos Estafeta				
4 x 100m	4:42.26	Catarina Jardim, Barbara Goncalves, CPOR, Al, GDNVNF, 2o, 29-07-2012		Jamor
<b>Masc., Inf</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
Livres Estafeta				
4 x 100m	3:52.27	Jose Freitas, Hugo Morais, Joao TinocPOR, guGDNVNF	19-07-2013	Loule
4 x 200m	8:36.13	Jose P. Freitas, Joao P. Tinoco, Hugo (POR), raiGDNVNF A.	18-07-2014	Loulé
Estilos Estafeta				
4 x 100m	4:18.17	Joao Tinoco, Daniel Silva, Hugo MoraiPOR, seIGDNVNF	20-07-2014	Loulé
<b>Masc., Inf B</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
Livres Estafeta				
4 x 100m	4:11.42	Joao Tinoco, Miguel Santos, Daniel SilPOR, ugGDNVNF	13-07-2013	S. Joao da Madeira
4 x 200m	9:04.48	Miguel Santos, Hugo Morais, Daniel SilPOR, oaGDNVNF SANTOS, Miguel Angelo, MORAIS, Hugo Gabriel, SILVA, Daniel Pereira, TINOCO, Joao Pereira	12-07-2013	S. Joao da Madeira
Estilos Estafeta				
4 x 100m	4:41.06	Joao Tinoco, Miguel Santos, Hugo MorPOR, arGDNVNF TINOCO, Joao Pereira, SANTOS, Miguel Angelo, MORAIS, Hugo Gabriel, SILVA, Daniel Pereira	14-07-2013	S. Joao da Madeira
<b>Femin., Inf A</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
Livres Estafeta				
4 x 100m	4:17.13	Ana Costa, Carla Alves, Catarina JardimiPOR, arbGDNF, ncalv	24-07-2011	Lisboa
4 x 200m	9:07.81	Ana Costa, Carla Alves, Catarina JardimiPOR, arbGDNVNF, Falv	22-07-2011	Lisboa
Estilos Estafeta				
4 x 100m	4:47.54	Catarina Jardim, Barbara Goncalves, CPOR, Al, GDNVNF, 2o, 23-07-2011		Lisboa
<b>Femin., Inf</b>				<b>Piscina longa (50m)</b>
Livres Estafeta				
4 x 100m	4:17.13	Tempo Limite		
4 x 200m	9:07.81	Tempo Limite		



**Estilos Estafeta**

4 x 100m 4:47.54 Tempo Limite

**Femin., Inf B**

**Livres Estafeta**

4 x 100m 4:26.09 Ana Costa, Catarina Jardim, Carla AlvesPORbaFCPoncalve25-07-2010

4 x 200m 9:28.03 Ana Costa, Carla Alves, Barbara GonciPOR, CGDNVNFard23-07-2010

**Estilos Estafeta**

4 x 100m 5:48.39 Sílvia Silva, Joana Teixeira, Sofia Carv PORPa ATG Silva 07-07-2019

**Piscina longa (50m)**

Porto

Porto

Famalicao