

1 - 1ª Jornada

04/12/2021 - 9:00

Prova 1	Misto, 4 x 50m Estilos				AG 100 - 359
04/12/2021					Lista inscritos
RN 1(100-119)	2:01.44	Clube Desportivo Nacional	CDN	Funchal	17/01/2015
RN 2(120-159)	1:58.14	Futebol Clube do Porto	FCP	Vila Franca de Xira	20/01/2018
RN 3(160-199)	2:05.82	Futebol Clube do Porto	FCP	Mealhada	19/01/2019
RN 4(200-239)	2:14.25	Futebol Clube do Porto	FCP	Mealhada	19/01/2019
RN 5(240-279)	2:38.20	Sport Alges e Dafundo	SAD	Sines	28/01/2017
RN 6(280-319)	3:19.17	Sport Alges e Dafundo	SAD	Sines	28/01/2017
RN 7(320-359)	59:00.00	start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	ANO	Cat	Tempo de Inscrição	
1		160 - 199	CFP	2:22.11
2		120 - 159	LSC	2:24.30
3		160 - 199	LSC	2:24.76
4		120 - 159	CAPGE	2:25.55
5		160 - 199	CDF	2:29.22
6		120 - 159	CFP	2:38.22
7		240 - 279	FCP	2:55.75
8		240 - 279	LSC	3:08.43
9		200 - 239	LSC	3:11.16
10		280 - 319	CFP	4:24.38
11		200 - 239	CDF	NT
12		100 - 119	CDF	NT
13		120 - 159	CNAL	NT
14		120 - 159	GDNFAMA	NT
15		160 - 199	GCST	NT
16		120 - 159	GCST	NT
17		160 - 199	CNV	NT
18		200 - 239	CNV	NT
19		160 - 199	FCP	NT
20		160 - 199	APUVE	NT

Prova 2 04/12/2021	Femin., 1500m Livres				25 anos e mais velhos Lista inscritos
RN A(25-29)	19:00.78	SILVA, Carolina Santos	CNMAIA	Porto	08/11/2014
RN M(85-89)	59:00.00	, start			
RN L(80-84)	59:00.00	, start			
RN K(75-79)	59:00.00	, start			
RN J(70-74)	59:00.00	, start			
RN I(65-69)	24:30.19	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Porto	28/11/2015
RN H(60-64)	24:36.53	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Porto	08/11/2014
RN G(55-59)	59:00.00	, start			
RN F(50-54)	20:48.64	GRILLO, Ana Paula	NDCO	Pacos de Ferreira	16/11/2019
RN E(45-49)	20:28.21	PEREIRA, Patricia Diogenes	SAD	Porto	28/11/2015
RN D(40-44)	19:28.04	GOMES, Susana Clara	CNF	Funchal	26/11/2016
RN C(35-39)	20:33.67	PEREIRA, Patricia Diogenes	CFBE	San Lorenzo (ESP)	
RN B(30-34)	18:54.87	SILVA, Carolina Santos	GCST	Porto	28/10/2018

Masters FEM : 27:30.00

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição		
1	NEVES, Isabel Carolina	80	Esc D	CFP	27:42.27	50m
2	PRIOR, Ana Filipa	77	Esc D	CCLV	NT	
3	CARVALHO, Helena Paula	64	Esc G	SCP	NT	

Prova 3 04/12/2021	Masc., 1500m Livres				25 anos e mais velhos Lista inscritos
RN A(25-29)	15:50.89	RIBEIRO, Hugo Alberto	INDANP	Porto	28/11/2015
RN B(30-34)	17:16.65	NIZ, Adriano Miguel	GDNFAMA	Pacos de Ferreira	16/11/2019
RN C(35-39)	18:17.18	CABRITA, Carlos Neves	UDCA	Londres (GBR)	25/11/2006
RN D(40-44)	18:49.19	SANTOS, Patrick	SCP	London (GBR)	24/11/2019
RN E(45-49)	17:33.84	FREITAS, Jose Carlos	CFP	Vigo (ESP)	25/03/2012
RN F(50-54)	17:28.53	FREITAS, Jose Carlos	CFP	Porto	28/11/2015
RN G(55-59)	18:03.28	FREITAS, Jose Carlos	INDNP	Porto	28/10/2018
RN H(60-64)	22:04.20	CORREIA, Alberto Vaz	SAD	Porto	28/11/2015
RN I(65-69)	59:00.00	, start			
RN J(70-74)	30:34.81	GASPAR, Alexandre Azevedo	SAD	Porto	28/11/2015
RN K(75-79)	59:00.00	, start			
RN L(80-84)	59:00.00	, start			
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Masters Masc : 25:00.00

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição		
1	COURAS, Ivan Mauricio	81	Esc D	CFP	19:16.66	50m
2	NEVES, Jose Pedro	81	Esc D	CFP	20:19.01	50m
3	MACEDO, Joao Miguel	74	Esc E	LSC	21:28.29	25m
4	CORREIA, Alberto Vaz	55	Esc I	FS	22:41.37	50m
5	BARROS, Francisco Santos	72	Esc E	FCP	23:26.23	50m
6	TORRES, Paulo Francisco	62	Esc G	CFP	23:36.41	50m
7	NEVES, Paulo Alexandre	66	Esc G	LSC	24:20.96	50m
8	GONCALVES, Pedro Nuno	72	Esc E	CFP	29:17.50	50m
9	BENTO, Jaime Carlos	61	Esc H	SAD	NT	
10	AFONSO, Hugo Andre	76	Esc E	SCP	NT	
11	CARVALHO, Paulo Paula	61	Esc H	SCP	NT	
12	NEIVA, Renato Pereira	89	Esc B	CFV	NT	
13	AITA, Cristian	77	Esc D	FCP	NT	
14	PASSOS, Francisco Zamith	83	Esc C	GDNFAMA	NT	

Prova 4  
04/12/2021

Femin., 100m Costas

25 anos e mais velhos  
Lista inscritos

RN A(25-29)	1:07.01	PINHEIRO, Filipa Mendes	EDV	Mealhada	18/01/2019
RN B(30-34)	1:09.23	GRILO, Ana Paula	UDCA	Funchal	05/04/2003
RN C(35-39)	1:09.91	GRILO, Ana Paula	UDCA	Caldas da Rainha	19/02/2005
RN D(40-44)	1:11.91	GRILO, Ana Paula	INDALEN	Lisboa	20/03/2010
RN E(45-49)	1:15.22	COUTINHO, Gisela Barbosa	FCP	Vila Franca de Xira	17/01/2020
RN F(50-54)	1:17.09	REZENDE, Monica Anjos	FCP	Mealhada	18/01/2019
RN G(55-59)	1:19.42	KRAEVA, Elena Nikolaevna	ADRCIMM	Tomar	30/01/2016
RN H(60-64)	1:37.00	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Tomar	28/01/2012
RN I(65-69)	1:42.96	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Sines	28/01/2017
RN J(70-74)	2:07.18	RAIMUNDO, Isabel Maria	SAD	Lisboa	26/02/2011
RN K(75-79)	2:08.60	RAIMUNDO, Isabel Maria	SAD	Pontevedra (ESP)	21/02/2015
RN L(80-84)	2:16.56	SA, Nair Gomes	ANE	Sines	02/03/2019
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição
1	MONTEIRO, Alexandra Sofia	92	Esc A	APUVE 1:13.48 25m
2	ALMEIDA, Graca Maria	73	Esc E	LSC 1:28.92 50m
3	GUEDES, Ana DAlte	80	Esc D	LSC 1:33.58 25m
4	CARVALHO, Elza Maria	76	Esc E	CFP 1:33.94 25m
5	BLANCO, Catarina Araujo	71	Esc F	CFP 1:36.92 25m
6	ORIOLI, Maria Liza	79	Esc D	CDF 1:44.64 50m
7	OLIVEIRA, Juliana Cabral	85	Esc C	CAPGE 1:40.17 25m
8	SILVA, Vivien Patricia Ferreira	62	Esc G	FCP 1:52.37 50m
9	MOURA, Cristina Isabel	63	Esc G	LSC 1:49.07 25m
10	FREITAS, Ana Rita	86	Esc C	CNAL 1:54.29 25m
11	PINTO, Maria Teresa	61	Esc H	LSC 2:02.90 25m
12	AZEVEDO, Regina Fernanda	59	Esc H	CDF 2:17.72 50m
13	LEITE, Teresa Sofia	92	Esc A	CDF NT
14	LEAL, Patricia Sousa	77	Esc D	CNAL NT
15	GARCIA, Ana Luisa	70	Esc F	LSC NT
16	HENRIQUES, Sara Gomes	85	Esc C	CNV NT
17	CARMO, Francisca Silva	94	Esc A	GDNFAMA NT

Prova 5 Masc., 100m Costas 25 anos e mais velhos  
04/12/2021 Lista inscritos

RN A(25-29)	56.06	POLIAKOV, Artiom Viatcheslavovitch	COL	Caldas da Rainha	13/04/2019
RN B(30-34)	56.96	NIZ, Adriano Miguel	GDNVNF	Santa Marta de Penaguiao	04/06/2016
RN C(35-39)	57.80	SEVIERI, Eduardo Ferreira	FCP	Vila Franca de Xira	17/01/2020
RN D(40-44)	1:01.68	LAURENTINO, Nuno Filipe	SAD	Sines	29/01/2017
RN E(45-49)	1:02.52	FARIA, Jorge Eduardo	ANE	Inatel	30/05/2009
RN F(50-54)	1:02.31	FARIA, Jorge Eduardo	SAD	Algés	06/04/2014
RN G(55-59)	1:10.70	CARVALHO, Paulo Paula	SCP	Mealhada	18/01/2019
RN H(60-64)	1:20.26	MAVIOLO, Vitor Manuel	SAD	Mealhada	18/01/2019
RN I(65-69)	1:21.35	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Lisboa	21/04/2011
RN J(70-74)	1:22.77	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Algés	29/03/2015
RN K(75-79)	1:31.92	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Sines	07/03/2020
RN L(80-84)	2:06.59	GOMES, Leonel Sousa	AAC	Mealhada	30/01/2010
RN M(85-89)	2:55.10	GOMES, Leonel Sousa	SAD	Sines	29/01/2017

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição
1	MENDES, Rui Alberto	75	Esc E	CFP 1:32.13 50m
2	MENESES, Pedro Bruno	62	Esc G	LSC 1:33.16 50m
3	SILVA, Filipe Miguel	74	Esc E	CFP 1:36.68 25m
4	BARROS, Mario Jorge	56	Esc I	FCP 1:45.99 50m
5	INVERNEIRO, Pedro Alexandre	71	Esc F	CFP 1:42.16 25m
6	SEQUEIRA, Francisco Manuel	66	Esc G	APUVE 1:52.84 50m
7	ANTUNES, Luis Miguel	68	Esc F	LSC 1:53.19 50m
8	FERREIRA, Jose Antonio	58	Esc H	LSC 2:06.90 50m
9	OLIVEIRA, David Jose	75	Esc E	CNAL 1:59.36 25m
10	LOPES, Mário Nuno	74	Esc E	CCLV NT
11	BAPTISTA, Filipe Jose	94	Esc A	CDF NT
12	PIMENTA, Daniel Filipe	95	Esc A	CNAL NT
13	SOARES, Jaime Antonio	87	Esc B	ADP NT
14	AITA, Cristian	77	Esc D	FCP NT

Prova 6 Femin., 200m Costas 25 anos e mais velhos  
04/12/2021 Lista inscritos

RN A(25-29)	2:25.91	NEVES, Vania Soares	CFP	Mealhada	20/01/2019
RN B(30-34)	2:25.88	GRILO, Ana Paula	UDCA	Inatel	23/03/2003
RN C(35-39)	2:33.17	GRILO, Ana Paula	UDCA	Inatel	05/02/2006
RN D(40-44)	2:39.07	GRILO, Ana Paula	INDALEN	Penafiel	20/11/2010
RN E(45-49)	2:43.05	COUTINHO, Gisela Barbosa	FCP	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN F(50-54)	2:50.10	FERREIRA, Isabel Baptista	ADRCIMM	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN G(55-59)	2:53.12	KRAEVA, Elena Nikolaevna	ADRCIMM	Vila Franca de Xira	21/01/2018
RN H(60-64)	3:32.50	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Abóboda	16/01/2011
RN I(65-69)	3:46.86	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Benedita	03/04/2016
RN J(70-74)	4:59.45	SA, Nair Gomes	SFP	Lisboa	19/04/2009
RN K(75-79)	5:11.80	SA, Nair Gomes	ANE	Caldas da Rainha	01/12/2018
RN L(80-84)	5:03.54	SA, Nair Gomes	ANE	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição
1	PRIOR, Ana Filipa	77	Esc D	CCLV 2:59.64 25m
2	BLANCO, Catarina Araujo	71	Esc F	CFP 3:38.49 25m
3	MACHADO, Maria Margarida	81	Esc D	APUVE 3:40.53 25m
4	SILVA, Ana Rosa	80	Esc D	FOCA 3:56.91 25m
5	NEVES, Isabel Carolina	80	Esc D	CFP 4:06.43 50m
6	ELOI, Ana Monica	96	Esc A	CLIPTEAM NT
7	GONÇALVES, Ana Paula	65	Esc G	CNMAL NT

Prova 6, Femin., 200m Costas

8 OLIVEIRA, Maria Manuela 74 Esc E SCE NT

Prova 7  
04/12/2021

Masc., 200m Costas

25 anos e mais velhos  
Lista inscritos

RN A(25-29)	2:02.10	NIZ, Adriano Miguel	GDNVNF	Mealhada	21/06/2015
RN B(30-34)	2:01.89	NIZ, Adriano Miguel	GDNVNF	Sines	28/01/2017
RN C(35-39)	2:04.82	SEVIERI, Eduardo Ferreira	FCP	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN D(40-44)	2:11.78	CARVALHO, Mario Moura	FCP	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN E(45-49)	2:17.46	FARIA, Jorge Eduardo	ANE	Lisboa	19/04/2009
RN F(50-54)	2:26.74	CHAVES, Antonio Aderito	FCP	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN G(55-59)	2:31.57	CARVALHO, Paulo Paula	SCP	Mealhada	19/01/2019
RN H(60-64)	2:53.97	MAVIOSO, Vitor Manuel	SAD	Caldas da Rainha	01/12/2018
RN I(65-69)	2:57.17	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Lisboa	20/06/2010
RN J(70-74)	3:26.76	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Vila Franca de Xira	20/01/2018
RN K(75-79)	3:23.24	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN L(80-84)	5:34.15	TEIXEIRA, Joao Rodrigues	AAC	Tomar	08/02/2020
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição		
1	REGO, Ricardo Amorim	84	Esc C	LSC	2:16.57	25m
2	CHAVES, Antonio Aderito	70	Esc F	FCP	2:26.74	25m
3	CARVALHO, Paulo Paula	61	Esc H	SCP	2:31.57	25m
4	GONCALVES, Americo Pedro	71	Esc F	CFP	2:36.68	25m
5	PIRES, Filipe Pinheiro	73	Esc E	FOCA	2:46.31	25m
6	FERNANDES, Ricardo Jorge	72	Esc E	CNV	3:18.59	25m
7	SILVA, Filipe Miguel	74	Esc E	CFP	3:38.47	50m
8	INVERNEIRO, Pedro Alexandre	71	Esc F	CFP	3:45.76	25m
9	ANTUNES, Luis Miguel	68	Esc F	LSC	3:49.04	25m
10	SOARES, Augusto Mariano	72	Esc E	GCST	5:19.87	25m
11	GONCALVES, Carlos Guimaraes	70	Esc F	CFP	NT	
12	PINTO, Paulo Monteiro	64	Esc G	FCP	NT	

Prova 8  
04/12/2021

Femin., 50m Livres

25 anos e mais velhos  
Lista inscritos

RN A(25-29)	27.85	RIBEIRO, Soraia Vanessa	LSC	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN B(30-34)	27.40	SEVIERI, Tatiana Gama	FCP	Vila Franca de Xira	20/01/2018
RN C(35-39)	27.63	GRILLO, Ana Paula	UDCA	Hürth (GER)	20/03/2004
RN D(40-44)	27.72	FIGUEIRA, Isabel Maria	CNFA	Mealhada	19/01/2019
RN E(45-49)	29.71	GAMONAL, Elena Alarcon	CNFA	Caldas da Rainha	05/04/2008
RN F(50-54)	30.55	GAMONAL, Elena Alarcon	CNFA	Palma Maiorca (ESP)	30/04/2011
RN G(55-59)	32.36	GAMONAL, Elena Alarcon	CNFA	Vila Franca de Xira	20/01/2018
RN H(60-64)	35.84	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Lisboa	16/04/2011
RN I(65-69)	36.20	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Algés	08/04/2017
RN J(70-74)	38.46	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Tomar	09/02/2020
RN K(75-79)	42.26	BASTO, Luisa Bessone	SAD	Sines	02/03/2019
RN L(80-84)	55.99	RAIMUNDO, Isabel Maria	SAD	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição		
1	ALMEIDA, Mariana Dias	93	Esc A	GCST	29.12	25m
2	JOSE, Helena Manuel	90	Esc B	GCST	30.97	25m
3	CUNHA, Joana Isabel	80	Esc D	CGA	31.04	25m
4	JOSE, Maria Joao	90	Esc B	GCST	31.37	25m
5	TEIXEIRA, Ana Catarina	95	Esc A	FOCA	33.01	25m
6	RIENDERHOFF, Yolanda	79	Esc D	SCE	34.90	50m
7	REIS, Filipa Isabel	87	Esc B	LSC	41.26	25m
8	MARTINS, Cristina Maria	71	Esc F	CAPGE	44.75	25m
9	SILVA, Vivien Patricia Ferreira	62	Esc G	FCP	45.03	25m
10	DUARTE, Paula Cristina	65	Esc G	CDF	50.15	25m
11	RIBEIRO, Margarida Maria	64	Esc G	CFP	51.88	50m
12	MARTINS, Delfina Maria	66	Esc G	GCST	52.51	50m
13	COSTA, Rosa Leitao	65	Esc G	FOCA	54.64	50m
14	MACHADO, Gracinda Maria	61	Esc H	GCST	55.34	50m
15	SANTOS, Debora Filipa	92	Esc A	CFV	1:00.00	25m
16	CABRAL, Maria Fatima	49	Esc J	CFP	1:26.69	50m
17	FONSECA, Maria Manuela	85	Esc C	LSC	NT	
18	CARDOSO, Ana Filipa	92	Esc A	CNV	NT	
19	HENRIQUES, Sara Gomes	85	Esc C	CNV	NT	
20	SANTOS, Maria Paula	71	Esc F	CNV	NT	
21	BENTO, Marta Prieto Santos Fontelonga	96	Esc A	FCP	NT	
22	GONCALVES, Filipa Guimaraes	81	Esc D	FCP	NT	
23	MOURA, Joana Azevedo Marinho Lemos	82	Esc C	FCP	NT	
24	FURTADO, Cristina Alexandra	96	Esc A	GDNFAMA	NT	



Prova 9 04/12/2021	Masc., 50m Livres			25 anos e mais velhos Lista inscritos	
RN A(25-29)	23.19	POLIAKOV, Artiom Viatcheslavovitch	COL	Caldas da Rainha	02/12/2018
RN B(30-34)	23.60	RIBEIRO, Carlos Andre	AACL	Mealhada	20/01/2019
RN C(35-39)	24.26	SEVIERI, Eduardo Ferreira	FCP	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN D(40-44)	24.19	MACHADO, Miguel Alexandre	CFP	Sheffield (GBR)	26/10/2019
RN E(45-49)	24.49	MACHADO, Miguel Alexandre	CFP	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN F(50-54)	25.54	FARIA, Jorge Eduardo	SAD	Algés	06/04/2014
RN G(55-59)	26.25	FARIA, Jorge Eduardo	SAD	Mealhada	20/01/2019
RN H(60-64)	29.75	MAVIOSO, Vitor Manuel	SAD	Benedita	03/04/2016
RN I(65-69)	31.44	CORREIA, Alberto Vaz	FS	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN J(70-74)	32.42	TRABUCO, Antonio Jose	SAD	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN K(75-79)	35.29	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN L(80-84)	42.02	GOMES, Leonel Sousa	AAC	Mealhada	31/01/2010
RN M(85-89)	54.73	GOMES, Leonel Sousa	SAD	Santa Marta de Penaguiao	04/06/2016
RN N(90-94)	1:04.21	BAPTISTA, Antonio Piores	AAC	Sines	29/01/2017

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição		
1	REGO, Ricardo Amorim	84	Esc C	LSC	24.79	25m
2	FONSECA, Jose Manuel	87	Esc B	LSC	27.55	50m
3	GONCALVES, Americo Pedro	71	Esc F	CFP	26.62	25m
4	RIBEIRO, Luis Manuel	91	Esc B	FOCA	28.01	50m
5	OLIVEIRA, Bruno Miguel	89	Esc B	GCST	28.43	50m
6	MACEDO, Nuno Miguel	82	Esc C	GDNFAMA	28.70	50m
7	CASTRO, Rui David	70	Esc F	CFP	29.15	50m
8	LOBO, Armindo Manuel	84	Esc C	VSC	29.13	50m
9	LOBO, Nuno Silva	63	Esc G	CFP	28.63	25m
10	BARROSO, Jose Miguel	62	Esc G	CFP	29.71	50m
11	ROCHA, Armando Moreira	74	Esc E	CDF	31.02	50m
12	VILAS, Hugo Miguel	78	Esc D	FCP	31.53	50m
13	CASTRO, Antonio Pedro	74	Esc E	LSC	31.72	50m
14	OLIVEIRA, Jorge Miguel	80	Esc D	CNV	30.66	25m
15	COHEN, Eduardo Jorge	59	Esc H	FCP	31.91	50m
16	ESPARRAGOZA, Luis Alberto	80	Esc D	SCE	31.06	25m
17	MENDES, Rui Alberto	75	Esc E	CFP	32.43	50m
18	AFONSO, Hugo Andre	76	Esc E	SCP	32.46	50m
19	CARDOSO, Vitor Manuel	72	Esc E	CNV	31.36	25m
20	CORREIA, Alberto Vaz	55	Esc I	FS	31.44	25m
21	CUNHA, Antonio Maria	71	Esc F	CFP	33.11	50m
22	CAMPOS, Bruno Gonçalo	76	Esc E	CCLV	33.28	50m
23	GUIMARAES, Edgar Manuel	80	Esc D	VSC	33.28	50m
24	FARIA, Decio Manuel	72	Esc E	CDF	32.60	25m
25	RAMOS, Rodrigo Alexandre	86	Esc C	CAPGE	33.27	25m
26	COUTO, Fernando Daniel	90	Esc B	ADP	34.66	50m
27	SOUSA, Agostinho Jorge	81	Esc D	VSC	35.22	50m
28	FERREIRA, Joao Pedro	95	Esc A	CNMAIA	34.04	25m
29	SILVA, Fernando Manuel	69	Esc F	CDF	35.45	50m
30	NOVAIS, Jose Orlando	78	Esc D	VSC	34.36	25m
31	GUEDES, Hugo Rafael	76	Esc E	LSC	35.69	50m
32	FLORIANO, Fabio	63	Esc G	SCE	34.62	25m
33	ESPINHEIRO, Alberto Nuno	62	Esc G	CDF	36.14	50m
34	FERREIRA, Rui Pedro	64	Esc G	CNMAIA	37.91	50m
35	AMARAL, Jose Rui	63	Esc G	CFP	36.82	25m
36	AFONSO, Antonio Eduardo	65	Esc G	GCST	38.76	50m
37	AREIAS, Rui Marcal	75	Esc E	CNAL	38.06	25m
38	SILVA, Antonio Paulo	67	Esc F	CDF	39.86	50m

Prova 9, Masc., 50m Livres

39	ANTUNES, Luis Miguel	68	Esc F	LSC	38.61	25m
40	PAIVA, Valdemar Silva	77	Esc D	CDF	40.80	50m
41	PEREIRA, Rui Abel	73	Esc E	CFP	42.07	25m
42	PAIVA, Henrique Silva	67	Esc F	CDF	42.24	25m
43	CECILIO, Antonio Alves	54	Esc I	CFP	42.43	25m
44	MARQUES, Antonio Jorge	51	Esc J	CFP	46.13	50m
45	MOURAO, Luis Joao	62	Esc G	CNV	44.89	25m
46	LEITE, Jose	48	Esc J	FOCA	45.45	25m
47	REIS, Vitor Santos	70	Esc F	CNAL	49.54	25m
48	TEIXEIRA, Albano Couto	63	Esc G	FOCA	49.73	25m
49	FERNANDES, Manuel Fernando	68	Esc F	FOCA	49.77	25m
50	COSTA, Antonio Goncalves	46	Esc K	CFP	50.29	25m
51	SOUSA, Antero Silva	43	Esc K	CFP	56.25	50m
52	MAGALHAES, Alfredo Coelho	53	Esc I	FCP	1:03.78	25m
53	CARVALHO, Alfredo Alexandre	73	Esc E	CDF		NT
54	OLIVEIRA, Antonio Pires	69	Esc F	CDF		NT
55	CAMPOS, Tiago Dourado	88	Esc B	CFV		NT
56	SALVADOR, Paulo Gonçalves	80	Esc D	CNN		NT
57	SILVA, Filipe Miguel	74	Esc E	CFP		NT
58	OLIVEIRA, Fernando Duarte	86	Esc C	CAPGE		NT
59	BORGES, Rui Pedro	74	Esc E	GCST		NT
60	FERREIRA, Cristiano Rocha	73	Esc E	GCST		NT
61	CASELHA, Jorge Miguel	95	Esc A	LSC		NT
62	NETO, Antonio Pais	95	Esc A	CNMAIA		NT
63	AMBRUS, Attila Janus	74	Esc E	CNV		NT
64	BARROS, Telmo Alexandre	79	Esc D	CNV		NT
65	FERREIRA, Luis Miguel	75	Esc E	CNV		NT
66	FERRAZ, Sandro Ricardo Costa	86	Esc C	FCP		NT
67	FERREIRA, Manuel Filipe Martins Rocha	87	Esc B	FCP		NT
68	SOUSA, Manuel Rui	80	Esc D	SCE		NT
69	MONTEIRO, Jorge Fernando	66	Esc G	APUVE		NT
70	CUNHA, Mario Rui	93	Esc A	GDNFAMA		NT
71	OLIVEIRA, Luís Manuel	88	Esc B	GDNFAMA		NT



Prova 10  
04/12/2021

Femin., 100m Mariposa

25 anos e mais velhos  
Lista inscritos

RN A(25-29)	1:05.71	RIBEIRO, Soraia Vanessa	ESJB	Mealhada	07/01/2018
RN B(30-34)	1:06.80	SILVA, Carolina Santos	GCST	Mealhada	01/12/2019
RN C(35-39)	1:06.87	GOMES, Susana Clara	CNF	Funchal	17/01/2015
RN D(40-44)	1:05.90	GOMES, Susana Clara	CNF	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN E(45-49)	1:12.81	COSTA, Maria Luisa	CFP	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN F(50-54)	1:17.16	GAMONAL, Elena Alarcon	CNFA	Portimão	28/04/2012
RN G(55-59)	1:21.04	GAMONAL, Elena Alarcon	CNFA	Vila Franca de Xira	20/01/2018
RN H(60-64)	1:38.17	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Lisboa	27/02/2011
RN I(65-69)	1:45.49	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Sines	05/03/2016
RN J(70-74)	1:52.86	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Tomar	09/02/2020
RN K(75-79)	59:00.00	, start			
RN L(80-84)	59:00.00	, start			
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição		
1	FRIAES, Maria Manuel	65	Esc G	FCP	1:42.70	50m
2	BARBARA, Sandra Santa	75	Esc E	GCST	1:47.01	50m
3	NEVES, Isabel Carolina	80	Esc D	CFP	1:54.50	50m
4	CARVALHO, Ines Silva	83	Esc C	CFP	NT	
5	SILVA, Vivien Patricia Ferreira	62	Esc G	FCP	NT	

Prova 11  
04/12/2021

Masc., 100m Mariposa

25 anos e mais velhos  
Lista inscritos

RN A(25-29)	55.90	PEREIRA, Mario Alexandre	CNAC	Mealhada	20/01/2019
RN B(30-34)	57.29	NIZ, Adriano Miguel	GDNVNF	Sines	29/01/2017
RN C(35-39)	59.12	SILVA, Pedro Miguel	CFV	Ponte de Sor	30/01/2011
RN D(40-44)	1:00.74	FARIA, Jorge Eduardo	ANE	Cantanhede	26/05/2007
RN E(45-49)	1:00.13	FARIA, Jorge Eduardo	ANE	Inatel	31/05/2009
RN F(50-54)	1:00.08	FARIA, Jorge Eduardo	SAD	Algés	06/04/2014
RN G(55-59)	1:01.41	FARIA, Jorge Eduardo	SAD	Algés	06/04/2019
RN H(60-64)	1:14.23	MAVIOSE, Vitor Manuel	SAD	Tomar	31/01/2016
RN I(65-69)	1:23.93	BAIRRADA, Orlando Gomes	ANE	Lisboa	20/06/2010
RN J(70-74)	1:36.15	BAIRRADA, Orlando Gomes	SAD	Algés	02/04/2016
RN K(75-79)	2:03.93	RODRIGUES, Antonio Alexandre	AAC	Mealhada	26/01/2014
RN L(80-84)	2:38.38	RODRIGUES, Antonio Alexandre	AAC	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição		
1	GOMES, Claudio Miguel	95	Esc A	CAPGE	57.49	25m
2	CAPITAO, Joao Paulo	96	Esc A	CDF	1:06.61	50m
3	SOUSA, Pedro Alexandre	82	Esc C	FCP	1:05.70	25m
4	MACHADO, Joao Pedro	86	Esc C	LSC	1:09.15	50m
5	GONCALVES, Carlos Guimaraes	70	Esc F	CFP	1:06.83	25m
6	REGO, Ricardo Amorim	84	Esc C	LSC	1:12.19	50m
7	MAIA, Bruno Santos	81	Esc D	CFV	1:12.57	25m
8	CASTRO, Rui David	70	Esc F	CFP	1:16.60	50m
9	FIGUEIREDO, Luis Rosario	89	Esc B	GCST	1:24.04	25m
10	ROCHA, Helder Tomas	86	Esc C	ADP	1:32.39	25m
11	PEREIRA, Rui Abel	73	Esc E	CFP	1:46.70	50m
12	GONCALVES, Pedro Nuno	72	Esc E	CFP	2:01.30	25m
13	AZEVEDO, Pedro Jorge Leite da Silva Pei	72	Esc E	FCP	NT	
14	PASSOS, Francisco Zamith	83	Esc C	GDNFAMA	NT	

Prova 12  
04/12/2021

Femin., 200m Mariposa

25 anos e mais velhos  
Lista inscritos

RN A(25-29)	2:27.70	MARTINS, Andreia Catarina	CNMAL	Inatel	13/04/2008
RN B(30-34)	2:25.78	GRILO, Ana Paula	UDCA	Anadia	01/06/2003
RN C(35-39)	2:26.45	GRILO, Ana Paula	UDCA	Inatel	05/02/2006
RN D(40-44)	2:39.67	GRILO, Ana Paula	INDALEN	Penafiel	20/11/2010
RN E(45-49)	2:42.49	ARANTES, Joana Isabel	CMBCP	Vila Franca de Xira	21/01/2018
RN F(50-54)	3:01.01	GRILO, Ana Paula	NDCO	Tomar	09/02/2020
RN G(55-59)	3:35.07	CUNHA, Eugenia Maria	AAC	Caldas da Rainha	22/04/2017
RN H(60-64)	3:49.01	FERREIRA, Ana Maria	ANE	Lisboa	18/04/2010
RN I(65-69)	3:47.45	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Badajoz (ESP)	23/04/2016
RN J(70-74)	3:58.89	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Tomar	09/02/2020
RN K(75-79)	59:00.00	, start			
RN L(80-84)	59:00.00	, start			
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição		
1	FRIAES, Maria Manuel	65	Esc G	FCP	3:56.26	50m
2	FERREIRA, Maria Manuela	70	Esc F	VSC	NT	

Prova 13  
04/12/2021

Masc., 200m Mariposa

25 anos e mais velhos  
Lista inscritos

RN A(25-29)	2:07.89	NIZ, Adriano Miguel	GDNVNF	Porto	28/11/2015
RN B(30-34)	2:08.70	SEVIERI, Eduardo Ferreira	FCP	Vila Franca de Xira	20/01/2018
RN C(35-39)	2:08.27	SEVIERI, Eduardo Ferreira	FCP	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN D(40-44)	2:22.74	CARVALHO, Paulo Paula	SFP	Inatel	23/06/2001
RN E(45-49)	2:19.13	FARIA, Jorge Eduardo	ANE	Lisboa	21/02/2010
RN F(50-54)	2:26.10	CARVALHO, Paulo Paula	SFUAP	Lisboa	27/02/2011
RN G(55-59)	2:27.46	CARVALHO, Paulo Paula	SCP	Vila Franca de Xira	20/01/2018
RN H(60-64)	3:02.76	MAVIOSO, Vitor Manuel	SAD	Badajoz (ESP)	23/04/2016
RN I(65-69)	3:05.18	BAIRRADA, Orlando Gomes	ANE	Lisboa	20/06/2010
RN J(70-74)	3:40.82	BAIRRADA, Orlando Gomes	SAD	Badajoz (ESP)	23/04/2016
RN K(75-79)	59:00.00	, start			
RN L(80-84)	59:00.00	, start			
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição		
1	CARVALHO, Paulo Paula	61	Esc H	SCP	2:28.98	25m
2	MADUREIRA, Fabio Andre	90	Esc B	ADP	2:48.41	25m
3	BAPTISTA, Jose Manuel	69	Esc F	LSC	NT	
4	MOREIRA, Fernando Santos	94	Esc A	LSC	NT	

Prova 14 04/12/2021	Femin., 50m Bruços			25 anos e mais velhos Lista inscritos	
RN A(25-29)	35.02	FIGUEIRA, Isabel Maria	CNFA	Pontevedra (ESP)	26/01/2008
RN B(30-34)	33.70	FIGUEIRA, Isabel Maria	LDC	Sines	08/01/2011
RN C(35-39)	33.84	FIGUEIRA, Isabel Maria	CNFA	Vila Franca de Xira	20/01/2018
RN D(40-44)	33.16	FIGUEIRA, Isabel Maria	CNFA	Mealhada	19/01/2019
RN E(45-49)	39.71	NOBREGA, Claudia Patricia	CNF	Vila Franca de Xira	17/01/2020
RN F(50-54)	40.58	COUTTS, Sarah	ANE	Sines	07/03/2020
RN G(55-59)	41.29	ANDRADE, Maria Teresa	FCP	Vila Franca de Xira	17/01/2020
RN H(60-64)	43.26	RELVAS, Ana Moura	AAC	Tomar	30/01/2016
RN I(65-69)	49.53	PINTAO, Luisa Maria	ANE	Mealhada	19/01/2019
RN J(70-74)	48.36	BASTO, Luisa Bessone	SAD	Plan-les-Ouates (SUI)	28/04/2018
RN K(75-79)	52.16	BASTO, Luisa Bessone	SAD	Algés	06/04/2019
RN L(80-84)	1:03.93	RAIMUNDO, Isabel Maria	SAD	Vila Franca de Xira	17/01/2020
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição		
1	CASTRO, Ana Lucia	92	Esc A	CDF	36.37	25m
2	ALMEIDA, Mariana Dias	93	Esc A	GCST	36.64	25m
3	FUMEGA, Elsa Maria	78	Esc D	LSC	41.85	50m
4	PEREIRA, Sofia Isabel	81	Esc D	FCP	41.46	25m
5	SEQUEIRA, Maria Manuela	68	Esc F	CAPGE	43.70	50m
6	ESPINHEIRA, Diana Maria	92	Esc A	CDF	44.13	50m
7	FERNANDES, Maribel Santos	65	Esc G	LSC	44.22	50m
8	CARVALHO, Elza Maria	76	Esc E	CFP	43.08	25m
9	CARVALHO, Helena Paula	64	Esc G	SCP	48.98	50m
10	FERNANDES, Maria Santos	62	Esc G	LSC	48.96	50m
11	OLIVEIRA, Maria Manuela	74	Esc E	SCE	48.05	25m
12	CARVALHO, Ines Silva	83	Esc C	CFP	48.73	25m
13	BLANCO, Catarina Araujo	71	Esc F	CFP	49.08	25m
14	MOURA, Cristina Isabel	63	Esc G	LSC	50.47	50m
15	SOARES, Susana Maria	70	Esc F	CNV	51.45	50m
16	MARTINS, Cristina Maria	71	Esc F	CAPGE	50.79	25m
17	DUARTE, Paula Cristina	65	Esc G	CDF	52.81	25m
18	GARCIA, Ana Luisa	70	Esc F	LSC	54.59	50m
19	COSTA, Rosa Leitao	65	Esc G	FOCA	54.77	25m
20	AZEVEDO, Regina Fernanda	59	Esc H	CDF	1:09.21	50m
21	CABRAL, Maria Fatima	49	Esc J	CFP	1:31.28	50m
22	LEAL, Patricia Sousa	77	Esc D	CNAL	NT	
23	TEIXEIRA, Ana Catarina	95	Esc A	FOCA	NT	
24	ALMEIDA, Marta Joana	78	Esc D	LSC	NT	
25	CARDOSO, Ana Filipa	92	Esc A	CNV	NT	
26	SANTOS, Maria Paula	71	Esc F	CNV	NT	
27	BENTO, Marta Prieto Santos Fontelonga	96	Esc A	FCP	NT	
28	GONCALVES, Filipa Guimaraes	81	Esc D	FCP	NT	
29	MOURA, Joana Azevedo Marinho Lemos	82	Esc C	FCP	NT	

Prova 15 04/12/2021	Masc., 50m Bruços			25 anos e mais velhos Lista inscritos	
RN A(25-29)	29.46	SILVA, Pedro Miguel	ADRCIMM	Vila Franca de Xira	17/01/2020
RN B(30-34)	29.39	MONTEIRO, Bruno Daniel	LSC	Senhora da Hora	31/05/2018
RN C(35-39)	29.72	RIBEIRO, Rui Manuel	ADF	Vila Franca de Xira	21/01/2018
RN D(40-44)	30.61	ROSARIO, Vasco Jorge	SAD	Palma de Mallorca (ESP)	05/02/2017
RN E(45-49)	31.71	NUNES, Rodolfo Pereira	INDNP	Vila Franca de Xira	17/01/2020
RN F(50-54)	33.62	DUARTE, Jose Samuel	SCP	Algés	08/04/2017
RN G(55-59)	33.74	DUARTE, Jose Samuel	SCP	Vila Franca de Xira	17/01/2020
RN H(60-64)	37.46	SILVA, Jose Santos	CPN	Sines	29/01/2017
RN I(65-69)	39.98	FREITAS, Joaquim Fidalgo	AAC	Mealhada	26/01/2014
RN J(70-74)	41.01	FREITAS, Joaquim Fidalgo	AAC	Sines	29/01/2017
RN K(75-79)	44.47	GOMES, Leonel Sousa	SFP	Ponte da Barca	12/06/2005
RN L(80-84)	51.47	GOMES, Leonel Sousa	AAC	Mealhada	30/01/2010
RN M(85-89)	1:05.05	BAPTISTA, Antonio Poiares	AAC	Mealhada	26/01/2014
RN N(90-94)	1:15.63	BAPTISTA, Antonio Poiares	AAC	Mealhada	07/01/2017

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição		
1	SOUSA, Pedro Alexandre	82	Esc C	FCP	32.86	25m
2	BANDEIRA, Rui Pedro	95	Esc A	CNMAIA	33.85	50m
3	ALMEIDA, Ruben Manuel	95	Esc A	CDF	34.02	50m
4	ROSA, Artur Rosa	76	Esc E	APUVE	34.09	25m
5	MACEDO, Nuno Miguel	82	Esc C	GDNFAMA	35.71	50m
6	BARROSO, Jose Miguel	62	Esc G	CFP	35.20	25m
7	COSTA, Antonio Sergio	84	Esc C	GDNFAMA	36.79	50m
8	BERNARDO, Luis Miguel	61	Esc H	CFP	36.97	50m
9	RODRIGUES, Rodrigo Jorge	69	Esc F	LSC	39.47	50m
10	VILAS, Hugo Miguel	78	Esc D	FCP	39.65	25m
11	AITA, Cristian	77	Esc D	FCP	40.91	50m
12	GUIMARAES, Edgar Manuel	80	Esc D	VSC	40.94	50m
13	SILVA, Fernando Manuel	69	Esc F	CDF	41.16	50m
14	GUEDES, Hugo Rafael	76	Esc E	LSC	41.93	50m
15	CAMPOS, Bruno Gonçalo	76	Esc E	CCLV	41.96	25m
16	AFONSO, Antonio Eduardo	65	Esc G	GCST	41.97	25m
17	ESPINHEIRO, Alberto Nuno	62	Esc G	CDF	43.24	50m
18	CARDOSO, Vitor Manuel	72	Esc E	CNV	42.33	25m
19	ROCHA, Armando Moreira	74	Esc E	CDF	43.65	50m
20	COUTO, Fernando Daniel	90	Esc B	ADP	43.66	50m
21	CECILIO, Antonio Alves	54	Esc I	CFP	42.60	25m
22	BARROS, Mario Jorge	56	Esc I	FCP	43.09	25m
23	FLORIANO, Fabio	63	Esc G	SCE	43.29	25m
24	SEQUEIRA, Francisco Manuel	66	Esc G	APUVE	44.90	50m
25	FERREIRA, Rui Pedro	64	Esc G	CNMAIA	45.23	50m
26	ROCHA, Mario Xavier	70	Esc F	CDF	44.22	25m
27	PINTO, Rui Miguel	73	Esc E	CFP	44.30	25m
28	SOUSA, Agostinho Jorge	81	Esc D	VSC	46.10	50m
29	PAIVA, Valdemar Silva	77	Esc D	CDF	46.81	50m
30	SEARA, Joao Henrique	63	Esc G	LSC	48.70	50m
31	RAMOS, Rodrigo Alexandre	86	Esc C	CAPGE	47.42	25m
32	AREIAS, Rui Marcal	75	Esc E	CNAL	48.56	25m
33	PAIVA, Henrique Silva	67	Esc F	CDF	50.38	50m
34	ROCHA, Helder Tomas	86	Esc C	ADP	49.69	25m
35	SILVA, Antonio Paulo	67	Esc F	CDF	51.05	50m
36	TEIXEIRA, Albano Couto	63	Esc G	FOCA	50.06	25m
37	DIAS, Filipe Ricardo	84	Esc C	ADP	50.43	25m
38	FERNANDES, Manuel Fernando	68	Esc F	FOCA	52.54	50m

Prova 15, Masc., 50m Bruços

39	MARQUES, Antonio Jorge	51	Esc J	CFP	51.22	25m
40	FERREIRA, Jose Antonio	58	Esc H	LSC	54.66	50m
41	SOUSA, Antero Silva	43	Esc K	CFP	55.95	50m
42	ROSEIRA, Joao Luis	55	Esc I	CFP	59.73	50m
43	COSTA, Antonio Goncalves	46	Esc K	CFP	1:03.70	25m
44	CAPITAO, Joao Paulo	96	Esc A	CDF	NT	
45	NEIVA, Renato Pereira	89	Esc B	CFV	NT	
46	REIS, Vitor Santos	70	Esc F	CNAL	NT	
47	OLIVEIRA, Fernando Duarte	86	Esc C	CAPGE	NT	
48	BORGES, Rui Pedro	74	Esc E	GCST	NT	
49	BARBOSA, Nuno Duarte	96	Esc A	LSC	NT	
50	CASELHA, Jorge Miguel	95	Esc A	LSC	NT	
51	BARROS, Telmo Alexandre	79	Esc D	CNV	NT	
52	FERREIRA, Luis Miguel	75	Esc E	CNV	NT	
53	FERREIRA, Manuel Filipe Martins Rocha	87	Esc B	FCP	NT	
54	ESPARRAGOZA, Luis Alberto	80	Esc D	SCE	NT	
55	MONTEIRO, Jorge Fernando	66	Esc G	APUVE	NT	
56	OLIVEIRA, Luis Manuel	88	Esc B	GDNFAMA	NT	

Prova 16  
04/12/2021

Misto, 4 x 100m Livres

AG 100 - 359  
Lista inscritos

RN 1(100-119)	4:21.48	Leixoes Sport Club	LSC	Pacos de Ferreira	16/11/2019
RN 2(120-159)	4:24.05	Sporting Clube de Portugal	SCP	Sines	07/03/2020
RN 3(160-199)	4:56.21	Leixoes Sport Club	LSC	Pacos de Ferreira	16/11/2019
RN 4(200-239)	5:36.44	Sindicato Trab. Funcao Pub. Sul e	SFPres	Sines	07/03/2020
RN 5(240-279)	6:03.92	Sport Alges e Dafundo	SAD	Sines	07/03/2020
RN 6(280-319)	5:48.79	Sport Alges e Dafundo	SAD	Sines	07/03/2020
RN 7(320-359)	59:00.00	start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	ANO	Cat	Tempo de Inscrição
1	GCST 1	120 - 159	GCST 4:21.47
2	Fluvial Portuense 2	200 - 239	CFP 4:40.15
3	Leixoes Sport Club 2	160 - 199	LSC 5:00.25
4	Fluvial Portuense 1	160 - 199	CFP 5:30.97
5	Leixoes Sport Club 4	240 - 279	LSC 5:44.24
6	Clube Desportivo Feirense 1	100 - 119	CDF NT
7	GCST 2	160 - 199	GCST NT
8	Leixoes Sport Club 1	120 - 159	LSC NT
9	Leixoes Sport Club 3	200 - 239	LSC NT
10	Natacao de Valongo 2	120 - 159	CNV NT
11	Natacao de Valongo 3	160 - 199	CNV NT
12	Porto 3	160 - 199	FCP NT
13	Ass. Prop. Urbanização Vila DEste 1	160 - 199	APUVE NT



2 - 2ª Jornada

04/12/2021 - 16:00

Prova 17  
04/12/2021

Misto, 4 x 50m Livres

AG 100 - 359  
Lista inscritos

RN 1(100-119)	1:47.35	Clube Desportivo Nacional	CDN	Funchal	17/01/2015
RN 2(120-159)	1:46.50	Futebol Clube do Porto	FCP	Vila Franca de Xira	21/01/2018
RN 3(160-199)	1:52.61	Futebol Clube do Porto	FCP	Vila Franca de Xira	21/01/2018
RN 4(200-239)	1:56.29	Futebol Clube do Porto	FCP	Mealhada	20/01/2019
RN 5(240-279)	2:14.59	Sport Alges e Dafundo	SAD	Tomar	31/01/2016
RN 6(280-319)	2:39.84	Sport Alges e Dafundo	SAD	Pontevedra (ESP)	22/02/2015
RN 7(320-359)	59:00.00	start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	ANO	Cat	Tempo de Inscrição
1	GCST 1	120 - 159	GCST 1:59.51
2	Leixoes Sport Club 2	120 - 159	LSC 2:07.70
3	Porto 5	240 - 279	FCP 2:26.59
4	Fluvial Portuense 1	200 - 239	CFP 2:26.91
5	Sporting de Espinho 1	200 - 239	SCE 2:27.93
6	Leixoes Sport Club 5	240 - 279	LSC 2:35.92
7	Leixoes Sport Club 4	200 - 239	LSC 2:36.41
8	Clube Desportivo Feirense 2	200 - 239	CDF 3:15.16
9	Clube Desportivo Feirense 1	160 - 199	CDF NT
10	Alcobaca 1	160 - 199	CNAL NT
11	Famalicão 1	120 - 159	GDNFAMA NT
12	GCST 2	200 - 239	GCST NT
13	Leixoes Sport Club 1	100 - 119	LSC NT
14	Leixoes Sport Club 3	160 - 199	LSC NT
15	Natacao de Valongo 2	120 - 159	CNV NT
16	Natacao de Valongo 4	200 - 239	CNV NT
17	Penafiel 1	120 - 159	ADP NT
18	Porto 2	120 - 159	FCP NT
19	Martins, Eliana, Celso, Daniel	200 - 239	SCA NT
20	Ass. Prop. Urbanização Vila DEste 1	160 - 199	APUVE NT
21	Vilacondense 1	160 - 199	CFV NT



Prova 18 Femin., 400m Estilos 25 anos e mais velhos  
04/12/2021 Lista inscritos

RN A(25-29)	5:30.54	RIBEIRO, Soraia Vanessa	LSC	Aguas Santas	11/01/2020
RN B(30-34)	5:07.66	GRILO, Ana Paula	UDCA	Anadia	31/05/2003
RN C(35-39)	5:10.65	GRILO, Ana Paula	UDCA	Ponte da Barca	10/06/2005
RN D(40-44)	5:32.53	GRILO, Ana Paula	CNBE	Blackpool (GBR)	25/02/2012
RN E(45-49)	5:54.12	GRILO, Ana Paula	NDCO	Leiria	26/04/2014
RN F(50-54)	6:12.27	GRILO, Ana Paula	NDCO	Aguas Santas	11/01/2020
RN G(55-59)	7:26.86	FERREIRA, Ana Maria	SFP	Ponte de Sôr	26/05/2006
RN H(60-64)	7:18.48	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Lisboa	27/02/2011
RN I(65-69)	7:32.09	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Benedita	03/04/2016
RN J(70-74)	59:00.00	, start			
RN K(75-79)	59:00.00	, start			
RN L(80-84)	59:00.00	, start			
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Masters FEM : 8:00.00

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição		
1	SILVA, Raquel Alexandra	91	Esc B	LSC	5:58.28	50m
2	CUNHA, Joana Isabel	80	Esc D	CGA	6:20.78	50m
3	LIRIO, Ana Raquel	90	Esc B	GCST	6:59.03	50m
4	ELOI, Ana Monica	96	Esc A	CLIPTEAM	NT	
5	SILVA, Ana Rosa	80	Esc D	FOCA	NT	

Prova 19 Masc., 400m Estilos 25 anos e mais velhos  
04/12/2021 Lista inscritos

RN A(25-29)	4:33.01	NIZ, Adriano Miguel	GDNVNF	Porto	08/11/2014
RN B(30-34)	4:56.32	NIZ, Adriano Miguel	GDNFAMA	Maia	12/01/2019
RN C(35-39)	4:54.73	REGO, Ricardo Amorim	LSC	Pacos de Ferreira	16/11/2019
RN D(40-44)	5:02.24	VICENTE, Andre Barbosa	SCP	Sines	07/03/2020
RN E(45-49)	5:14.57	CARVALHO, Paulo Paula	EMDS	Inatel	22/12/2008
RN F(50-54)	5:29.30	DUARTE, Jose Samuel	SCP	Porto	28/11/2015
RN G(55-59)	5:35.57	CARVALHO, Paulo Paula	SFUAP	Benedita	03/04/2016
RN H(60-64)	6:10.05	MAVIOSO, Vitor Manuel	SAD	Lisboa	15/12/2018
RN I(65-69)	6:26.02	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Lisboa	18/06/2010
RN J(70-74)	6:35.10	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Pontevedra (ESP)	20/02/2015
RN K(75-79)	7:18.18	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Sines	07/03/2020
RN L(80-84)	59:00.00	, start			
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Masters Masc : 7:00.00

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição		
1	CHAVES, Antonio Aderito	70	Esc F	FCP	5:32.36	25m
2	PIMENTEL, Pedro Filipe	84	Esc C	FOCA	5:34.86	25m
3	MADUREIRA, Fabio Andre	90	Esc B	ADP	5:41.95	25m
4	GONCALVES, Carlos Guimaraes	70	Esc F	CFP	5:45.44	25m
5	SANTOS, Bruno Miguel	76	Esc E	FCP	NT	

Prova 20  
04/12/2021

Femin., 100m Livres

25 anos e mais velhos  
Lista inscritos

RN A(25-29)	59.05	RIBEIRO, Soraia Vanessa	CPN	Mealhada	20/01/2019
RN B(30-34)	58.49	GRILO, Ana Paula	UDCA	Funchal	05/04/2003
RN C(35-39)	59.37	GRILO, Ana Paula	UDCA	Desenzano (ITA)	25/01/2004
RN D(40-44)	1:00.63	GOMES, Susana Clara	CNF	Mealhada	20/01/2019
RN E(45-49)	1:04.79	BARBARA, Carla Santa	FCP	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN F(50-54)	1:09.02	FERREIRA, Isabel Baptista	ADRCIMM	Algés	08/04/2017
RN G(55-59)	1:13.67	KRAEVA, Elena Nikolaevna	ADRCIMM	Algés	21/04/2018
RN H(60-64)	1:18.54	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Tomar	28/01/2012
RN I(65-69)	1:21.75	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Alges	29/03/2015
RN J(70-74)	1:31.22	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Sines	07/03/2020
RN K(75-79)	1:36.29	BASTO, Luisa Bessone	SAD	Algés	06/04/2019
RN L(80-84)	2:54.01	AZINHEIRA, Maria Augusta	SFP	Mealhada	20/01/2019
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição
1	RIENDERHOFF, Yolanda	79	Esc D	SCE 1:16.42 25m
2	GUEDES, Ana Dalte	80	Esc D	LSC 1:18.62 50m
3	FERREIRA, Ana Isabel	92	Esc A	ADP 1:17.63 25m
4	OLIVEIRA, Juliana Cabral	85	Esc C	CAPGE 1:18.25 25m
5	OLIVEIRA, Maria Manuela	74	Esc E	SCE 1:27.21 50m
6	FERREIRA, Maria Manuela	70	Esc F	VSC 1:28.89 25m
7	SEQUEIRA, Maria Manuela	68	Esc F	CAPGE 1:29.47 25m
8	REIS, Filipa Isabel	87	Esc B	LSC 1:30.89 25m
9	SOARES, Susana Maria	70	Esc F	CNV 1:42.85 50m
10	KIND, Anette	61	Esc H	LSC 1:44.48 50m
11	SERRA, Maria Rosa	77	Esc D	CNPO 1:53.37 50m
12	MARTINS, Delfina Maria	66	Esc G	GCST 1:58.17 50m
13	ALMEIDA, Maria Astride	72	Esc E	CFP 2:02.96 25m
14	FONSECA, Maria Manuela	85	Esc C	LSC NT
15	CARDOSO, Ana Filipa	92	Esc A	CNV NT
16	DEMIDOVA, Anastasia	93	Esc A	ADP NT
17	CASTRO, Eliana Marta	70	Esc F	SCA NT
18	FURTADO, Cristina Alexandra	96	Esc A	GDNFAMA NT
19	ESTEVEES, Catarina Teixeira	78	Esc D	CFV NT

Prova 21 Masc., 100m Livres 25 anos e mais velhos  
04/12/2021 Lista inscritos

RN A(25-29)	51.10	POLIAKOV, Artiom Viatcheslavovitch	COL	Caldas da Rainha	02/12/2018
RN B(30-34)	51.28	NIZ, Adriano Miguel	GDNVNF	Sines	28/01/2017
RN C(35-39)	52.38	SILVA, Pedro Miguel	CFV	Felgueiras	26/01/2013
RN D(40-44)	52.90	MACHADO, Miguel Alexandre	INDANP	Sheffield (GBR)	28/10/2016
RN E(45-49)	55.12	MACHADO, Miguel Alexandre	CFP	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN F(50-54)	55.76	FARIA, Jorge Eduardo	SAD	Caldas da Rainha	12/04/2014
RN G(55-59)	57.72	FARIA, Jorge Eduardo	SAD	Algés	06/04/2019
RN H(60-64)	1:05.64	MAVIOSO, Vitor Manuel	SAD	Algés	02/04/2016
RN I(65-69)	1:09.18	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Lisboa	19/03/2011
RN J(70-74)	1:11.98	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Caldas da Rainha	11/04/2015
RN K(75-79)	1:30.13	SALGUEIRO, Luis Vidigal	SAD	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN L(80-84)	1:38.75	GOMES, Leonel Sousa	AAC	Mealhada	30/01/2010
RN M(85-89)	2:09.84	GOMES, Leonel Sousa	SAD	Algés	29/03/2015

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição		
1	MOREIRA, Fernando Santos	94	Esc A	LSC	56.88	25m
2	ALMEIDA, Ruben Manuel	95	Esc A	CDF	1:00.44	50m
3	MACEDO, Nuno Miguel	82	Esc C	GDNFAM	1:05.03	50m
4	LOBO, Armindo Manuel	84	Esc C	VSC	1:02.82	25m
5	OLIVEIRA, Bruno Miguel	89	Esc B	GCST	1:06.85	50m
6	BARROS, Francisco Santos	72	Esc E	FCP	1:10.72	50m
7	MENESES, Pedro Bruno	62	Esc G	LSC	1:11.06	50m
8	CASTRO, Antonio Pedro	74	Esc E	LSC	1:12.24	50m
9	SOARES, Jaime Antonio	87	Esc B	ADP	1:13.29	50m
10	TOMÁS, Daniel Rocha	83	Esc C	OC	1:19.87	50m
11	PEREIRA, Norberto Matos	75	Esc E	VSC	1:20.73	50m
12	TRIGO, Daniel Castro	65	Esc G	SCA	1:23.23	50m
13	SILVA, Fernando Manuel	69	Esc F	CDF	1:23.25	50m
14	CUNHA, Rui Manuel	67	Esc F	OC	1:19.98	25m
15	JUNIOR, José Raposo	63	Esc G	OC	1:20.24	25m
16	SILVA, Nuno Miguel	72	Esc E	CNPO	1:22.78	25m
17	FERREIRA, Domingos Jose	54	Esc I	SCE	1:27.63	50m
18	FERREIRA, Rui Pedro	64	Esc G	CNMAIA	1:26.69	25m
19	SILVA, Miguel Paulo	71	Esc F	ADP	1:30.52	50m
20	RIBEIRO, Pedro Cunha	70	Esc F	FOCA	1:30.24	25m
21	NEVES, Sergio Manuel	82	Esc C	CFP	1:30.76	25m
22	LOPES, Vitor Carvalho	72	Esc E	FOCA	1:31.37	25m
23	SOUSA, Agostinho Jorge	81	Esc D	VSC	1:32.11	25m
24	PEREIRA, Antonio Manuel	72	Esc E	ADP	1:34.80	25m
25	CANELAS, Antonio Monteiro	50	Esc J	SCE	1:40.23	50m
26	FERNANDES, Celso Abreu	67	Esc F	SCA	1:41.08	50m
27	OLIVEIRA, David Jose	75	Esc E	CNAL	1:37.73	25m
28	SILVESTRE, Helder Daniel	80	Esc D	ADP	1:40.74	25m
29	ROSEIRA, Joao Luis	55	Esc I	CFP	1:53.87	25m
30	MOURAO, Luis Joao	62	Esc G	CNV	1:54.55	25m
31	LOPES, Mário Nuno	74	Esc E	CCLV		NT
32	CARVALHO, Alfredo Alexandre	73	Esc E	CDF		NT
33	AMARAL, Eduardo José	78	Esc D	OC		NT
34	CAMPOS, Tiago Dourado	88	Esc B	CFV		NT
35	PIMENTA, Daniel Filipe	95	Esc A	CNAL		NT
36	REIS, Vitor Santos	70	Esc F	CNAL		NT
37	SALVADOR, Paulo Gonçalves	80	Esc D	CNN		NT
38	OLIVEIRA, Fernando Duarte	86	Esc C	CAPGE		NT

Prova 21, Masc., 100m Livres

39	FONSECA, Jose Manuel	87	Esc B	LSC	NT
40	NETO, Antonio Pais	95	Esc A	CNMAIA	NT
41	AMBRUS, Attila Janus	74	Esc E	CNV	NT
42	AZEVEDO, Pedro Jorge Leite da Silva Pei	72	Esc E	FCP	NT
43	FERREIRA, Manuel Filipe Martins Rocha	87	Esc B	FCP	NT
44	MAGALHAES, Alfredo Coelho	53	Esc I	FCP	NT
45	NOVAIS, Jose Orlando	78	Esc D	VSC	NT
46	MONTEIRO, Jorge Fernando	66	Esc G	APUVE	NT
47	CUNHA, Mario Rui	93	Esc A	GDNFAMA	NT
48	OLIVEIRA, Luis Manuel	88	Esc B	GDNFAMA	NT

Prova 22  
04/12/2021

Femin., 200m Livres

25 anos e mais velhos  
Lista inscritos

RN A(25-29)	2:10.40	RIBEIRO, Soraia Vanessa	CPN	Mealhada	19/01/2019
RN B(30-34)	2:06.50	GRILO, Ana Paula	UDCA	Inatel	22/03/2003
RN C(35-39)	2:07.69	GRILO, Ana Paula	UDCA	Freiburg (GER)	08/05/2004
RN D(40-44)	2:15.77	GOMES, Susana Clara	CNF	Mealhada	19/01/2019
RN E(45-49)	2:23.57	BARBARA, Carla Santa	FCP	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN F(50-54)	2:29.91	GRILO, Ana Paula	NDCO	Tomar	08/02/2020
RN G(55-59)	2:40.35	KRAEVA, Elena Nikolaevna	ADRCIMM	Sines	28/01/2017
RN H(60-64)	2:54.01	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Ponte de Sor	29/01/2011
RN I(65-69)	2:57.96	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Caldas da Rainha	16/04/2016
RN J(70-74)	3:09.01	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Sines	07/03/2020
RN K(75-79)	3:28.77	BASTO, Luisa Bessone	SAD	Mealhada	18/01/2019
RN L(80-84)	7:55.15	VIEIRA, Maria Alice	CNMAIA	Vila Franca de Xira	20/01/2018
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição
1	MONTEIRO, Alexandra Sofia	92	Esc A	APUVE 2:20.62 50m
2	OLIVEIRA, Juliana Cabral	85	Esc C	CAPGE 2:57.34 25m
3	MACHADO, Maria Margarida	81	Esc D	APUVE 3:13.39 50m
4	MARTINS, Ana Maria	79	Esc D	SCA 3:21.47 25m
5	CUNHA, Maria Trigueiros	64	Esc G	LSC 3:27.81 50m
6	MOURA, Cristina Isabel	63	Esc G	LSC 3:37.33 25m
7	FREITAS, Ana Rita	86	Esc C	CNAL 3:39.06 25m
8	SANTOS, Debora Filipa	92	Esc A	CFV 4:27.04 25m
9	FERNANDES, Maria Santos	62	Esc G	LSC NT
10	FONSECA, Maria Manuela	85	Esc C	LSC NT

Prova 23  
04/12/2021

Masc., 200m Livres

25 anos e mais velhos  
Lista inscritos

RN A(25-29)	1:51.39	POLIAKOV, Artiom Viatcheslavovitch	COL	Caldas da Rainha	01/12/2018
RN B(30-34)	1:54.11	NIZ, Adriano Miguel	GDNVNF	Tomar	31/01/2016
RN C(35-39)	1:54.01	SILVA, Pedro Miguel	CFV	Ponte de Sor	30/01/2011
RN D(40-44)	2:04.25	FARIA, Jorge Eduardo	ANE	Inatel	14/04/2007
RN E(45-49)	2:03.77	FARIA, Jorge Eduardo	ANE	Lisboa	17/04/2010
RN F(50-54)	2:04.16	FARIA, Jorge Eduardo	SAD	Caldas da Rainha	12/04/2014
RN G(55-59)	2:06.91	FREITAS, Jose Carlos	INDNP	Mealhada	20/01/2019
RN H(60-64)	2:25.13	MAVIOSO, Vitor Manuel	SAD	Mealhada	07/01/2017
RN I(65-69)	2:36.31	CORREIA, Alberto Vaz	FS	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN J(70-74)	2:42.97	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Vila Praia de Âncora	17/05/2015
RN K(75-79)	3:30.32	SALGUEIRO, Luis Vidigal	SAD	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN L(80-84)	3:55.06	GOMES, Leonel Sousa	AAC	Ponte de Sor	30/01/2011
RN M(85-89)	7:04.68	COSTA, Virgilio Zacarias	AAC	Mealhada	01/12/2019

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição
1	SANTOS, Bruno Miguel	76	Esc E	FCP 2:13.05 25m
2	FIGUEIREDO, Luis Rosario	89	Esc B	GCST 2:22.17 25m
3	RIBEIRO, Luis Manuel	91	Esc B	FOCA 2:27.00 50m
4	MAIA, Bruno Santos	81	Esc D	CFV 2:23.40 25m
5	MACEDO, Joao Miguel	74	Esc E	LSC 2:25.06 25m
6	BENTO, Jaime Carlos	61	Esc H	SAD 2:30.86 50m
7	OLIVEIRA, Jorge Miguel	80	Esc D	CNV 2:31.23 25m
8	PEREIRA, Mario Nuno	81	Esc D	FOCA 2:34.45 25m
9	BARROS, Francisco Santos	72	Esc E	FCP 2:39.45 50m
10	CORREIA, Alberto Vaz	55	Esc I	FS 2:36.31 25m
11	NEVES, Paulo Alexandre	66	Esc G	LSC 2:46.78 25m
12	RIBEIRO, Jorge Vieira	64	Esc G	SCA 2:48.22 25m
13	SILVA, Marco Paulo	70	Esc F	CNPO 2:51.17 25m
14	AMARAL, Jose Rui	63	Esc G	CFP 2:53.73 25m
15	ROCHA, Helder Tomas	86	Esc C	ADP 3:04.20 25m
16	FERREIRA, Domingos Jose	54	Esc I	SCE 3:13.18 25m
17	FARIA, Vitorino Fernando	73	Esc E	FOCA 3:14.90 25m
18	FLORIANO, Fabio	63	Esc G	SCE 3:16.61 25m
19	FERREIRA, Jose Antonio	58	Esc H	LSC 3:32.75 50m
20	NEVES, Sergio Manuel	82	Esc C	CFP 3:39.67 50m
21	PINTO, Paulo Monteiro	64	Esc G	FCP 4:04.62 50m
22	SILVA, Nuno Miguel	72	Esc E	CNPO NT
23	NEIVA, Renato Pereira	89	Esc B	CFV NT
24	SALVADOR, Paulo Gonçalves	80	Esc D	CNN NT
25	MARTINS, Pedro Filipe	90	Esc B	FOCA NT
26	MACHADO, Joao Pedro	86	Esc C	LSC NT
27	PACHECO, Filipe Monteiro	74	Esc E	LSC NT
28	DIAS, Tiago Frederico	84	Esc C	CNMAIA NT
29	FERREIRA, Hugo Manuel	79	Esc D	CNMAIA NT
30	GOMES, Luis Miguel	71	Esc F	CNMAIA NT
31	BARROS, Telmo Alexandre	79	Esc D	CNV NT
32	COHEN, Eduardo Jorge	59	Esc H	FCP NT
33	FERRAZ, Sandro Ricardo Costa	86	Esc C	FCP NT
34	ESPARRAGOZA, Luis Alberto	80	Esc D	SCE NT
35	SEQUEIRA, Francisco Manuel	66	Esc G	APUVE NT
36	PASSOS, Francisco Zamith	83	Esc C	GDNFAMA NT



Prova 24  
04/12/2021

Femin., 50m Costas

25 anos e mais velhos  
Lista inscritos

RN A(25-29)	31.08	PINHEIRO, Filipa Mendes	SCCAM	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN B(30-34)	31.10	SEVIERI, Tatiana Gama	FCP	Vila Franca de Xira	21/01/2018
RN C(35-39)	32.59	GRILO, Ana Paula	UDCA	Palma de Maiorca (ESP)	03/04/2006
RN D(40-44)	33.09	GRILO, Ana Paula	INDALEN	Ponte da Barca	16/05/2010
RN E(45-49)	33.57	SOUSA, Natacha Alexandra	CFP	Senhora da Hora	13/05/2017
RN F(50-54)	34.67	REZENDE, Monica Anjos	FCP	Mealhada	20/01/2019
RN G(55-59)	36.84	KRAEVA, Elena Nikolaevna	ADRCIMM	Tomar	31/01/2016
RN H(60-64)	44.23	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Tomar	28/01/2012
RN I(65-69)	46.14	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Algés	29/03/2015
RN J(70-74)	49.36	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Tomar	09/02/2020
RN K(75-79)	55.89	BASTO, Luisa Bessone	SAD	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN L(80-84)	1:02.58	SA, Nair Gomes	ANE	Algés	06/04/2019
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição		
1	SILVA, Raquel Alexandra	91	Esc B	LSC	35.56	50m
2	BABO, Rosalina Bessa	67	Esc F	FCP	44.67	50m
3	SOUSA, Sandra Marisa	85	Esc C	LSC	48.57	50m
4	MACHADO, Maria Margarida	81	Esc D	APUVE	49.22	25m
5	REIS, Filipa Isabel	87	Esc B	LSC	51.26	25m
6	PINTO, Maria Teresa	61	Esc H	LSC	58.95	50m
7	CASTRO, Eliana Marta	70	Esc F	SCA	1:01.39	50m
8	KIND, Anette	61	Esc H	LSC	1:04.22	25m
9	SOARES, Ana Maria	71	Esc F	CFV	1:05.22	25m
10	MACHADO, Gracinda Maria	61	Esc H	GCST	1:05.65	25m
11	GONÇALVES, Ana Paula	65	Esc G	CNMAL	NT	
12	BENTO, Marta Prieto Santos Fontelonga	96	Esc A	FCP	NT	
13	GONCALVES, Filipa Guimaraes	81	Esc D	FCP	NT	
14	MOURA, Joana Azevedo Marinho Lemos	82	Esc C	FCP	NT	
15	CARMO, Francisca Silva	94	Esc A	GDNFAMA	NT	



Prova 25 04/12/2021	Masc., 50m Costas			25 anos e mais velhos Lista inscritos	
RN A(25-29)	26.36	NIZ, Adriano Miguel	GDNVNF	Recarei	16/05/2015
RN B(30-34)	26.95	NIZ, Adriano Miguel	GDNVNF	Santa Marta de Penaguiao	05/06/2016
RN C(35-39)	27.19	SEVIERI, Eduardo Ferreira	FCP	Vila Franca de Xira	17/01/2020
RN D(40-44)	27.81	MACHADO, Miguel Alexandre	INDANP	Sheffield (GBR)	30/10/2016
RN E(45-49)	29.37	FARIA, Jorge Eduardo	ANE	Lisboa	22/05/2010
RN F(50-54)	29.30	FARIA, Jorge Eduardo	SAD	Caldas da Rainha	12/04/2014
RN G(55-59)	29.98	FARIA, Jorge Eduardo	SAD	Mealhada	19/01/2019
RN H(60-64)	36.15	MADEIRA, Luis Cavaleiro	SAD	Vila Franca de Xira	21/01/2018
RN I(65-69)	38.38	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Sines	07/01/2012
RN J(70-74)	38.32	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Pontevedra (ESP)	21/02/2015
RN K(75-79)	44.01	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN L(80-84)	55.98	GOMES, Leonel Sousa	AAC	Mealhada	31/01/2010
RN M(85-89)	1:14.03	GOMES, Leonel Sousa	SAD	Sines	28/01/2017
RN N(90-94)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição	
1	FERREIRA, Joao Pedro	95	Esc A	CNMAIA	36.24 50m
2	RIBEIRO, Jorge Vieira	64	Esc G	SCA	40.88 50m
3	CAMPOS, Bruno Gonçalo	76	Esc E	CCLV	42.01 50m
4	TOMÁS, Daniel Rocha	83	Esc C	OC	43.56 50m
5	CECILIO, Antonio Alves	54	Esc I	CFP	48.41 50m
6	TRIGO, Daniel Castro	65	Esc G	SCA	50.88 50m
7	BORREGO, Hugo Alexandre	72	Esc E	SCA	52.31 50m
8	SEARA, Joao Henrique	63	Esc G	LSC	53.96 50m
9	FERNANDES, Celso Abreu	67	Esc F	SCA	54.49 50m
10	BARROS, Mario Jorge	56	Esc I	FCP	NT
11	SANTOS, Joaquim Silva	65	Esc G	CFV	NT

Prova 26 04/12/2021	Femin., 100m Bruços			25 anos e mais velhos Lista inscritos	
RN A(25-29)	1:15.32	MAIA, Joana Marques	GCST	Mealhada	20/01/2019
RN B(30-34)	1:13.31	FIGUEIRA, Isabel Maria	CNFA	Mealhada	30/01/2010
RN C(35-39)	1:14.91	FIGUEIRA, Isabel Maria	CNFA	Vila Franca de Xira	21/01/2018
RN D(40-44)	1:14.18	FIGUEIRA, Isabel Maria	CNFA	Mealhada	20/01/2019
RN E(45-49)	1:27.32	GALHARDO, Amelia Ponte	CCDCML	Torres Novas	31/01/2009
RN F(50-54)	1:28.70	COUTTS, Sarah	ANE	Sines	07/03/2020
RN G(55-59)	1:31.28	ANDRADE, Maria Teresa	FCP	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN H(60-64)	1:39.93	RELVAS, Ana Moura	AAC	Tomar	31/01/2016
RN I(65-69)	1:50.13	PINTAO, Luisa Maria	ANE	Algés	06/04/2019
RN J(70-74)	1:45.73	BASTO, Luisa Bessone	SAD	Plan-les-Ouates (SUI)	28/04/2018
RN K(75-79)	1:55.81	BASTO, Luisa Bessone	SAD	Algés	06/04/2019
RN L(80-84)	2:23.23	RAIMUNDO, Isabel Maria	SAD	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição	
1	CASTRO, Ana Lucia	92	Esc A	CDF	1:20.53 25m
2	BARBARA, Sandra Santa	75	Esc E	GCST	1:32.46 25m
3	ESPINHEIRA, Diana Maria	92	Esc A	CDF	1:38.00 50m
4	FERNANDES, Maria Santos	62	Esc G	LSC	1:46.91 50m
5	SOUSA, Sandra Marisa	85	Esc C	LSC	1:44.35 25m
6	ORIOLI, Maria Liza	79	Esc D	CDF	1:47.93 25m
7	MARTINS, Cristina Maria	71	Esc F	CAPGE	1:49.93 25m
8	CUNHA, Maria Trigueiros	64	Esc G	LSC	1:50.23 25m
9	SOARES, Susana Maria	70	Esc F	CNV	1:54.62 50m

Prova 26, Femin., 100m Bruços

10	DUARTE, Paula Cristina	65	Esc G	CDF	1:58.60	25m
11	GARCIA, Ana Luisa	70	Esc F	LSC	2:02.27	50m
12	ALMEIDA, Maria Astride	72	Esc E	CFP	1:59.69	25m
13	SERRA, Maria Rosa	77	Esc D	CNPO	2:06.39	50m
14	LEAL, Patricia Sousa	77	Esc D	CNAL	NT	
15	MARTINS, Ana Maria	79	Esc D	SCA	NT	
16	ESTEVES, Catarina Teixeira	78	Esc D	CFV	NT	

Prova 27  
04/12/2021

Masc., 100m Bruços

25 anos e mais velhos

Lista inscritos

RN A(25-29)	1:03.92	SILVA, Pedro Miguel	ADRCIMM	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN B(30-34)	1:04.90	MONTEIRO, Bruno Daniel	LSC	Mealhada	20/01/2019
RN C(35-39)	1:08.12	REGO, Ricardo Amorim	LSC	Mealhada	20/01/2019
RN D(40-44)	1:05.21	ROSARIO, Vasco Jorge	SAD	Palma de Mallorca (ESP)	04/02/2017
RN E(45-49)	1:10.35	NUNES, Rodolfo Pereira	INDNP	Mealhada	20/01/2019
RN F(50-54)	1:12.73	DUARTE, Jose Samuel	SCP	Caldas da Rainha	22/04/2017
RN G(55-59)	1:14.31	DUARTE, Jose Samuel	SCP	Vila Franca de Xira	19/01/2020
RN H(60-64)	1:24.72	SILVA, Jose Santos	CPN	Sines	28/01/2017
RN I(65-69)	1:29.34	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Ponte da Barca	16/05/2010
RN J(70-74)	1:31.62	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Pontevedra (ESP)	22/02/2015
RN K(75-79)	1:40.76	GOMES, Leonel Sousa	INATEL	Inatel	18/06/2005
RN L(80-84)	1:55.42	GOMES, Leonel Sousa	AAC	Mealhada	30/01/2010
RN M(85-89)	2:34.03	GOMES, Leonel Sousa	SAD	Caldas da Rainha	11/04/2015

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição
1	SOUSA, Pedro Alexandre	82	Esc C	FCP 1:11.52 25m
2	MADUREIRA, Fabio Andre	90	Esc B	ADP 1:12.42 25m
3	BARROSO, Jose Miguel	62	Esc G	CFP 1:20.03 25m
4	COSTA, Antonio Sergio	84	Esc C	GDNFAM1:22.32 50m
5	BERNARDO, Luis Miguel	61	Esc H	CFP 1:21.77 25m
6	RODRIGUES, Rodrigo Jorge	69	Esc F	LSC 1:27.16 25m
7	NOVAIS, Jose Orlando	78	Esc D	VSC 1:31.84 25m
8	SILVA, Marco Paulo	70	Esc F	CNPO 1:33.38 25m
9	ESPINHEIRO, Alberto Nuno	62	Esc G	CDF 1:37.93 50m
10	AFONSO, Antonio Eduardo	65	Esc G	GCST 1:37.68 25m
11	FERNANDES, Ricardo Jorge	72	Esc E	CNV 1:40.99 50m
12	FARIA, Decio Manuel	72	Esc E	CDF 1:38.78 25m
13	BAPTISTA, Jose Manuel	69	Esc F	LSC 1:39.04 25m
14	SILVA, Miguel Paulo	71	Esc F	ADP 1:41.17 25m
15	PAIVA, Valdemar Silva	77	Esc D	CDF 1:45.94 50m
16	SEARA, Joao Henrique	63	Esc G	LSC 1:47.55 25m
17	CANELAS, Antonio Monteiro	50	Esc J	SCE 1:50.87 50m
18	PAIVA, Henrique Silva	67	Esc F	CDF 1:50.73 25m
19	PEREIRA, Norberto Matos	75	Esc E	VSC 1:51.25 25m
20	BORREGO, Hugo Alexandre	72	Esc E	SCA 1:54.49 50m
21	OLIVEIRA, David Jose	75	Esc E	CNAL 2:12.51 25m
22	CAPITAO, Joao Paulo	96	Esc A	CDF NT
23	AMARAL, Eduardo José	78	Esc D	OC NT
24	PIMENTA, Daniel Filipe	95	Esc A	CNAL NT
25	CASELHA, Jorge Miguel	95	Esc A	LSC NT
26	BANDEIRA, Rui Pedro	95	Esc A	CNMAIA NT
27	PEREIRA, Antonio Manuel	72	Esc E	ADP NT
28	SILVESTRE, Helder Daniel	80	Esc D	ADP NT

Prova 27, Masc., 100m Bruços

29 FERRAZ, Sandro Ricardo Costa 86 Esc C FCP NT

Prova 28  
04/12/2021

Femin., 200m Bruços

25 anos e mais velhos  
Lista inscritos

RN A(25-29)	2:41.11	MAIA, Joana Marques	GCST	Mealhada	19/01/2019
RN B(30-34)	2:50.80	SILVA, Carolina Santos	GCST	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN C(35-39)	2:57.65	GRILLO, Ana Paula	UDCA	Ponte da Barca	11/06/2005
RN D(40-44)	3:01.00	ALVES, Catarina Andrade	CDN	Vila Franca de Xira	20/01/2018
RN E(45-49)	3:10.21	NOBREGA, Claudia Patricia	CNF	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN F(50-54)	3:10.13	CARMO, Maria Helena	SAD	Sines	28/01/2017
RN G(55-59)	3:23.36	ANDRADE, Maria Teresa	FCP	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN H(60-64)	3:50.74	PINTAO, Luisa Maria	ANE	Caldas da Rainha	12/04/2014
RN I(65-69)	3:52.92	PINTAO, Luisa Maria	ANE	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN J(70-74)	3:55.98	BASTO, Luisa Bessone	SAD	Caldas da Rainha	09/12/2017
RN K(75-79)	4:07.05	BASTO, Luisa Bessone	SAD	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN L(80-84)	5:19.56	RAIMUNDO, Isabel Maria	SAD	Tomar	08/02/2020
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição
1	SEQUEIRA, Maria Manuela	68	Esc F	CAPGE 3:20.38 25m
2	PEREIRA, Sofia Isabel	81	Esc D	FCP 3:23.28 25m
3	RIENDERHOFF, Yolanda	79	Esc D	SCE 3:28.44 25m
4	CARVALHO, Elza Maria	76	Esc E	CFP 3:35.83 50m
5	FERREIRA, Ana Isabel	92	Esc A	ADP 3:34.21 25m
6	COSTA, Rosa Leitao	65	Esc G	FOCA 4:01.93 25m
7	KIND, Anette	61	Esc H	LSC 4:11.08 50m
8	ELOI, Ana Monica	96	Esc A	CLIPTEAM NT
9	CUNHA, Joana Isabel	80	Esc D	CGA NT
10	DEMIDOVA, Anastasia	93	Esc A	ADP NT

Prova 29  
04/12/2021

Masc., 200m Bruços

25 anos e mais velhos  
Lista inscritos

RN A(25-29)	2:19.48	SILVA, Pedro Miguel	ADRCIMM	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN B(30-34)	2:24.34	NIZ, Adriano Miguel	GDNVNF	Sines	29/01/2017
RN C(35-39)	2:26.33	REGO, Ricardo Amorim	LSC	Mealhada	19/01/2019
RN D(40-44)	2:22.69	ROSARIO, Vasco Jorge	SAD	Palma de Mallorca (ESP)	02/02/2017
RN E(45-49)	2:38.21	NUNES, Rodolfo Pereira	CAP	Vila Franca de Xira	20/01/2018
RN F(50-54)	2:39.50	DUARTE, Jose Samuel	SCP	Algés	29/03/2015
RN G(55-59)	2:41.09	DUARTE, Jose Samuel	SCP	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN H(60-64)	3:13.87	SILVA, Jose Santos	CPN	Sines	29/01/2017
RN I(65-69)	3:18.46	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Lisboa	26/02/2011
RN J(70-74)	3:20.44	BASTO, Antonio Bessone	SAD	Pontevedra (ESP)	21/02/2015
RN K(75-79)	3:44.78	GOMES, Leonel Sousa	SFP	Ponte da Barca	11/06/2005
RN L(80-84)	4:11.52	GOMES, Leonel Sousa	AAC	Caldas da Rainha	24/04/2010
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição
1	COSTA, Antonio Sergio	84	Esc C	GDNFAM3:09.37 50m
2	PACHECO, Filipe Monteiro	74	Esc E	LSC 3:18.86 25m
3	RODRIGUES, Rodrigo Jorge	69	Esc F	LSC 3:24.00 25m
4	ROCHA, Mario Xavier	70	Esc F	CDF 3:40.70 50m
5	TRIGO, Daniel Castro	65	Esc G	SCA 3:41.98 50m
6	BAPTISTA, Jose Manuel	69	Esc F	LSC 3:45.69 50m
7	TOMÁS, Daniel Rocha	83	Esc C	OC 3:51.74 50m

Prova 29, Masc., 200m Bruços

8 AREIAS, Rui Marçal	75	Esc E	CNAL	3:45.78	25m
9 FERREIRA, Domingos Jose	54	Esc I	SCE	3:59.43	25m
10 LEITE, Jose	48	Esc J	FOCA	4:18.95	50m
11 TEIXEIRA, Albano Couto	63	Esc G	FOCA	4:20.21	50m
12 MAGALHAES, Alfredo Coelho	53	Esc I	FCP	4:45.76	50m
13 GOMES, Claudio Miguel	95	Esc A	CAPGE	NT	

Prova 30  
04/12/2021

Femin., 50m Mariposa

25 anos e mais velhos

Lista inscritos

RN A(25-29)	29.53	RIBEIRO, Soraia Vanessa	ESJB	Mealhada	06/01/2018
RN B(30-34)	29.22	OLIVEIRA, Sara Freitas	FCP	Sines	29/01/2017
RN C(35-39)	29.54	GOMES, Susana Clara	CNF	Funchal	16/01/2015
RN D(40-44)	29.58	GOMES, Susana Clara	CNF	Vila Franca de Xira	19/01/2018
RN E(45-49)	33.12	ARANTES, Joana Isabel	CMBCP	Vila Franca de Xira	19/01/2018
RN F(50-54)	33.21	GAMONAL, Elena Alarcon	CNFA	Palma Maiorca (ESP)	30/04/2011
RN G(55-59)	34.54	GAMONAL, Elena Alarcon	CNFA	Vila Franca de Xira	19/01/2018
RN H(60-64)	40.19	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Tomar	29/01/2012
RN I(65-69)	45.06	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Caldas da Rainha	01/12/2018
RN J(70-74)	51.90	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Tomar	09/02/2020
RN K(75-79)	1:00.25	BASTO, Luisa Bessone	SAD	Mealhada	18/01/2019
RN L(80-84)	59:00.00	, start			
RN M(85-89)	59:00.00	, start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição
1	SILVA, Raquel Alexandra	91	Esc B	LSC 30.65 25m
2	ELOI, Ana Monica	96	Esc A	CLIPTEAM31.43 50m
3	ALMEIDA, Graca Maria	73	Esc E	LSC 36.39 50m
4	FUMEGA, Elsa Maria	78	Esc D	LSC 36.85 50m
5	PEREIRA, Sofia Isabel	81	Esc D	FCP 37.01 25m
6	GUEDES, Ana DAlte	80	Esc D	LSC 38.79 25m
7	FRIAES, Maria Manuel	65	Esc G	FCP 39.25 50m
8	CUNHA, Maria Trigueiros	64	Esc G	LSC 47.89 25m
9	FREITAS, Ana Rita	86	Esc C	CNAL 49.86 25m
10	FERREIRA, Maria Manuela	70	Esc F	VSC 51.73 25m
11	SANTOS, Debora Filipa	92	Esc A	CFV 1:20.99 50m
12	GONÇALVES, Ana Paula	65	Esc G	CNMAL NT
13	FURTADO, Cristina Alexandra	96	Esc A	GDNFAMA NT

Prova 31 04/12/2021	Masc., 50m Mariposa	25 anos e mais velhos Lista inscritos
RN A(25-29)	25.16 POLIAKOV, Artiom ViatcheslavovitrCOL	Caldas da Rainha 01/12/2018
RN B(30-34)	25.32 NIZ, Adriano Miguel GDNVNF	Santa Marta de Penaguiao 04/06/2016
RN C(35-39)	26.21 SILVA, Pedro Miguel CFV	Felgueiras 26/01/2013
RN D(40-44)	26.64 ALVES, Rodrigo Martins ANE	Vila Franca de Xira 17/01/2020
RN E(45-49)	27.31 FARIA, Jorge Eduardo ANE	Inatel 30/05/2009
RN F(50-54)	27.52 FARIA, Jorge Eduardo SAD	Mealhada 25/01/2014
RN G(55-59)	27.63 FARIA, Jorge Eduardo SAD	Sines 02/03/2019
RN H(60-64)	33.46 PALMA, Rui Manuel CPT	Mealhada 25/01/2014
RN I(65-69)	36.47 BAIARRADA, Orlando Gomes ANE	Lisboa 22/05/2010
RN J(70-74)	37.95 DYSON, Stephen Thomas SAD	Algés 06/04/2019
RN K(75-79)	51.15 RODRIGUES, Antonio Alexandre AAC	Mealhada 25/01/2014
RN L(80-84)	1:02.82 RODRIGUES, Antonio Alexandre AAC	Vila Franca de Xira 17/01/2020
RN M(85-89)	59:00.00 , start	

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	Nome	ANO	Cat	Tempo de Inscrição
1	MOREIRA, Fernando Santos	94	Esc A	LSC 28.18 50m
2	MACHADO, Joao Pedro	86	Esc C	LSC 28.52 50m
3	SANTOS, Bruno Miguel	76	Esc E	FCP 29.75 50m
4	ALMEIDA, Ruben Manuel	95	Esc A	CDF 29.85 50m
5	ROSA, Artur Rosa	76	Esc E	APUVE 30.91 50m
6	FONSECA, Jose Manuel	87	Esc B	LSC 31.55 50m
7	MAIA, Bruno Santos	81	Esc D	CFV 31.06 25m
8	FERREIRA, Joao Pedro	95	Esc A	CNMAIA 32.52 50m
9	LOBO, Armindo Manuel	84	Esc C	VSC 31.77 25m
10	RIBEIRO, Luis Manuel	91	Esc B	FOCA 33.45 50m
11	PEREIRA, Mario Nuno	81	Esc D	FOCA 33.52 50m
12	BENTO, Jaime Carlos	61	Esc H	SAD 34.30 25m
13	CASTRO, Antonio Pedro	74	Esc E	LSC 35.32 25m
14	MACEDO, Joao Miguel	74	Esc E	LSC 36.17 50m
15	COHEN, Eduardo Jorge	59	Esc H	FCP 36.00 25m
16	MENESES, Pedro Bruno	62	Esc G	LSC 36.30 25m
17	FARIA, Decio Manuel	72	Esc E	CDF 39.32 50m
18	CUNHA, Rui Manuel	67	Esc F	OC 38.63 25m
19	CARDOSO, Vitor Manuel	72	Esc E	CNV 40.37 50m
20	SOARES, Jaime Antonio	87	Esc B	ADP 42.96 50m
21	FARIA, Vitorino Fernando	73	Esc E	FOCA 44.54 25m
22	RIBEIRO, Pedro Cunha	70	Esc F	FOCA 44.58 25m
23	CANELAS, Antonio Monteiro	50	Esc J	SCE 44.70 25m
24	PEREIRA, Norberto Matos	75	Esc E	VSC 49.17 50m
25	MARQUES, Antonio Jorge	51	Esc J	CFP 49.45 25m
26	NEVES, Sergio Manuel	82	Esc C	CFP 50.95 25m
27	ROSEIRA, Joao Luis	55	Esc I	CFP 1:04.96 25m
28	LOPES, Mário Nuno	74	Esc E	CCLV NT
29	CAMPOS, Tiago Dourado	88	Esc B	CFV NT
30	MARTINS, Pedro Filipe	90	Esc B	FOCA NT
31	RAMOS, Rodrigo Alexandre	86	Esc C	CAPGE NT
32	BARBOSA, Nuno Duarte	96	Esc A	LSC NT
33	GUEDES, Hugo Rafael	76	Esc E	LSC NT
34	PACHECO, Filipe Monteiro	74	Esc E	LSC NT
35	AMBRUS, Attila Janus	74	Esc E	CNV NT
36	AZEVEDO, Pedro Jorge Leite da Silva Pei	72	Esc E	FCP NT
37	FERNANDES, Celso Abreu	67	Esc F	SCA NT
38	CUNHA, Mario Rui	93	Esc A	GDNFAMA NT



Prova 32  
04/12/2021

Misto, 4 x 100m Estilos

AG 100 - 359  
Lista inscritos

RN 1(100-119)	5:26.90	Leixoes Sport Club	LSC	Pacos de Ferreira	16/11/2019
RN 2(120-159)	4:41.81	Leixoes Sport Club	LSC	Pacos de Ferreira	16/11/2019
RN 3(160-199)	5:13.25	Clube de Natacao do Litoral Alentej	CNLA	Sines	07/03/2020
RN 4(200-239)	5:54.17	Sport Alges e Dafundo	SAD	Sines	07/03/2020
RN 5(240-279)	8:10.44	Clube Fluvial Portuense	CFP	Porto	28/10/2018
RN 6(280-319)	6:56.39	Sport Alges e Dafundo	SAD	Sines	07/03/2020
RN 7(320-359)	59:00.00	start			

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Ord.	ANO	Cat	Tempo de Inscrição	
1	Porto 4	200 - 239	FCP	5:30.88
2	GCST 1	160 - 199	GCST	NT
3	Leixoes Sport Club 1	100 - 119	LSC	NT
4	Leixoes Sport Club 2	120 - 159	LSC	NT
5	Leixoes Sport Club 3	160 - 199	LSC	NT
6	Leixoes Sport Club 4	200 - 239	LSC	NT
7	Natacao de Valongo 2	120 - 159	CNV	NT
8	Natacao de Valongo 3	160 - 199	CNV	NT
9	Penafiel 1	120 - 159	ADP	NT
10	Ass. Prop. Urbanização Vila DEste 1	160 - 199	APUVE	NT
11	Vilacondense 1	160 - 199	CFV	NT