

Medalhados por Prova, Masc.

Todas as provas

2. 4 x 200m Livres

Absolutos - AN Alentejo

1. Aminata 1	Aminata	9:06.07	450
2. Litoral Alentejano 1	Litoral Alentejano	9:39.31	377
3. Aminata 2	Aminata	10:23.56	302

2. 4 x 200m Livres

Absolutos - AN Interior Centro

1. Natacao do Fundao / YesEnergy 3	Natacao do Fundao / YesEnergy	8:58.05	470
2. Natacao do Fundao / YesEnergy 4	Natacao do Fundao / YesEnergy	9:19.70	418
3. Elvense 1	Elvense	9:20.89	415

4. 100m Costas

Infantis - AN Alentejo

1. Tomas Nunes NOGUEIRA	14 Grupo Desportivo Mora	1:15.94	313
2. Diogo Leote PEDROSA	14 Zona Azul	1:17.78	291
3. Dinis Miguel FERNANDES	13 Cnbe	1:19.78	270

4. 100m Costas

Infantis - AN Interior Centro

1. Tomas Martins AZEVEDO	14 AN Albicastrense	1:18.60	282
2. Sergio Ricardo ALVES	14 CCDSerta	1:21.18	256
3. Francisco Jose ABREU	13 Natacao Guarda	1:21.76	251

4. 100m Costas

Juvenis - AN Alentejo

1. Mateus Duarte HELENO	16 Litoral Alentejano	1:11.18	380
2. Joao Carlos GARCIA	15 Zona Azul	1:12.60	359
3. Tiago Romaneiro JANEIRINHO	16 Aminata	1:12.77	356

4. 100m Costas

Juvenis - AN Interior Centro

1. Guilherme Bernardo MARTINHO	16 Natacao do Fundao / YesEnergy	1:07.01	456
2. Afonso Jose ALVES	15 CCDSerta	1:11.26	379
3. Jose Miguel PAIS	16 Natacao do Fundao / YesEnergy	1:12.68	357

4. 100m Costas

Juniores/Seniores - AN Alentejo

1. Tiago Delfim PEREIRA	19 Aminata	1:04.79	505
2. Tomas Mamede CEGONHO	18 Cnbe	1:06.11	475
3. Tiago Alexandre SARAMAGO	17 Estremoz	1:06.16	474

4. 100m Costas

Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Joao Alexandre SARAIVA	31 Natacao do Fundao / YesEnergy	1:08.26	431
2. Eduardo Nuno FIGUEIREDO	19 Portalegre	1:09.67	406
3. Manuel Adriaio CERCA	18 Natacao Guarda	1:10.79	387

6. 200m Mariposa

Infantis - AN Interior Centro

1. Goncalo Maria COSTA	14 Elvense	2:59.29	233
------------------------	------------	----------------	-----

6. 200m Mariposa

Juvenis - AN Alentejo

1. Guilherme Martins CANDEIAS	15 Aminata	2:48.64	280
2. Mateus Duarte HELENO	16 Litoral Alentejano	2:52.10	263

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

6. 200m Mariposa

Juniores/Seniores - AN Alentejo

1. Tiago Martins BARROSO	17	Aminata	2:26.17	430
2. Samuel Andre MARIANO	24	Litoral Alentejano	2:32.60	378
3. Pedro Caeiro MARQUES	17	Aminata	2:38.95	334

6. 200m Mariposa

Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Antonio Maria FERREIRA	26	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:41.18	320
---------------------------	----	-------------------------------	----------------	-----

8. 50m Bruços

Infantis - AN Alentejo

1. Nelson Manuel FLORINDO	14	Aminata	40.11	270
2. Miguel Ataide GOMES	14	Litoral Alentejano	40.21	268
3. Antonio Presado COSTA	14	Estremoz	41.53	243

8. 50m Bruços

Infantis - AN Interior Centro

1. Francisco Carvalho FIGUEIRA	14	Portalegre	41.27	248
2. Antonio Beirao VALENTE	14	AN Albicastrense	42.69	224
3. Joao Pedro ESTEVES	14	Natacao do Fundao / YesEnergy	43.96	205

8. 50m Bruços

Absolutos - AN Alentejo

1. Pedro Isidoro ARSENIO	17	Aljustrelense	32.77	496
2. Diogo Luis PINTO	19	Litoral Alentejano	32.98	487
3. Ricardo Jorge DIAS	36	Grupo Desportivo Mora	34.89	411

8. 50m Bruços

Absolutos - AN Interior Centro

1. Andre Prates LOPES	21	Natacao do Fundao / YesEnergy	31.44	562
2. Ricardo Contreiras JERONIMO	29	Natacao do Fundao / YesEnergy	33.98	445
3. Duarte Jose MATOS	16	CCDSerta	34.63	420

9. 800m Livres

Juvenis - AN Alentejo

1. Gustavo Cardoso SANTOS	15	Ndco	10:10.52	406
---------------------------	----	------	-----------------	-----

9. 800m Livres

Juniores/Seniores - AN Alentejo

1. Afonso Silva RODRIGUES	17	Ndco	10:33.39	363
2. Francisco Reis MAGUAS	20	Ndco	11:00.57	320

9. 800m Livres

Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Tomas Verissimo SILVA	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	9:50.60	448
2. Romulo Artur SILVA	18	Eléctrico	10:34.29	362
3. Antonio Maria FERREIRA	26	Natacao do Fundao / YesEnergy	10:47.19	340

11. 50m Costas

Infantis - AN Alentejo

1. Dinis Miguel FERNANDES	13	Cnbe	36.51	268
2. Lourenco Costa FORTES	13	Aljustrelense	37.35	250
3. Vicente Ataide RAMOS	14	Litoral Alentejano	38.00	238

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

11. 50m Costas Infantis - AN Interior Centro

1. Sergio Ricardo ALVES	14	CCDSerta	37.09	255
2. Francisco Jose ABREU	13	Natacao Guarda	37.86	240
3. Tomas Usta MELO	13	Eléctrico	39.87	206

11. 50m Costas Absolutos - AN Alentejo

1. Tiago Alexandre SARAMAGO	17	Estremoz	29.16	526
2. Antonio Peixe BICAS	18	Aminata	29.98	484
3. Francisco Caetano PALMA	22	Zona Azul	30.04	481

11. 50m Costas Absolutos - AN Interior Centro

1. Guilherme Bernardo MARTINHO	16	Natacao do Fundao / YesEnergy	30.26	471
2. Eduardo Nuno FIGUEIREDO	19	Portalegre	31.52	417
3. Ricardo Contreiras JERONIMO	29	Natacao do Fundao / YesEnergy	31.97	399

13. 200m Estilos Infantis - AN Alentejo

1. Tiago Torpes PARDAL	14	Litoral Alentejano	2:58.23	252
2. Antonio Presado COSTA	14	Estremoz	3:00.69	242
3. Miguel Ataide GOMES	14	Litoral Alentejano	3:06.40	220

13. 200m Estilos Infantis - AN Interior Centro

1. Goncalo Maria COSTA	14	Elvense	2:45.65	314
2. Tomas Martins AZEVEDO	14	AN Albicastrense	2:52.79	277
3. Duarte Belchior MUNHAO	14	Elvense	2:56.73	259

13. 200m Estilos Juvenis - AN Alentejo

1. Bernardo Jose LOUCAO	15	Litoral Alentejano	2:30.96	415
2. Mateus Duarte HELENO	16	Litoral Alentejano	2:31.82	408
3. Guilherme Martins CANDEIAS	15	Aminata	2:38.84	357

13. 200m Estilos Juvenis - AN Interior Centro

1. Guilherme Bernardo MARTINHO	16	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:22.46	494
2. Duarte Jose MATOS	16	CCDSerta	2:36.21	375
3. Rodrigo Joao ABREU	16	Natacao Guarda	2:38.89	356

13. 200m Estilos Juniore/Seniores - AN Alentejo

1. Tiago Delfim PEREIRA	19	Aminata	2:26.98	450
2. Afonso Silva RODRIGUES	17	Ndco	2:33.39	396
3. Tiago Martins BARROSO	17	Aminata	2:35.68	379

13. 200m Estilos Juniore/Seniores - AN Interior Centro

1. Joao Alexandre SARAIVA	31	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:29.69	426
2. Manuel Adriaio CERCA	18	Natacao Guarda	2:31.47	411
3. Joao Maria SANGUINHO	17	Elvense	2:33.77	393

15. 400m Livres Infantis - AN Alentejo

1. Diogo Leote PEDROSA	14	Zona Azul	4:59.79	394
2. Nelson Manuel FLORINDO	14	Aminata	5:12.67	348
3. Vicente Ataide RAMOS	14	Litoral Alentejano	5:32.20	290

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

15. 400m Livres Infantis - AN Interior Centro

1. Goncalo Maria COSTA	14	Elvense	5:25.13	309
2. Tomas Martins AZEVEDO	14	AN Albicastrense	5:34.55	284
3. Pedro Antonio MARCELINO	13	CCDSerta	5:37.71	276

15. 400m Livres Juvenis - AN Alentejo

1. Bernardo Jose LOUCAO	15	Litoral Alentejano	4:44.96	459
2. Tiago Romaneiro JANEIRINHO	16	Aminata	4:46.91	450
3. Edgar Van RAMOS	16	Aminata	4:54.82	415

15. 400m Livres Juvenis - AN Interior Centro

1. David Martinho VICENTE	15	Portalegre	5:04.04	378
2. Duarte Jose MATOS	16	CCDSerta	5:07.34	366
3. Afonso Jose ALVES	15	CCDSerta	5:17.05	333

15. 400m Livres Juniões/Seniores - AN Alentejo

1. Samuel Andre MARIANO	24	Litoral Alentejano	4:40.53	482
2. Pedro Caeiro MARQUES	17	Aminata	4:50.39	434
3. Afonso Silva RODRIGUES	17	Ndco	4:55.33	413

15. 400m Livres Juniões/Seniores - AN Interior Centro

1. Tomas Verissimo SILVA	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	4:45.07	459
2. Romulo Artur SILVA	18	Eléctrico	4:56.03	410
3. Manuel Maria SANGUINHO	17	Elvense	5:18.07	330

17. 4 x 100m Estilos Infantis - AN Alentejo

1. Aminata 2	Aminata	5:34.69	235
2. Litoral Alentejano 1	Litoral Alentejano	5:35.73	233
3. Cnbe 1	Cnbe	6:34.89	143

17. 4 x 100m Estilos Infantis - AN Interior Centro

1. CCDSerta 14	CCDSerta	5:47.48	210
2. AN Albicastrense 1	AN Albicastrense	5:53.37	200

17. 4 x 100m Estilos Absolutos - AN Alentejo

1. Aminata 1	Aminata	4:22.96	486
2. Litoral Alentejano 3	Litoral Alentejano	4:27.14	463
3. GSC Grândola Sports Club 1	GSC Grândola Sports Club	5:26.26	254

17. 4 x 100m Estilos Absolutos - AN Interior Centro

1. Natacao do Fundao / YesEnergy 8	Natacao do Fundao / YesEnergy	4:21.14	496
2. Natacao do Fundao / YesEnergy 9	Natacao do Fundao / YesEnergy	4:35.01	425
3. Elvense 3	Elvense	4:36.15	419

19. 50m Livres Infantis - AN Alentejo

1. Diogo Leote PEDROSA	14	Zona Azul	30.02	337
2. Nelson Manuel FLORINDO	14	Aminata	30.44	324
3. Lourenco Costa FORTES	13	Aljustrelense	30.63	318

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

19. 50m Livres

Infantis - AN Interior Centro

1. Goncalo Maria COSTA	14	Elvense	29.74	347
2. Sergio Ricardo ALVES	14	CCDSerta	29.78	346
3. Joao Pedro ESTEVES	14	Natacao do Fundao / YesEnergy	30.14	333

19. 50m Livres

Absolutos - AN Alentejo

1. Angelo Holovryak TERESA	22	Aljustrelense	25.30	564
2. Francisco Caetano PALMA	22	Zona Azul	25.70	538
3. Antonio Peixe BICAS	18	Aminata	25.71	537

19. 50m Livres

Absolutos - AN Interior Centro

1. Eduardo Nuno FIGUEIREDO	19	Portalegre	24.94	589
2. Andre Prates LOPES	21	Natacao do Fundao / YesEnergy	25.74	536
3. Diogo Belchior MUNHAO	18	Elvense	26.30	502

21. 200m Bruços

Infantis - AN Alentejo

1. Tiago Torpes PARDAL	14	Litoral Alentejano	3:19.02	250
2. Diogo Salvador SANTOS	13	GSC Grândola Sports Club	3:25.66	227
3. Gabriel Carrasco COELHO	14	Estremoz	3:27.61	220

21. 200m Bruços

Infantis - AN Interior Centro

1. Duarte Belchior MUNHAO	14	Elvense	3:26.36	224
2. Antonio Beirao VALENTE	14	AN Albicastrense	3:29.68	214
3. Martim Farinha NUNES	14	CCDSerta	3:29.81	213

21. 200m Bruços

Juvenis - AN Alentejo

1. Edgar Van RAMOS	16	Aminata	2:55.01	368
2. Gustavo Cardoso SANTOS	15	Ndco	3:02.66	324
2. Joao Maria NABAIS	15	Aminata	3:02.66	324

21. 200m Bruços

Juvenis - AN Interior Centro

1. Guilherme Bernardo MARTINHO	16	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:47.03	423
2. David Martinho VICENTE	15	Portalegre	2:55.93	362
3. Duarte Jose MATOS	16	CCDSerta	2:59.49	341

21. 200m Bruços

Juniores/Seniores - AN Alentejo

1. Samuel Andre MARIANO	24	Litoral Alentejano	2:52.01	388
2. Pedro Isidoro ARSENIO	17	Aljustrelense	2:52.11	387
3. Joao Pedro PORTO	17	GSC Grândola Sports Club	3:07.47	299

21. 200m Bruços

Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Joao Maria SANGUINHO	17	Elvense	2:52.97	381
2. Rodrigo Nuno CAETANO	17	Natacao Guarda	3:02.31	326
3. Andre Filipe MENDES	27	Natacao do Fundao / YesEnergy	3:05.51	309

23. 100m Mariposa

Infantis - AN Alentejo

1. Rafael Duarte BICO	14	Aminata	1:21.78	221
2. Nelson Manuel FLORINDO	14	Aminata	1:21.93	219
3. Diogo Salvador SANTOS	13	GSC Grândola Sports Club	1:23.48	207

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

23. 100m Mariposa Infantis - AN Interior Centro

1. Goncalo Maria COSTA	14	Elvense	1:16.12	274
2. Sergio Ricardo ALVES	14	CCDSerta	1:21.89	220
3. Francisco Carvalho FIGUEIRA	14	Portalegre	1:23.55	207

23. 100m Mariposa Juvenis - AN Alentejo

1. Mateus Duarte HELENO	16	Litoral Alentejano	1:07.00	402
2. Bernardo Jose LOUCAO	15	Litoral Alentejano	1:11.71	327
3. Guilherme Martins CANDEIAS	15	Aminata	1:11.86	325

23. 100m Mariposa Juvenis - AN Interior Centro

1. Afonso Jose ALVES	15	CCDSerta	1:07.84	387
2. Rodrigo Joao ABREU	16	Natacao Guarda	1:14.66	290

23. 100m Mariposa Juniore/Seniores - AN Alentejo

1. Hugo Filipe CORREIA	27	Litoral Alentejano	1:01.57	518
2. Tiago Martins BARROSO	17	Aminata	1:03.12	480
3. Tomas Mamede CEGONHO	18	Cnbe	1:05.35	433

23. 100m Mariposa Juniore/Seniores - AN Interior Centro

1. Diogo Belchior MUNHAO	18	Elvense	1:02.34	499
2. Eduardo Nuno FIGUEIREDO	19	Portalegre	1:04.35	453
3. Ricardo Contreiras JERONIMO	29	Natacao do Fundao / YesEnergy	1:05.49	430

25. 4 x 100m Livres Infantis - AN Alentejo

1. Aminata 2	Aminata	4:43.20	293
2. Litoral Alentejano 1	Litoral Alentejano	5:01.52	243
3. Cnbe 1	Cnbe	5:39.80	170

25. 4 x 100m Livres Infantis - AN Interior Centro

1. CCDSerta 15	CCDSerta	4:57.52	253
----------------	----------	----------------	-----

25. 4 x 100m Livres Absolutos - AN Alentejo

1. Litoral Alentejano 3	Litoral Alentejano	3:54.13	519
2. Aminata 1	Aminata	3:56.99	501
3. Aljustrelense 1	Aljustrelense	4:00.42	479

25. 4 x 100m Livres Absolutos - AN Interior Centro

1. Natacao do Fundao / YesEnergy 15	Natacao do Fundao / YesEnergy	3:56.43	504
2. Elvense 5	Elvense	4:05.06	453
3. Natacao do Fundao / YesEnergy 14	Natacao do Fundao / YesEnergy	4:06.20	446

26. 1500m Livres Infantis - AN Alentejo

1. Diogo Leote PEDROSA	14	Zona Azul	20:19.55	363
2. Vicente Ataide RAMOS	14	Litoral Alentejano	22:31.96	267
3. Gustavo Antonio BERNARDES	13	Aminata	22:56.00	253

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

26. 1500m Livres Juvenis - AN Alentejo

1. Edgar Van RAMOS	16	Aminata	19:42.36	399
--------------------	----	---------	-----------------	-----

26. 1500m Livres Júniores/Seniores - AN Alentejo

1. Pedro Caeiro MARQUES	17	Aminata	19:19.21	423
2. Afonso Silva RODRIGUES	17	Ndco	20:14.25	368

26. 1500m Livres Júniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Tomas Verissimo SILVA	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	19:05.97	438
2. Antonio Maria FERREIRA	26	Natacao do Fundao / YesEnergy	22:10.04	280

28. 50m Mariposa Infantis - AN Alentejo

1. Antonio Presado COSTA	14	Estremoz	34.40	271
2. Diogo Salvador SANTOS	13	GSC Grândola Sports Club	35.45	247
3. Gustavo Antonio BERNARDES	13	Aminata	39.18	183

28. 50m Mariposa Infantis - AN Interior Centro

1. Kaluana Pinheiro BENZECRY	14	Natacao do Fundao / YesEnergy	33.65	289
2. Francisco Carvalho FIGUEIRA	14	Portalegre	34.35	272
3. Francisco Jose ABREU	13	Natacao Guarda	35.36	249

28. 50m Mariposa Absolutos - AN Alentejo

1. Hugo Filipe CORREIA	27	Litoral Alentejano	26.86	569
2. Tomas Mamede CEGONHO	18	Cnbe	26.90	567
3. Antonio Peixe BICAS	18	Aminata	27.88	509

28. 50m Mariposa Absolutos - AN Interior Centro

1. Eduardo Nuno FIGUEIREDO	19	Portalegre	27.54	528
2. Bernardo Querido CARONHO	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	27.91	508
3. Diogo Belchior MUNHAO	18	Elvense	28.10	497

30. 200m Livres Infantis - AN Alentejo

1. Diogo Leote PEDROSA	14	Zona Azul	2:20.39	383
2. Nelson Manuel FLORINDO	14	Aminata	2:24.61	350
3. Rafael Duarte BICO	14	Aminata	2:33.87	291

30. 200m Livres Infantis - AN Interior Centro

1. Goncalo Maria COSTA	14	Elvense	2:27.00	334
2. Francisco Carvalho FIGUEIRA	14	Portalegre	2:30.28	312
3. Tomas Martins AZEVEDO	14	AN Albicastrense	2:30.55	310

30. 200m Livres Juvenis - AN Alentejo

1. Tiago Romaneiro JANEIRINHO	16	Aminata	2:13.05	450
2. Bernardo Jose LOUCAO	15	Litoral Alentejano	2:15.27	428
3. Gustavo Cardoso SANTOS	15	Ndco	2:16.72	415

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

30. 200m Livres Juvenis - AN Interior Centro

1. Jose Miguel PAIS	16	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:14.11	439
2. Duarte Jose MATOS	16	CCDSerta	2:18.74	397
3. Afonso Jose ALVES	15	CCDSerta	2:20.56	382

30. 200m Livres Juniores/Seniores - AN Alentejo

1. Samuel Andre MARIANO	24	Litoral Alentejano	2:07.90	507
2. Francisco Caetano PALMA	22	Zona Azul	2:11.21	469
3. Tiago Delfim PEREIRA	19	Aminata	2:14.27	438

30. 200m Livres Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Joao Alexandre SARAIVA	31	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:12.69	454
2. Romulo Artur SILVA	18	Elétrico	2:15.35	427
3. Tomas Verissimo SILVA	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:16.75	414

32. 100m Bruços Infantis - AN Alentejo

1. Miguel Ataide GOMES	14	Litoral Alentejano	1:31.03	243
2. Tiago Torpes PARDAL	14	Litoral Alentejano	1:33.68	223
3. Gabriel Carrasco COELHO	14	Estremoz	1:35.48	211

32. 100m Bruços Infantis - AN Interior Centro

1. Goncalo Maria COSTA	14	Elvense	1:25.70	292
2. Duarte Belchior MUNHAO	14	Elvense	1:31.45	240
3. Francisco Carvalho FIGUEIRA	14	Portalegre	1:34.46	218

32. 100m Bruços Juvenis - AN Alentejo

1. Gustavo Cardoso SANTOS	15	Ndco	1:22.26	330
2. Edgar Van RAMOS	16	Aminata	1:23.94	311
3. Joao Maria NABAIS	15	Aminata	1:25.29	296

32. 100m Bruços Juvenis - AN Interior Centro

1. Guilherme Bernardo MARTINHO	16	Natacao do Fundao / YesEnergy	1:17.24	399
2. David Martinho VICENTE	15	Portalegre	1:19.63	364
3. Duarte Jose MATOS	16	CCDSerta	1:20.97	346

32. 100m Bruços Juniores/Seniores - AN Alentejo

1. Pedro Isidoro ARSENIO	17	Aljustrelense	1:13.30	467
2. Diogo Luis PINTO	19	Litoral Alentejano	1:17.67	392
3. Joao Pedro PORTO	17	GSC Grândola Sports Club	1:25.00	299

32. 100m Bruços Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Andre Prates LOPES	21	Natacao do Fundao / YesEnergy	1:13.77	458
2. Joao Maria SANGUINHO	17	Elvense	1:20.51	352
3. Rodrigo Nuno CAETANO	17	Natacao Guarda	1:21.14	344

35. 4 x 50m Livres Absolutos - AN Alentejo

1. Aljustrelense 1	Aljustrelense	1:41.94	586
2. Litoral Alentejano 2	Litoral Alentejano	1:45.07	535
3. Estremoz 3	Estremoz	1:46.70	511

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

35. 4 x 50m Livres

Absolutos - AN Interior Centro

1. Natacao do Fundao / YesEnergy	23	Natacao do Fundao / YesEnergy	1:47.22	503
2. Natacao do Fundao / YesEnergy	21	Natacao do Fundao / YesEnergy	1:48.24	489
3. CCDSerta	9	CCDSerta	1:48.59	484

37. 100m Livres

Infantis - AN Alentejo

1. Diogo Leote PEDROSA	14	Zona Azul	1:05.16	361
2. Nelson Manuel FLORINDO	14	Aminata	1:06.48	340
3. Rafael Duarte BICO	14	Aminata	1:06.65	337

37. 100m Livres

Infantis - AN Interior Centro

1. Goncalo Maria COSTA	14	Elvense	1:05.67	352
2. Francisco Jose ABREU	13	Natacao Guarda	1:06.75	335
3. Sergio Ricardo ALVES	14	CCDSerta	1:07.74	321

37. 100m Livres

Juvenis - AN Alentejo

1. Mateus Duarte HELENO	16	Litoral Alentejano	1:00.07	460
2. Tiago Romaneiro JANEIRINHO	16	Aminata	1:00.21	457
3. Rodrigo Santos SOUZA	16	Acmm	1:01.06	438

37. 100m Livres

Juvenis - AN Interior Centro

1. Guilherme Bernardo MARTINHO	16	Natacao do Fundao / YesEnergy	57.51	525
2. Jose Miguel PAIS	16	Natacao do Fundao / YesEnergy	58.56	497
3. Afonso Jose ALVES	15	CCDSerta	1:00.02	462

37. 100m Livres

Juniores/Seniores - AN Alentejo

1. Francisco Caetano PALMA	22	Zona Azul	56.04	567
2. Antonio Peixe BICAS	18	Aminata	57.36	529
3. Hugo Filipe CORREIA	27	Litoral Alentejano	57.99	512

37. 100m Livres

Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Eduardo Nuno FIGUEIREDO	19	Portalegre	56.79	545
2. Joao Alexandre SARAIVA	31	Natacao do Fundao / YesEnergy	57.60	522
3. Diogo Belchior MUNHAO	18	Elvense	58.03	511

39. 400m Estilos

Juvenis - AN Alentejo

1. Edgar Van RAMOS	16	Aminata	5:31.78	390
2. Luis Carlos VAZ	16	Litoral Alentejano	5:44.13	349
3. Joao Maria NABAIS	15	Aminata	5:47.51	339

39. 400m Estilos

Juvenis - AN Interior Centro

1. David Martinho VICENTE	15	Portalegre	5:41.45	358
2. Rodrigo Joao ABREU	16	Natacao Guarda	6:01.26	302
3. Joao Martim PICARRA	16	Elvense	6:07.96	286

39. 400m Estilos

Juniores/Seniores - AN Alentejo

1. Samuel Andre MARIANO	24	Litoral Alentejano	5:16.72	448
2. Pedro Caeiro MARQUES	17	Aminata	5:22.92	423
3. Tiago Martins BARROSO	17	Aminata	5:33.65	383

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

39. 400m Estilos Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Joao Maria SANGUINHO	17	Elvense	5:47.72	339
-------------------------	----	---------	----------------	-----

41. 200m Costas Infantis - AN Alentejo

1. Tomas Nunes NOGUEIRA	14	Grupo Desportivo Mora	2:43.74	319
2. Diogo Leote PEDROSA	14	Zona Azul	2:44.61	314
3. Dinis Miguel FERNANDES	13	Cnbe	2:53.91	266

41. 200m Costas Infantis - AN Interior Centro

1. Tomas Martins AZEVEDO	14	AN Albicastrense	2:54.99	261
2. Duarte Belchior MUNHAO	14	Elvense	2:56.24	256
3. Sergio Ricardo ALVES	14	CCDSerta	2:58.92	244

41. 200m Costas Juvenis - AN Alentejo

1. Mateus Duarte HELENO	16	Litoral Alentejano	2:37.14	361
2. Bernardo Jose LOUCAO	15	Litoral Alentejano	2:37.28	360
3. Joao Carlos GARCIA	15	Zona Azul	2:40.96	336

41. 200m Costas Juvenis - AN Interior Centro

1. Guilherme Bernardo MARTINHO	16	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:22.51	484
2. Afonso Jose ALVES	15	CCDSerta	2:44.93	312
3. Jose Miguel PAIS	16	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:45.60	308

41. 200m Costas Juniores/Seniores - AN Alentejo

1. Tiago Delfim PEREIRA	19	Aminata	2:24.18	467
2. Francisco Caetano PALMA	22	Zona Azul	2:25.81	452
3. Tiago Alexandre SARAMAGO	17	Estremoz	2:32.72	393

41. 200m Costas Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Manuel Maria SANGUINHO	17	Elvense	2:56.90	253
---------------------------	----	---------	----------------	-----

44. 4 x 50m Estilos Absolutos - AN Alentejo

1. Litoral Alentejano 2	Litoral Alentejano	2:02.04	452
2. Estremoz 4	Estremoz	2:03.76	434
3. Aminata 1	Aminata	2:03.84	433

44. 4 x 50m Estilos Absolutos - AN Interior Centro

1. Natacao do Fundao / YesEnergy 27	Natacao do Fundao / YesEnergy	1:54.63	546
2. Natacao do Fundao / YesEnergy 28	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:04.52	426
3. Elvense 9	Elvense	2:05.97	411

Medalhados por Prova, Femin.

Todas as provas

1. 4 x 200m Livres

Absolutos - AN Alentejo

1. Aminata 1	Aminata	10:41.99	361
2. Ndco 1	Ndco	10:43.75	358
3. Acmn 1	Acmn	11:37.95	281

1. 4 x 200m Livres

Absolutos - AN Interior Centro

1. Elvense 11	Elvense	10:54.16	342
2. Natacao do Fundao / YesEnergy 1	Natacao do Fundao / YesEnergy	10:55.41	340
3. CCDSerta 3	CCDSerta	10:59.02	334

3. 100m Costas

Infantis - AN Alentejo

1. Lara Amorim PEREIRA	13 Litoral Alentejano	1:17.66	398
2. Madalena Santos MACHADO	14 Ndco	1:19.74	367
3. Maria Brito PALMA	14 Zona Azul	1:22.00	338

3. 100m Costas

Infantis - AN Interior Centro

1. Ines Munhos SILVA	14 AN Albicastrense	1:22.34	334
2. Maria Beatriz MESTRE	14 Eléctrico	1:25.87	294
3. Leonor Santos SILVA	13 CCDSerta	1:26.02	292

3. 100m Costas

Juvenis - AN Alentejo

1. Leonor Barao GUERREIRO	16 Aljustrelense	1:13.46	470
2. Ines Diogo MESTRE	15 Aljustrelense	1:17.96	393
3. Maria Ines LUIS	15 Aljustrelense	1:18.58	384

3. 100m Costas

Juvenis - AN Interior Centro

1. Ines Martins FARINHA	15 CCDSerta	1:15.87	426
2. Georgiana Mariana CHIRILA	15 Natacao Guarda	1:19.95	364
3. Carolina Neves SOUSA	16 Eléctrico	1:23.94	315

3. 100m Costas

Juniores/Seniores - AN Alentejo

1. Carolina Pedrosa RICARDO	18 Cnbe	1:16.94	409
2. Carolina Alexandra MACHADO	23 Cnbe	1:17.29	403
3. Madalena Miguens PUCARINHAS	17 Estremoz	1:17.65	398

3. 100m Costas

Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Ines Maria ESCARDUCA	18 Elvense	1:17.66	398
2. Carolina Fonseca DIEGUES	20 AN Albicastrense	1:24.20	312
3. Matilde Barbas BILE	18 Portalegre	1:24.78	305

5. 200m Mariposa

Infantis - AN Alentejo

1. Inês Mendes ROCHA	14 Litoral Alentejano	2:56.41	329
2. Mariana Isabel BENTO	14 Aminata	3:19.36	228
3. Carolina Paixao CENICO	14 Acmn	3:26.15	206

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

5. 200m Mariposa Infantis - AN Interior Centro

1. Ines Barata HENRIQUE	14	AN Albicastrense	3:23.54	214
2. Margarida Amaral MESQUITA	14	Eléctrico	3:41.33	166

5. 200m Mariposa Juvenis - AN Alentejo

1. Mariana Rosado GOMES	16	Aminata	3:09.23	266
-------------------------	----	---------	----------------	-----

5. 200m Mariposa Juvenis - AN Interior Centro

1. Joana Nobre JESUS	15	Natacao Guarda	3:20.42	224
----------------------	----	----------------	----------------	-----

5. 200m Mariposa Juniões/Seniores - AN Interior Centro

1. Eduarda Galvao RAPOSO	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:59.21	314
--------------------------	----	-------------------------------	----------------	-----

7. 50m Bruços Infantis - AN Alentejo

1. Lara Sofia GONCALVES	14	Litoral Alentejano	43.27	306
2. Teresa Filipe BANHA	14	Acmn	43.47	301
3. Alice Fortunato CORREIA	13	GSC Grândola Sports Club	43.94	292

7. 50m Bruços Infantis - AN Interior Centro

1. Leonor Cardoso TAVARES	14	CCDSerta	39.93	389
2. Daniela Dias RODRIGUES	13	Natacao Guarda	41.35	350
3. Carolina Barradas OLIVEIRA	14	AN Albicastrense	43.95	292

7. 50m Bruços Absolutos - AN Alentejo

1. Margarida Maria BEATO	15	GSC Grândola Sports Club	37.10	485
2. Madalena Vidinha BARRADAS	15	Zona Azul	37.92	454
3. Leonor Correia NUNES	18	Aljustrelense	38.34	439

7. 50m Bruços Absolutos - AN Interior Centro

1. Rita Lobo PIRES	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	39.11	414
2. Beatriz Catarino MOURA	24	Natacao do Fundao / YesEnergy	40.74	366
3. Carolina Fonseca DIEGUES	20	AN Albicastrense	42.29	327

9. 800m Livres Infantis - AN Alentejo

1. Lara Amorim PEREIRA	13	Litoral Alentejano	11:15.79	367
2. Ines Borges COSTA	14	Ndco	11:21.91	357
3. Daniela Varela SILVA	14	Acmn	12:24.26	275

9. 800m Livres Infantis - AN Interior Centro

1. Maria Beatriz MESTRE	14	Eléctrico	12:21.81	277
2. Margarida Lourenco ANTUNES	14	CCDSerta	12:49.34	249
3. Diana Sofia PEREIRA	14	Natacao do Fundao / YesEnergy	12:50.20	248

9. 800m Livres Juvenis - AN Alentejo

1. Leonor Duarte GONCALVES	16	Ndco	11:01.57	391
2. Teresa Ribeiro ROCHA	15	Aminata	11:23.55	355
3. Rita Isabel OLIVEIRA	16	Estremoz	11:29.63	345

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

9. 800m Livres

Juvenis - AN Interior Centro

1. Matilde Nogueira LOURENCO	15	CCDSerta	10:58.31	397
2. Joana Nobre JESUS	15	Natacao Guarda	11:29.18	346

9. 800m Livres

Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Rita Lobo PIRES	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	11:07.39	381
--------------------	----	-------------------------------	-----------------	-----

10. 50m Costas

Infantis - AN Alentejo

1. Madalena Santos MACHADO	14	Ndco	37.40	370
2. Carolina Neves MESTRE	13	Aljustrelense	40.61	289
3. Ariana Nunes BATISTA	14	GSC Grândola Sports Club	41.09	279

10. 50m Costas

Infantis - AN Interior Centro

1. Ines Batista PASSADINHAS	13	Portalegre	42.00	261
2. Maria Leonor MAFRA	13	Portalegre	42.32	255
3. Andreia Lourenco COSTA	13	Natacao do Fundao / YesEnergy	44.63	217

10. 50m Costas

Absolutos - AN Alentejo

1. Leonor Barao GUERREIRO	16	Aljustrelense	33.63	509
2. Carolina Pedrosa RICARDO	18	Cnbe	34.78	460
3. Carolina Alexandra MACHADO	23	Cnbe	35.70	425

10. 50m Costas

Absolutos - AN Interior Centro

1. Ines Martins FARINHA	15	CCDSerta	35.11	447
2. Ines Maria ESCARDUCA	18	Elvense	35.66	427
3. Carolina Neves SOUSA	16	Elétrico	38.14	349

12. 200m Estilos

Infantis - AN Alentejo

1. Lara Amorim PEREIRA	13	Litoral Alentejano	2:52.37	387
2. Maria Brito PALMA	14	Zona Azul	2:55.41	367
3. Lara Sofia GONCALVES	14	Litoral Alentejano	2:58.97	346

12. 200m Estilos

Infantis - AN Interior Centro

1. Ines Munhos SILVA	14	AN Albicastrense	2:58.86	347
2. Leonor Santos SILVA	13	CCDSerta	3:02.30	327
3. Mercedes Beirao VALENTE	13	AN Albicastrense	3:03.28	322

12. 200m Estilos

Juvenis - AN Alentejo

1. Margarida Maria BEATO	15	GSC Grândola Sports Club	2:53.21	382
2. Mariana Rosado GOMES	16	Aminata	2:54.18	375
3. Madalena Vidinha BARRADAS	15	Zona Azul	3:04.92	314

12. 200m Estilos

Juvenis - AN Interior Centro

1. Georgiana Mariana CHIRILA	15	Natacao Guarda	2:58.70	348
2. Joana Nobre JESUS	15	Natacao Guarda	3:01.76	330
3. Alice Salgueiro MENICHETTI	15	Portalegre	3:02.80	325

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

12. 200m Estilos Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Eduarda Galvao RAPOSO	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:47.44	423
2. Stefania Cosmina CHITIC	18	Elvense	3:06.19	307
3. Matilde Barbas BILE	18	Portalegre	3:08.99	294

14. 400m Livres Infantis - AN Alentejo

1. Madalena Santos MACHADO	14	Ndco	5:19.77	392
2. Ines Borges COSTA	14	Ndco	5:21.16	387
3. Daniela Varela SILVA	14	Acmn	5:50.78	297

14. 400m Livres Infantis - AN Interior Centro

1. Ines Barata HENRIQUE	14	AN Albicastrense	5:40.33	325
2. Leonor Santos SILVA	13	CCDSerta	5:40.44	325
3. Rita Vidigal CALDEIRA	13	Elvense	5:50.44	298

14. 400m Livres Juvenis - AN Alentejo

1. Maria Ines LUIS	15	Aljustrelense	5:06.76	444
2. Leonor Duarte GONCALVES	16	Ndco	5:21.96	384
3. Ines Sofia LOPES	16	Aljustrelense	5:29.41	359

14. 400m Livres Juvenis - AN Interior Centro

1. Matilde Nogueira LOURENCO	15	CCDSerta	5:18.88	396
2. Joana Nobre JESUS	15	Natacao Guarda	5:30.58	355
3. Georgiana Mariana CHIRILA	15	Natacao Guarda	5:39.12	329

14. 400m Livres Juniores/Seniores - AN Alentejo

1. Joana Afonso BANZA	17	Aljustrelense	5:28.42	362
2. Madalena Miguens PUCARINHAS	17	Estremoz	5:40.19	326

14. 400m Livres Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Ines Maria ESCARDUCA	18	Elvense	5:21.98	384
2. Rita Lobo PIRES	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	5:24.21	376
3. Clara Sofia MARCAL	17	CCDSerta	6:22.14	230

16. 4 x 100m Estilos Infantis - AN Alentejo

1. Litoral Alentejano 1	Litoral Alentejano	5:26.43	346
2. Litoral Alentejano 2	Litoral Alentejano	5:51.43	277
3. GSC Grândola Sports Club 1	GSC Grândola Sports Club	5:56.21	266

16. 4 x 100m Estilos Infantis - AN Interior Centro

1. AN Albicastrense 2	AN Albicastrense	5:52.40	275
-----------------------	------------------	----------------	-----

16. 4 x 100m Estilos Absolutos - AN Alentejo

1. Aljustrelense 1	Aljustrelense	4:49.32	498
--------------------	---------------	----------------	-----

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

16. 4 x 100m Estilos

Absolutos - AN Interior Centro

1. Natacao do Fundao / YesEnergy 6	Natacao do Fundao / YesEnergy	5:26.80	345
2. CCDSerta 4	CCDSerta	5:33.42	325
3. Natacao Guarda 1	Natacao Guarda	5:44.28	295

18. 50m Livres

Infantis - AN Alentejo

1. Ines Borges COSTA	14 Ndco	30.51	463
2. Madalena Santos MACHADO	14 Ndco	31.32	428
3. Alice Fortunato CORREIA	13 GSC Grândola Sports Club	32.23	393

18. 50m Livres

Infantis - AN Interior Centro

1. Ines Munhos SILVA	14 AN Albicastrense	31.53	419
2. Leonor Santos SILVA	13 CCDSerta	31.76	410
3. Leonor Cardoso TAVARES	14 CCDSerta	32.61	379

18. 50m Livres

Absolutos - AN Alentejo

1. Catarina Moreira FERNANDES	17 Aljustrelense	28.65	559
2. Leonor Correia NUNES	18 Aljustrelense	30.12	481
3. Ines Sofia LOPES	16 Aljustrelense	30.18	478

18. 50m Livres

Absolutos - AN Interior Centro

1. Ines Maria ESCARDUCA	18 Elvense	29.41	517
2. Matilde Nogueira LOURENCO	15 CCDSerta	30.30	473
3. Georgiana Mariana CHIRILA	15 Natacao Guarda	30.89	446

20. 200m Bruços

Infantis - AN Alentejo

1. Lara Sofia GONCALVES	14 Litoral Alentejano	3:19.72	326
2. Luana Alexandra REBOCHO	14 Zona Azul	3:20.14	324
3. Alice Cardoso SILVA	13 Litoral Alentejano	3:28.33	287

20. 200m Bruços

Infantis - AN Interior Centro

1. Mercedes Beirao VALENTE	13 AN Albicastrense	3:12.70	363
2. Ines Munhos SILVA	14 AN Albicastrense	3:20.51	322
3. Leonor Cardoso TAVARES	14 CCDSerta	3:22.88	311

20. 200m Bruços

Juvenis - AN Alentejo

1. Madalena Vidinha BARRADAS	15 Zona Azul	3:17.11	339
2. Rita Isabel OLIVEIRA	16 Estremoz	3:36.38	256

20. 200m Bruços

Juvenis - AN Interior Centro

1. Alice Salgueiro MENICHETTI	15 Portalegre	3:13.80	357
-------------------------------	---------------	----------------	-----

20. 200m Bruços

Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Rita Lobo PIRES	17 Natacao do Fundao / YesEnergy	3:09.80	380
2. Stefania Cosmina CHITIC	18 Elvense	3:32.75	270

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

22. 100m Mariposa			Infantis - AN Alentejo	
1. Maria Brito PALMA	14	Zona Azul	1:16.44	364
2. Inês Mendes ROCHA	14	Litoral Alentejano	1:17.75	346
3. Valentina Guerrero NAVA	14	Litoral Alentejano	1:26.43	252
22. 100m Mariposa			Infantis - AN Interior Centro	
1. Margarida Lourenco ANTUNES	14	CCDSerta	1:27.96	239
2. Ines Barata HENRIQUE	14	AN Albicastrense	1:28.62	233
3. Margarida Amaral MESQUITA	14	Elétrico	1:32.27	207
22. 100m Mariposa			Juvenis - AN Alentejo	
1. Ines Sofia LOPES	16	Aljustrelense	1:16.82	359
2. Teresa Ribeiro ROCHA	15	Aminata	1:21.02	306
3. Mariana Rosado GOMES	16	Aminata	1:22.37	291
22. 100m Mariposa			Juvenis - AN Interior Centro	
1. Ines Martins FARINHA	15	CCDSerta	1:20.68	309
2. Georgiana Mariana CHIRILA	15	Natacao Guarda	1:25.50	260
3. Alice Salgueiro MENICHETTI	15	Portalegre	1:29.16	229
22. 100m Mariposa			Juniões/Seniores - AN Alentejo	
1. Catarina Moreira FERNANDES	17	Aljustrelense	1:09.42	486
2. Carolina Alexandra MACHADO	23	Cnbe	1:14.39	395
3. Madalena Miguens PUCARINHAS	17	Estremoz	1:20.47	312
22. 100m Mariposa			Juniões/Seniores - AN Interior Centro	
1. Eduarda Galvao RAPOSO	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	1:18.85	332
2. Carolina Fonseca DIEGUES	20	AN Albicastrense	1:30.11	222
24. 4 x 100m Livres			Infantis - AN Alentejo	
1. Ndco 2		Ndco	4:49.31	371
2. Zona Azul 1		Zona Azul	5:03.04	323
3. Litoral Alentejano 1		Litoral Alentejano	5:03.88	320
24. 4 x 100m Livres			Infantis - AN Interior Centro	
1. CCDSerta 13		CCDSerta	5:04.22	319
2. AN Albicastrense 2		AN Albicastrense	5:23.81	264
24. 4 x 100m Livres			Absolutos - AN Alentejo	
1. Aljustrelense 1		Aljustrelense	4:19.59	514
2. Aljustrelense 2		Aljustrelense	4:23.92	489
3. Aminata 1		Aminata	4:47.08	380
24. 4 x 100m Livres			Absolutos - AN Interior Centro	
1. CCDSerta 7		CCDSerta	4:46.75	381
2. Natacao Guarda 2		Natacao Guarda	4:51.89	361
3. Natacao do Fundao / YesEnergy 11		Natacao do Fundao / YesEnergy	4:52.84	358

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

26. 1500m Livres				Juvenis - AN Alentejo	
1. Leonor Duarte GONCALVES	16	Ndco	21:06.43	383	
2. Rita Isabel OLIVEIRA	16	Estremoz	22:37.10	312	
26. 1500m Livres				Juvenis - AN Interior Centro	
1. Joana Nobre JESUS	15	Natacao Guarda	22:57.29	298	
2. Madalena Santos ROLO	15	CCDSerta	24:49.04	236	
27. 50m Mariposa				Infantis - AN Alentejo	
1. Maria Brito PALMA	14	Zona Azul	34.42	357	
2. Inês Mendes ROCHA	14	Litoral Alentejano	35.84	316	
3. Lara Sofia GONCALVES	14	Litoral Alentejano	36.17	308	
27. 50m Mariposa				Infantis - AN Interior Centro	
1. Margarida Amaral MESQUITA	14	Elétrico	39.71	232	
2. Maria Leonor MAFRA	13	Portalegre	41.39	205	
3. Joana Costa CAIRRAO	14	Natacao Guarda	41.44	204	
27. 50m Mariposa				Absolutos - AN Alentejo	
1. Catarina Moreira FERNANDES	17	Aljustrelense	29.96	542	
2. Carolina Pedrosa RICARDO	18	Cnbe	31.25	477	
3. Carolina Alexandra MACHADO	23	Cnbe	32.09	441	
27. 50m Mariposa				Absolutos - AN Interior Centro	
1. Eduarda Galvao RAPOSO	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	33.40	391	
2. Ines Martins FARINHA	15	CCDSerta	33.61	384	
3. Lara Almeida RIBEIRO	19	CCDSerta	33.99	371	
29. 200m Livres				Infantis - AN Alentejo	
1. Ines Borges COSTA	14	Ndco	2:27.23	442	
2. Lara Amorim PEREIRA	13	Litoral Alentejano	2:31.79	404	
3. Madalena Santos MACHADO	14	Ndco	2:32.12	401	
29. 200m Livres				Infantis - AN Interior Centro	
1. Leonor Santos SILVA	13	CCDSerta	2:36.05	371	
2. Ines Barata HENRIQUE	14	AN Albicastrense	2:39.25	350	
3. Rita Vidigal CALDEIRA	13	Elvense	2:43.31	324	
29. 200m Livres				Juvenis - AN Alentejo	
1. Maria Ines LUIS	15	Aljustrelense	2:27.03	444	
2. Leonor Duarte GONCALVES	16	Ndco	2:32.11	401	
3. Rita Isabel OLIVEIRA	16	Estremoz	2:39.96	345	
29. 200m Livres				Juvenis - AN Interior Centro	
1. Matilde Nogueira LOURENCO	15	CCDSerta	2:28.96	427	
2. Georgiana Mariana CHIRILA	15	Natacao Guarda	2:35.44	376	
3. Joana Nobre JESUS	15	Natacao Guarda	2:39.15	350	

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

29. 200m Livres Juniores/Seniores - AN Alentejo

1. Catarina Moreira FERNANDES	17	Aljustrelense	2:25.28	461
2. Joana Afonso BANZA	17	Aljustrelense	2:28.53	431
3. Madalena Miguens PUCARINHAS	17	Estremoz	2:40.82	339

29. 200m Livres Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Ines Maria ESCARDUCA	18	Elvense	2:28.60	430
2. Rita Lobo PIRES	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:40.10	344
3. Carolina Fonseca DIEGUES	20	AN Albicastrense	2:45.83	309

31. 100m Bruços Infantis - AN Alentejo

1. Ines Borges COSTA	14	Ndco	1:29.82	363
2. Luana Alexandra REBOCHO	14	Zona Azul	1:33.47	322
3. Lara Sofia GONCALVES	14	Litoral Alentejano	1:33.73	320

31. 100m Bruços Infantis - AN Interior Centro

1. Mercedes Beirao VALENTE	13	AN Albicastrense	1:32.13	337
2. Leonor Cardoso TAVARES	14	CCDSerta	1:32.71	330
3. Ines Munhos SILVA	14	AN Albicastrense	1:33.32	324

31. 100m Bruços Juvenis - AN Alentejo

1. Margarida Maria BEATO	15	GSC Grândola Sports Club	1:22.93	462
2. Madalena Vidinha BARRADAS	15	Zona Azul	1:26.12	412
3. Mariana Rosado GOMES	16	Aminata	1:35.08	306

31. 100m Bruços Juvenis - AN Interior Centro

1. Matilde Nogueira LOURENCO	15	CCDSerta	1:33.99	317
2. Maria Madalena MESQUITA	15	Natacao do Fundao / YesEnergy	1:39.04	271
3. Carolina Pinto BANHUDO	16	AN Albicastrense	1:39.81	265

31. 100m Bruços Juniores/Seniores - AN Alentejo

1. Leonor Correia NUNES	18	Aljustrelense	1:22.94	462
2. Ana Francisca BARRETO	17	Cnbe	1:33.01	327

31. 100m Bruços Juniores/Seniores - AN Interior Centro

1. Rita Lobo PIRES	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	1:29.31	370
2. Beatriz Catarino MOURA	24	Natacao do Fundao / YesEnergy	1:35.54	302
3. Matilde Roxo OLIVEIRA	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	1:36.00	298

34. 4 x 50m Livres Absolutos - AN Alentejo

1. Aljustrelense 1	Aljustrelense	1:58.88	519
2. Aljustrelense 2	Aljustrelense	1:59.60	510
3. GSC Grândola Sports Club 1	GSC Grândola Sports Club	2:17.13	338

34. 4 x 50m Livres Absolutos - AN Interior Centro

1. CCDSerta 8	CCDSerta	2:07.50	421
2. Natacao do Fundao / YesEnergy 18	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:09.76	399
3. AN Albicastrense 1	AN Albicastrense	2:12.16	378
3. Natacao do Fundao / YesEnergy 19	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:12.16	378

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

36. 100m Livres Infantis - AN Alentejo

1. Madalena Santos MACHADO	14	Ndco	1:09.63	409
2. Maria Brito PALMA	14	Zona Azul	1:12.75	359
3. Inês Mendes ROCHA	14	Litoral Alentejano	1:12.83	357

36. 100m Livres Infantis - AN Interior Centro

1. Leonor Santos SILVA	13	CCDSerta	1:09.42	413
2. Ines Munhos SILVA	14	AN Albicastrense	1:11.12	384
3. Daniela Dias RODRIGUES	13	Natacao Guarda	1:14.10	339

36. 100m Livres Juvenis - AN Alentejo

1. Maria Ines LUIS	15	Aljustrelense	1:04.78	508
2. Margarida Maria BEATO	15	GSC Grândola Sports Club	1:06.91	461
3. Mariana Rosado GOMES	16	Aminata	1:08.53	429

36. 100m Livres Juvenis - AN Interior Centro

1. Matilde Nogueira LOURENCO	15	CCDSerta	1:07.13	457
2. Georgiana Mariana CHIRILA	15	Natacao Guarda	1:08.21	435
3. Alice Salgueiro MENICHETTI	15	Portalegre	1:13.24	351

36. 100m Livres Juniões/Seniores - AN Alentejo

1. Catarina Moreira FERNANDES	17	Aljustrelense	1:02.07	578
2. Leonor Correia NUNES	18	Aljustrelense	1:04.88	506
3. Margarida Nunes ANTONIO	22	Aljustrelense	1:05.89	483

36. 100m Livres Juniões/Seniores - AN Interior Centro

1. Ines Maria ESCARDUCA	18	Elvense	1:05.55	490
2. Eduarda Galvao RAPOSO	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	1:11.08	385
3. Eva Pinheiro BERNARDO	25	Natacao do Fundao / YesEnergy	1:11.74	374

38. 400m Estilos Infantis - AN Alentejo

1. Daniela Varela SILVA	14	Acmn	6:57.55	251
2. Maria Vitoria HRYNIV	13	GSC Grândola Sports Club	7:05.23	238

38. 400m Estilos Infantis - AN Interior Centro

1. Ines Munhos SILVA	14	AN Albicastrense	6:24.30	322
2. Ines Barata HENRIQUE	14	AN Albicastrense	6:38.97	288

38. 400m Estilos Juvenis - AN Interior Centro

1. Georgiana Mariana CHIRILA	15	Natacao Guarda	6:27.54	314
------------------------------	----	----------------	----------------	-----

40. 200m Costas Infantis - AN Alentejo

1. Lara Amorim PEREIRA	13	Litoral Alentejano	2:46.49	404
2. Madalena Santos MACHADO	14	Ndco	2:52.15	365
3. Maria Brito PALMA	14	Zona Azul	2:58.52	328

Campeonatos Regionais de Verão - Aquainstinct
Reguengos de Monsaraz, 3 - 5/7/2026

40. 200m Costas Infantis - AN Interior Centro

1. Leonor Casalta FERREIRA	14	Natacao Guarda	3:03.16	303
2. Maria Beatriz MESTRE	14	Elétrico	3:06.90	286
3. Margarida Lourenco ANTUNES	14	CCDSerta	3:08.14	280

40. 200m Costas Juvenis - AN Alentejo

1. Leonor Barao GUERREIRO	16	Aljustrelense	2:42.25	437
2. Ines Diogo MESTRE	15	Aljustrelense	2:49.07	386
3. Leonor Duarte GONCALVES	16	Ndco	2:51.77	368

40. 200m Costas Juvenis - AN Interior Centro

1. Ines Martins FARINHA	15	CCDSerta	2:50.85	374
2. Carolina Neves SOUSA	16	Elétrico	2:59.65	322
3. Maria Rita AGOSTINHO	16	AN Albicastrense	3:04.00	299

40. 200m Costas Juniões/Seniores - AN Alentejo

1. Filipa Maria PEREIRA	20	Aminata	2:45.42	412
2. Madalena Miguens PUCARINHAS	17	Estremoz	2:54.70	350

40. 200m Costas Juniões/Seniores - AN Interior Centro

1. Eduarda Galvao RAPOSO	17	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:55.78	343
2. Ines Maria ESCARDUCA	18	Elvense	3:03.26	303
3. Ines Sofia TRINDADE	18	Campomaioense	3:06.50	287

43. 4 x 50m Estilos Absolutos - AN Alentejo

1. Aljustrelense 1	Aljustrelense	2:09.64	537
2. Cnbe 2	Cnbe	2:15.76	468
3. GSC Grândola Sports Club 1	GSC Grândola Sports Club	2:35.70	310

43. 4 x 50m Estilos Absolutos - AN Interior Centro

1. Natacao do Fundao / YesEnergy 24	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:23.83	393
2. CCDSerta 10	CCDSerta	2:23.87	393
3. Natacao do Fundao / YesEnergy 25	Natacao do Fundao / YesEnergy	2:29.54	350