

Progressão de Atletas (Detalhes)

Todas as provas

Prova	Jornada	Lugar	Tempo total	Pts	Tp inscr.	Data inscr.	%	RP
Acr Zona Azul								
Diogo Leote PEDROSA, 2012 (14 anos), Masc.								
50m Livres	Tempo Final			-	29.42	20/12/2025	-	-
100m Livres	Tempo Final			-	1:06.80	09/05/2026	-	-
200m Livres	Tempo Final			-	2:26.16	10/05/2026	-	-
400m Livres	Tempo Final			-	4:56.62	10/05/2026	-	-
1500m Livres	Tempo Final			-	19:36.22	31/01/2026	-	-
100m Costas	Tempo Final			-	1:13.83	01/05/2026	-	-
200m Costas	Tempo Final			-	2:43.24	10/01/2026	-	-
Francisco Caetano PALMA, 2004 (22 anos), Masc.								
50m Livres	Tempo Final			-	24.74	22/11/2025	-	-
100m Livres	Tempo Final			-	54.78	08/03/2026	-	-
200m Livres	Tempo Final			-	2:03.30	06/03/2026	-	-
50m Costas	Tempo Final			-	28.39	07/03/2026	-	-
200m Costas	Tempo Final			-	2:16.52	25/04/2026	-	-
Goncalo Vinhas VELHUCO, 2011 (15 anos), Masc.								
100m Livres	Tempo Final			-	1:10.16	01/05/2026	-	-
100m Costas	Tempo Final			-	1:20.42	06/06/2026	-	-
100m Bruços	Tempo Final			-	1:27.37	01/05/2026	-	-
200m Bruços	Tempo Final			-	3:15.47	25/04/2026	-	-
200m Estilos	Tempo Final			-	2:50.14	01/05/2026	-	-
Joao Carlos GARCIA, 2011 (15 anos), Masc.								
50m Livres	Tempo Final			-	28.52	07/03/2026	-	-
100m Livres	Tempo Final			-	1:06.71	06/06/2026	-	-
200m Livres	Tempo Final			-	2:22.50	25/04/2026	-	-
50m Costas	Tempo Final			-	34.03	06/06/2026	-	-
100m Costas	Tempo Final			-	1:09.34	06/03/2026	-	-
200m Costas	Tempo Final			-	2:32.78	25/04/2026	-	-
100m Mariposa	Tempo Final			-	1:10.70	01/05/2026	-	-
Luana Alexandra REBOCHO, 2012 (14 anos), Femin.								
100m Livres	Tempo Final			-	1:22.00	06/07/2025	-	-
100m Costas	Tempo Final			-	1:30.11	04/07/2025	-	-
200m Costas	Tempo Final			-	3:13.12	06/07/2025	-	-
100m Bruços	Tempo Final			-	1:36.43	06/06/2026	-	-
200m Bruços	Tempo Final			-	3:20.16	25/04/2026	-	-
200m Estilos	Tempo Final			-	3:17.70	01/01/1800	-	-
Madalena Vidinha BARRADAS, 2011 (15 anos), Femin.								
100m Livres	Tempo Final			-	1:15.33	01/01/1800	-	-
50m Bruços	Tempo Final			-	37.54	23/11/2025	-	-
100m Bruços	Tempo Final			-	1:25.61	01/05/2026	-	-
200m Bruços	Tempo Final			-	3:08.36	23/11/2025	-	-
200m Estilos	Tempo Final			-	3:12.29	05/07/2025	-	-
Maria Brito PALMA, 2012 (14 anos), Femin.								
50m Livres	Tempo Final			-	30.32	20/12/2025	-	-
100m Livres	Tempo Final			-	1:10.99	06/06/2026	-	-
200m Livres	Tempo Final			-	2:44.82	04/07/2025	-	-
100m Costas	Tempo Final			-	1:17.76	22/11/2025	-	-
200m Costas	Tempo Final			-	3:02.39	06/07/2025	-	-
50m Mariposa	Tempo Final			-	33.72	06/06/2026	-	-
100m Mariposa	Tempo Final			-	1:15.66	09/05/2026	-	-
200m Estilos	Tempo Final			-	2:55.67	06/06/2026	-	-
Sofia MEDEIRO HORTA, 2012 (14 anos), Femin.								
50m Livres	Tempo Final			-	32.81	06/06/2026	-	-
100m Livres	Tempo Final			-	1:13.50	10/05/2026	-	-
200m Livres	Tempo Final			-	2:46.58	04/07/2025	-	-
100m Costas	Tempo Final			-	1:25.61	04/07/2025	-	-
200m Costas	Tempo Final			-	3:07.19	06/07/2025	-	-
Sophia Maria PESTANA, 2012 (14 anos), Femin.								
50m Livres	Tempo Final			-	34.92	06/06/2026	-	-
100m Livres	Tempo Final			-	1:15.66	06/06/2026	-	-
200m Livres	Tempo Final			-	2:55.25	04/07/2025	-	-
100m Costas	Tempo Final			-	1:30.58	06/06/2026	-	-
200m Costas	Tempo Final			-	3:15.13	06/07/2025	-	-
200m Estilos	Tempo Final			-	3:23.11	05/07/2025	-	-

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

Aminata-Evora Clube de Natacao

Antonio Peixe BICAS, 2008 (18 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	26.56	05/07/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	58.87	06/07/2025	-
50m Costas	Tempo Final	-	29.81	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:05.58	-	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	27.28	01/01/1800	-

Diogo Miguel CARAVELINHA, 2010 (16 anos), Masc.

100m Costas	Tempo Final	-	1:16.15	06/06/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	37.84	06/06/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:25.93	06/06/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:10.01	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:41.21	05/07/2025	-
400m Estilos	Tempo Final	-	5:45.03	04/07/2025	-

Edgar Van RAMOS, 2010 (16 anos), Masc.

400m Livres	Tempo Final	-	5:01.09	05/07/2025	-
1500m Livres	Tempo Final	-	19:54.21	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:17.96	14/06/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:27.18	05/07/2025	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:00.43	-	-
400m Estilos	Tempo Final	-	5:42.91	04/07/2025	-

Filipa Maria PEREIRA, 2006 (20 anos), Femin.

100m Livres	Tempo Final	-	1:07.75	06/07/2025	-
50m Costas	Tempo Final	-	35.41	05/07/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:17.87	04/07/2025	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:42.42	06/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	32.50	01/01/1800	-

Guilherme Martins CANDEIAS, 2011 (15 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	30.22	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:05.56	01/01/1800	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:47.21	18/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	31.23	13/06/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:11.13	10/05/2026	-
200m Mariposa	Tempo Final	-	2:52.87	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:40.69	01/01/1800	-

Gustavo Antonio BERNARDES, 2013 (13 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	34.14	13/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:17.01	06/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:47.29	13/06/2026	-
1500m Livres	Tempo Final	-	NT	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:35.26	06/06/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	40.72	06/06/2026	-

Ines Ferreira BRAVO, 2013 (13 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	38.22	14/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:30.04	14/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:07.38	14/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	6:23.61	01/01/1800	-
50m Costas	Tempo Final	-	48.37	13/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:45.16	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	50.10	13/06/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:46.48	01/01/1800	-

Joao Maria NABAIS, 2011 (15 anos), Masc.

400m Livres	Tempo Final	-	5:18.46	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	37.28	13/06/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:34.47	05/07/2025	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:06.61	01/01/1800	-
400m Estilos	Tempo Final	-	5:48.12	01/01/1800	-

Lucia Cristina SEQUEIRA, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	34.36	14/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:16.40	06/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:51.80	14/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	6:13.76	06/06/2026	-
50m Costas	Tempo Final	-	42.28	06/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:34.90	14/06/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:25.23	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	52.23	01/01/1800	-

Mariana Isabel BENTO, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	34.67	13/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:13.60	13/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:52.00	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:40.46	06/06/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:27.33	14/06/2026	-
200m Mariposa	Tempo Final	-	3:10.84	01/01/1800	-

Mariana Rosado GOMES, 2010 (16 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	30.68	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:09.93	06/07/2025	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:35.79	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:19.64	01/01/1800	-
200m Mariposa	Tempo Final	-	3:10.20	13/06/2026	-

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

200m Estilos	Tempo Final	-	2:58.14	05/07/2025	-
Miguel Maria ALVES, 2013 (13 anos), Masc.					
50m Livres	Tempo Final	-	33.59	13/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:15.03	14/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:45.41	06/06/2026	-
1500m Livres	Tempo Final	-	26:06.21	01/01/1800	-
50m Costas	Tempo Final	-	44.25	14/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:31.31	13/06/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:06.53	14/06/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	41.74	14/06/2026	-
Nelson Manuel FLORINDO, 2012 (14 anos), Masc.					
50m Livres	Tempo Final	-	31.23	14/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:06.02	14/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:25.98	13/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:13.65	14/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:25.76	13/06/2026	-
50m Braços	Tempo Final	-	41.30	13/06/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:28.91	01/01/1800	-
Pedro Caeiro MARQUES, 2009 (17 anos), Masc.					
200m Livres	Tempo Final	-	2:16.00	04/07/2025	-
400m Livres	Tempo Final	-	4:44.87	01/01/1800	-
1500m Livres	Tempo Final	-	19:06.92	01/01/1800	-
200m Mariposa	Tempo Final	-	2:43.21	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:34.79	05/07/2025	-
400m Estilos	Tempo Final	-	5:29.26	04/07/2025	-
Rafael Duarte BICO, 2012 (14 anos), Masc.					
50m Livres	Tempo Final	-	30.94	06/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:08.90	01/01/1800	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:36.09	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:24.01	13/06/2026	-
50m Braços	Tempo Final	-	47.21	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:24.41	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:56.59	13/06/2026	-
Teresa Ribeiro ROCHA, 2011 (15 anos), Femin.					
100m Livres	Tempo Final	-	1:12.00	13/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:31.51	05/07/2025	-
800m Livres	Tempo Final	-	11:26.98	05/07/2025	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:03.53	06/07/2025	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:23.72	14/06/2026	-
Tiago Delfim PEREIRA, 2007 (19 anos), Masc.					
100m Livres	Tempo Final	-	58.20	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:13.33	01/01/1800	-
50m Costas	Tempo Final	-	29.14	25/07/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:03.61	04/07/2025	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:22.54	06/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	27.51	04/07/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:26.24	05/07/2025	-
Tiago Martins BARROSO, 2009 (17 anos), Masc.					
50m Mariposa	Tempo Final	-	29.56	04/07/2025	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:04.84	05/07/2025	-
200m Mariposa	Tempo Final	-	2:30.03	05/07/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:31.62	01/01/1800	-
400m Estilos	Tempo Final	-	5:26.69	01/01/1800	-
Tiago Romaneiro JANEIRINHO, 2010 (16 anos), Masc.					
50m Livres	Tempo Final	-	27.58	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	59.66	09/05/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:14.02	04/07/2025	-
400m Livres	Tempo Final	-	4:44.43	10/05/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:14.32	04/07/2025	-

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

Assoc Natacao Albicastrense Os Redentoristas					-
Afonso Duarte SILVEIRA, 2013 (13 anos), Masc.					-
50m Livres	Tempo Final	-	34.95	06/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:17.68	06/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:53.42	14/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:32.69	23/05/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	46.94	14/06/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:39.26	14/06/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:31.09	14/06/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:00.39	20/06/2026	-
Antonio Beirao VALENTE, 2012 (14 anos), Masc.					-
50m Livres	Tempo Final	-	32.68	14/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:16.73	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:53.37	04/07/2025	-
50m Bruços	Tempo Final	-	43.92	14/06/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:36.04	14/06/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:39.66	14/06/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	37.00	31/05/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:29.94	23/05/2026	-
Carolina Barradas OLIVEIRA, 2012 (14 anos), Femin.					-
100m Livres	Tempo Final	-	1:24.14	14/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:03.62	14/06/2026	-
50m Costas	Tempo Final	-	43.73	31/05/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:35.33	31/01/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	45.29	14/06/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:38.05	14/06/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:25.95	14/06/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:18.17	23/05/2026	-
Carolina Fonseca DIEGUES, 2006 (20 anos), Femin.					-
50m Livres	Tempo Final	-	33.17	14/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:11.97	14/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:41.21	14/06/2026	-
50m Costas	Tempo Final	-	37.62	23/05/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:17.82	23/05/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	42.63	20/06/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:39.09	14/06/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:21.47	25/04/2026	-
Carolina Pinto BANHUDO, 2010 (16 anos), Femin.					-
50m Livres	Tempo Final	-	31.93	05/07/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:09.85	06/07/2025	-
50m Costas	Tempo Final	-	36.92	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:23.46	04/07/2025	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:58.08	08/03/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:39.28	05/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	33.47	31/05/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:21.65	01/01/1800	-
Francisco Maria CARDOSO, 2013 (13 anos), Masc.					-
50m Livres	Tempo Final	-	32.26	14/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:13.61	14/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:41.86	14/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:23.38	23/05/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:16.42	01/02/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:40.30	14/06/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:31.74	14/06/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:59.36	20/06/2026	-
Ines Barata HENRIQUE, 2012 (14 anos), Femin.					-
50m Livres	Tempo Final	-	33.50	14/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:13.83	14/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:39.16	14/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:20.56	16/05/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:30.24	05/07/2025	-
200m Mariposa	Tempo Final	-	3:32.62	01/01/1800	-
400m Estilos	Tempo Final	-	6:34.13	01/01/1800	-
Ines Munhos SILVA, 2012 (14 anos), Femin.					-
50m Livres	Tempo Final	-	31.17	14/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:12.65	14/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:28.98	04/07/2025	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:34.23	14/06/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:19.15	14/06/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:07.93	05/07/2025	-
400m Estilos	Tempo Final	-	6:42.82	01/01/1800	-
Lucas Granado VENCES, 2010 (16 anos), Masc.					-
100m Livres	Tempo Final	-	1:06.37	14/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:32.54	14/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:17.18	02/05/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:27.64	14/06/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:11.37	14/06/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:45.16	20/06/2026	-

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

Margarida Salavessa CACILHAS, 2013 (13 anos), Femin.						-
100m Livres	Tempo Final	-	1:25.87	14/06/2026	-	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:10.43	14/06/2026	-	-
50m Costas	Tempo Final	-	45.21	06/06/2026	-	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:33.08	06/06/2026	-	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:25.40	06/06/2026	-	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:54.26	14/06/2026	-	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:56.16	14/06/2026	-	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:25.29	20/06/2026	-	-
Maria Francisca FERNANDES, 2013 (13 anos), Femin.						-
100m Livres	Tempo Final	-	1:25.03	14/06/2026	-	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:12.44	14/06/2026	-	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:38.64	06/06/2026	-	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:32.87	06/06/2026	-	-
50m Bruços	Tempo Final	-	53.54	14/06/2026	-	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:59.59	14/06/2026	-	-
200m Bruços	Tempo Final	-	4:08.21	14/06/2026	-	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:17.46	23/05/2026	-	-
Maria Rita AGOSTINHO, 2010 (16 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final	-	33.05	14/06/2026	-	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:15.87	06/07/2025	-	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:52.29	14/06/2026	-	-
50m Costas	Tempo Final	-	37.93	22/02/2026	-	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:22.29	06/06/2026	-	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:03.47	22/02/2026	-	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:02.40	28/02/2026	-	-
Matilde Trigueiros PAULO, 2011 (15 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final	-	33.64	01/01/1800	-	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:13.12	22/02/2026	-	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:42.95	22/02/2026	-	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:58.69	05/07/2025	-	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:29.96	04/07/2025	-	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:27.34	25/04/2026	-	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:06.91	28/02/2026	-	-
Mercedes Beirao VALENTE, 2013 (13 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final	-	35.40	14/06/2026	-	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:21.84	06/07/2025	-	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:56.86	14/06/2026	-	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:37.88	04/07/2025	-	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:33.51	06/06/2026	-	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:17.64	06/06/2026	-	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:14.05	05/07/2025	-	-
Tomas Martins AZEVEDO, 2012 (14 anos), Masc.						-
50m Livres	Tempo Final	-	38.54	01/01/1800	-	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:14.56	06/07/2025	-	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:45.92	04/07/2025	-	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:24.25	16/05/2026	-	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:21.28	04/07/2025	-	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:58.38	06/06/2026	-	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:30.79	05/07/2025	-	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:08.01	01/01/1800	-	-
Vitoria Morao ALMEIDA, 2009 (17 anos), Femin.						-
100m Livres	Tempo Final	-	1:16.41	06/06/2026	-	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:45.23	04/07/2025	-	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:55.21	01/01/1800	-	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:15.09	06/07/2025	-	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:34.89	01/01/1800	-	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:05.59	02/05/2026	-	-

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

Atletico Clube Montemor-o-Novo

Beatriz Coelho SANTOS, 2010 (16 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	31.26	05/07/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:11.96	01/01/1800	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:51.68	01/01/1800	-
50m Costas	Tempo Final	-	39.09	05/07/2025	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:10.37	01/01/1800	-

Carolina Paixao CENICO, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	34.14	01/01/1800	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:57.07	05/07/2025	-
800m Livres	Tempo Final	-	12:13.25	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:30.52	29/05/2026	-
200m Mariposa	Tempo Final	-	3:38.20	05/07/2025	-

Daniela Varela SILVA, 2012 (14 anos), Femin.

200m Livres	Tempo Final	-	3:00.58	04/07/2025	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:42.52	01/01/1800	-
800m Livres	Tempo Final	-	12:15.80	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:26.61	01/05/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:24.78	06/07/2025	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:33.93	-	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:13.70	01/01/1800	-
400m Estilos	Tempo Final	-	6:51.60	01/01/1800	-

Madalena Isabel MARQUES, 2011 (15 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	34.01	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:14.75	01/01/1800	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:48.76	01/01/1800	-
800m Livres	Tempo Final	-	12:19.27	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:25.58	16/05/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:10.84	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:30.68	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:19.63	05/07/2025	-

Madalena Sofia CASMARRINHA, 2013 (13 anos), Femin.

50m Costas	Tempo Final	-	47.26	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:43.31	01/01/1800	-
200m Bruços	Tempo Final	-	4:12.10	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:33.20	01/01/1800	-

Maria Leonor CALCAO, 2013 (13 anos), Femin.

100m Costas	Tempo Final	-	1:45.85	04/07/2025	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:59.64	05/07/2025	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:37.59	01/05/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:36.43	05/07/2025	-

Rodrigo Santos SOUZA, 2010 (16 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	28.46	05/07/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:02.07	06/07/2025	-
50m Costas	Tempo Final	-	31.66	20/12/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:19.47	04/07/2025	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:42.47	19/10/2025	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:12.98	-	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:48.40	05/07/2025	-

Roman Perez CRESPO, 2012 (14 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	35.17	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:13.43	23/11/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:50.50	04/07/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:30.30	04/07/2025	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:12.63	06/07/2025	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:30.54	01/05/2026	-

Teresa Filipe BANHA, 2012 (14 anos), Femin.

100m Livres	Tempo Final	-	1:17.43	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:59.35	04/07/2025	-
400m Livres	Tempo Final	-	6:04.89	05/07/2025	-
800m Livres	Tempo Final	-	12:53.70	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	47.50	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:39.07	16/05/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:58.38	05/07/2025	-

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

CCD Pess. Camara Munic. da Serta

Afonso Ferreira FILIPE, 2010 (16 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	28.05	05/07/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:01.67	09/05/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:16.83	06/03/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:16.97	10/05/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:39.24	02/05/2026	-
400m Estilos	Tempo Final	-	5:44.80	16/11/2025	-

Afonso Jose ALVES, 2011 (15 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	27.27	20/03/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	59.36	09/05/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:12.09	08/03/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	4:53.30	07/03/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:08.23	06/03/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:29.75	08/03/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	28.65	21/03/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:03.29	28/02/2026	-

Bernardo Amaral PIRES, 2009 (17 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	26.74	31/05/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	59.78	28/02/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:13.34	23/05/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	36.34	31/05/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:20.43	02/05/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	29.71	31/05/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:11.22	02/05/2026	-

Clara Sofia MARCAL, 2009 (17 anos), Femin.

100m Livres	Tempo Final	-	1:16.65	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final	RJC	2:50.24	04/07/2025	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:44.38	18/10/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:25.15	28/02/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:07.80	06/07/2025	-

Duarte Jose MATOS, 2010 (16 anos), Masc.

100m Livres	Tempo Final	-	59.53	08/03/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:10.08	06/03/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	4:45.32	07/03/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:32.39	08/03/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	35.23	14/06/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:19.11	14/06/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	2:58.48	14/06/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:35.15	09/05/2026	-

Ines Martins FARINHA, 2011 (15 anos), Femin.

50m Costas	Tempo Final	-	34.15	21/03/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:15.18	20/03/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:49.29	13/06/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	32.75	21/03/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:22.53	09/05/2026	-

Ismael Djafar ESTEVAO, 2013 (13 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	34.77	31/05/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:15.98	23/05/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:27.63	02/05/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	38.89	18/04/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:29.61	02/05/2026	-

Lara Almeida RIBEIRO, 2007 (19 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	30.40	16/11/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:09.25	18/10/2025	-
50m Costas	Tempo Final	-	37.15	20/12/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:23.94	28/02/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	33.17	14/11/2025	-

Leonor Cardoso TAVARES, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	32.88	14/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:11.47	28/02/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:27.62	09/05/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	39.61	18/04/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:31.16	10/05/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:16.81	31/01/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:00.12	02/05/2026	-

Leonor Santos SILVA, 2013 (13 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	31.78	14/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:10.35	14/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:36.82	14/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:44.57	09/05/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:22.03	02/05/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:33.47	02/05/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:56.38	02/05/2026	-

Madalena Santos ROLO, 2011 (15 anos), Femin.

100m Livres	Tempo Final	-	1:19.01	23/05/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:50.53	06/03/2026	-
1500m Livres	Tempo Final	-	23:46.08	08/03/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:29.52	13/06/2026	-

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

200m Costas	Tempo Final	-	3:02.02	29/05/2026	-	-
Margarida Lourenco ANTUNES, 2012 (14 anos), Femin.						
200m Livres	Tempo Final	-	2:43.15	01/02/2026	-	-
800m Livres	Tempo Final	-	12:11.46	16/11/2025	-	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:22.40	31/01/2026	-	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:54.63	01/02/2026	-	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:25.58	01/02/2026	-	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:03.01	02/05/2026	-	-
Maria Benedicta RIBEIRO, 2012 (14 anos), Femin.						
50m Livres	Tempo Final	-	32.32	18/04/2026	-	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:11.43	31/01/2026	-	-
400m Livres	Tempo Final	-	6:15.54	16/11/2025	-	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:27.21	09/05/2026	-	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:59.11	01/02/2026	-	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:29.43	23/05/2026	-	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:21.99	31/01/2026	-	-
Martim Farinha NUNES, 2012 (14 anos), Masc.						
50m Livres	Tempo Final	-	33.80	18/04/2026	-	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:13.43	02/05/2026	-	-
50m Costas	Tempo Final	-	40.06	13/06/2026	-	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:25.98	31/01/2026	-	-
50m Bruços	Tempo Final	-	44.47	31/05/2026	-	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:38.40	02/05/2026	-	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:40.75	20/12/2025	-	-
Matilde Nogueira LOURENCO, 2011 (15 anos), Femin.						
50m Livres	Tempo Final	-	30.14	20/03/2026	-	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:06.03	21/03/2026	-	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:25.70	22/03/2026	-	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:12.96	09/05/2026	-	-
800m Livres	Tempo Final	-	11:04.69	05/07/2025	-	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:34.41	10/05/2026	-	-
Pedro Antonio MARCELINO, 2013 (13 anos), Masc.						
50m Livres	Tempo Final	-	32.05	31/05/2026	-	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:12.23	09/05/2026	-	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:45.24	10/05/2026	-	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:36.62	10/05/2026	-	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:26.25	13/06/2026	-	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:00.30	13/06/2026	-	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:05.80	13/06/2026	-	-
Sergio Ricardo ALVES, 2012 (14 anos), Masc.						
50m Livres	Tempo Final	-	30.06	14/06/2026	-	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:08.34	14/06/2026	-	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:35.46	14/06/2026	-	-
400m Livres	Tempo Final	RJC	5:57.42	05/07/2025	-	-
50m Costas	Tempo Final	-	35.39	18/04/2026	-	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:19.08	23/05/2026	-	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:56.82	01/02/2026	-	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:19.15	23/05/2026	-	-
Tomas Manuel LOURENCO, 2009 (17 anos), Masc.						
100m Costas	Tempo Final	-	1:13.47	28/02/2026	-	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:25.45	28/02/2026	-	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:13.01	25/04/2026	-	-
Tomas Rafael GASPAS, 2010 (16 anos), Masc.						
50m Livres	Tempo Final	-	28.56	05/07/2025	-	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:04.95	08/03/2026	-	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:25.74	06/03/2026	-	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:26.57	18/10/2025	-	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:45.80	23/11/2025	-	-

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

Centro Rep. Inst. Rec. Aljustrelense						-
Angelo Holovryak TERESA, 2004 (22 anos), Masc.						-
50m Livres	Tempo Final	-	24.54	31/05/2026	-	
100m Livres	Tempo Final	-	57.13	06/07/2025	-	
50m Mariposa	Tempo Final	-	27.40	04/07/2025	-	
Antonio Correia NEVES, 2003 (23 anos), Masc.						-
50m Livres	Tempo Final	-	26.58	13/06/2026	-	
50m Bruços	Tempo Final	-	32.16	13/06/2026	-	
Carolina Neves MESTRE, 2013 (13 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final	-	34.14	01/02/2026	-	
100m Livres	Tempo Final	-	1:15.28	31/01/2026	-	
200m Livres	Tempo Final	-	2:49.17	01/02/2026	-	
50m Costas	Tempo Final	-	42.57	31/01/2026	-	
100m Costas	Tempo Final	-	1:39.68	04/07/2025	-	
50m Bruços	Tempo Final	-	49.24	01/05/2026	-	
100m Bruços	Tempo Final	-	1:45.37	01/05/2026	-	
Catarina Moreira FERNANDES, 2009 (17 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final	-	27.72	28/03/2026	-	
100m Livres	Tempo Final	-	1:00.26	31/03/2026	-	
200m Livres	Tempo Final	-	2:13.06	22/11/2025	-	
50m Mariposa	Tempo Final	-	29.14	13/06/2026	-	
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:07.31	14/06/2026	-	
Eydan Sayil VAN MELLE, 2010 (16 anos), Masc.						-
50m Livres	Tempo Final	-	28.25	06/06/2026	-	
100m Livres	Tempo Final	-	1:02.28	23/11/2025	-	
200m Livres	Tempo Final	-	2:24.07	22/11/2025	-	
100m Costas	Tempo Final	-	1:16.21	01/05/2026	-	
Ines Diogo MESTRE, 2011 (15 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final	-	30.64	06/06/2026	-	
100m Livres	Tempo Final	-	1:08.54	06/07/2025	-	
50m Costas	Tempo Final	-	34.29	31/05/2026	-	
100m Costas	Tempo Final	-	1:14.13	30/05/2026	-	
200m Costas	Tempo Final	-	2:45.54	22/03/2026	-	
50m Mariposa	Tempo Final	-	33.63	06/06/2026	-	
Ines Sofia LOPES, 2010 (16 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final	-	29.86	20/03/2026	-	
100m Livres	Tempo Final	-	1:06.17	23/11/2025	-	
400m Livres	Tempo Final	-	5:16.63	07/03/2026	-	
50m Mariposa	Tempo Final	-	33.38	31/05/2026	-	
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:17.71	05/07/2025	-	
Joana Afonso BANZA, 2009 (17 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final	-	31.31	05/07/2025	-	
100m Livres	Tempo Final	-	1:07.69	06/07/2025	-	
200m Livres	Tempo Final	-	2:22.59	22/11/2025	-	
400m Livres	Tempo Final	-	5:07.59	22/11/2025	-	
100m Costas	Tempo Final	-	1:17.13	01/05/2026	-	
200m Estilos	Tempo Final	-	2:58.09	06/06/2026	-	
Laura Gomes MESTRE, 2012 (14 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final	-	34.81	06/06/2026	-	
100m Livres	Tempo Final	-	1:18.85	06/06/2026	-	
400m Livres	Tempo Final	-	6:08.25	31/01/2026	-	
50m Costas	Tempo Final	-	45.30	01/02/2026	-	
100m Costas	Tempo Final	-	1:31.51	29/03/2026	-	
50m Bruços	Tempo Final	-	47.83	01/02/2026	-	
100m Bruços	Tempo Final	-	1:45.69	05/07/2025	-	
200m Bruços	Tempo Final	-	3:32.76	25/04/2026	-	
Leonor Barao GUERREIRO, 2010 (16 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final	-	30.92	05/07/2025	-	
50m Costas	Tempo Final	-	32.70	21/03/2026	-	
100m Costas	Tempo Final	-	1:12.85	20/03/2026	-	
200m Costas	Tempo Final	-	2:43.35	15/02/2026	-	
Leonor Correia NUNES, 2008 (18 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final	-	29.61	28/03/2026	-	
100m Livres	Tempo Final	-	1:02.00	07/03/2026	-	
50m Bruços	Tempo Final	-	37.48	14/02/2026	-	
100m Bruços	Tempo Final	-	1:18.15	29/11/2025	-	
50m Mariposa	Tempo Final	-	30.71	30/03/2026	-	
Lourenco Costa FORTES, 2013 (13 anos), Masc.						-
50m Livres	Tempo Final	-	30.97	06/06/2026	-	
100m Livres	Tempo Final	-	1:10.68	06/06/2026	-	
200m Livres	Tempo Final	-	2:34.43	25/04/2026	-	
400m Livres	Tempo Final	-	5:52.48	06/06/2026	-	
50m Costas	Tempo Final	-	39.38	01/05/2026	-	
100m Costas	Tempo Final	-	1:19.64	01/05/2026	-	
50m Bruços	Tempo Final	-	47.20	01/02/2026	-	
50m Mariposa	Tempo Final	-	39.67	06/06/2026	-	

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

Margarida Nunes ANTONIO, 2004 (22 anos), Femin.					-
50m Livres	Tempo Final	-	30.19	14/02/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:02.31	08/03/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	32.70	01/01/1800	-
Maria Ines LUIS, 2011 (15 anos), Femin.					-
50m Livres	Tempo Final	-	29.82	20/03/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:04.22	21/03/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:24.77	04/07/2025	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:03.15	13/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:14.01	19/10/2025	-
Pedro Isidoro ARSENIO, 2009 (17 anos), Masc.					-
50m Livres	Tempo Final	-	26.17	07/03/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	58.42	23/11/2025	-
400m Livres	Tempo Final	-	4:59.03	22/11/2025	-
50m Bruços	Tempo Final	-	31.80	30/05/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:11.78	07/03/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	2:43.19	25/04/2026	-
Rafael Curtinha LUIS, 2006 (20 anos), Masc.					-
50m Livres	Tempo Final	-	25.80	05/07/2025	-
50m Costas	Tempo Final	-	29.88	05/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	28.55	04/07/2025	-

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

Clube de Futebol de Estremoz						-
Alice Amareleja LOBO, 2012 (14 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final	-	38.90	01/02/2026	-	
100m Livres	Tempo Final	-	1:25.60	06/06/2026	-	
100m Costas	Tempo Final	-	1:33.38	20/06/2026	-	
50m Bruços	Tempo Final	-	49.66	06/06/2026	-	
100m Bruços	Tempo Final	-	1:47.23	06/06/2026	-	
200m Estilos	Tempo Final	-	3:22.87	20/06/2026	-	
Antonio Presado COSTA, 2012 (14 anos), Masc.						-
50m Livres	Tempo Final	-	31.00	13/06/2026	-	
100m Livres	Tempo Final	-	1:13.29	06/07/2025	-	
100m Costas	Tempo Final	-	1:26.92	24/05/2026	-	
50m Bruços	Tempo Final	-	42.54	13/06/2026	-	
100m Bruços	Tempo Final	-	1:34.53	28/06/2026	-	
50m Mariposa	Tempo Final	-	34.28	06/06/2026	-	
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:22.57	28/06/2026	-	
200m Estilos	Tempo Final	-	3:06.13	05/07/2025	-	
Francisco Santa CORREIA, 2013 (13 anos), Masc.						-
50m Bruços	Tempo Final	-	48.47	06/06/2026	-	
100m Bruços	Tempo Final	-	1:42.09	28/06/2026	-	
200m Bruços	Tempo Final	-	3:37.42	28/06/2026	-	
200m Estilos	Tempo Final	-	3:29.77	20/06/2026	-	
Gabriel Carrasco COELHO, 2012 (14 anos), Masc.						-
50m Livres	Tempo Final	-	31.87	13/06/2026	-	
100m Livres	Tempo Final	-	1:12.36	13/06/2026	-	
200m Livres	Tempo Final	-	2:45.83	28/06/2026	-	
50m Bruços	Tempo Final	-	45.27	13/06/2026	-	
100m Bruços	Tempo Final	-	1:36.90	24/05/2026	-	
200m Bruços	Tempo Final	-	3:43.05	10/01/2026	-	
Guilherme Serrano FROIS, 2008 (18 anos), Masc.						-
100m Costas	Tempo Final	-	1:17.31	28/02/2026	-	
Madalena Miguens PUCARINHAS, 2009 (17 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final	-	31.43	06/06/2026	-	
200m Livres	Tempo Final	-	2:38.92	04/07/2025	-	
400m Livres	Tempo Final	-	5:36.05	05/07/2025	-	
50m Costas	Tempo Final	-	36.10	13/06/2026	-	
100m Costas	Tempo Final	-	1:18.35	04/07/2025	-	
200m Costas	Tempo Final	-	2:52.70	06/07/2025	-	
50m Mariposa	Tempo Final	-	34.31	06/06/2026	-	
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:19.05	20/06/2026	-	
Matilde Silva SANTOS, 2012 (14 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final	-	41.69	06/06/2026	-	
Miguel Martins RATO, 2008 (18 anos), Masc.						-
50m Livres	Tempo Final	-	25.51	13/06/2026	-	
100m Livres	Tempo Final	-	58.58	13/06/2026	-	
50m Costas	Tempo Final	-	31.72	13/06/2026	-	
50m Bruços	Tempo Final	-	34.75	20/12/2025	-	
50m Mariposa	Tempo Final	-	29.99	06/06/2026	-	
Rita Isabel OLIVEIRA, 2010 (16 anos), Femin.						-
100m Livres	Tempo Final	-	1:10.93	13/06/2026	-	
200m Livres	Tempo Final	-	2:37.70	04/07/2025	-	
400m Livres	Tempo Final	-	5:34.79	05/07/2025	-	
800m Livres	Tempo Final	-	11:39.33	05/07/2025	-	
1500m Livres	Tempo Final	-	23:23.15	06/07/2025	-	
100m Bruços	Tempo Final	-	1:42.06	06/06/2026	-	
200m Bruços	Tempo Final	-	3:26.85	07/03/2026	-	
Teresa Deus GLORIAS, 2012 (14 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final	-	38.64	20/06/2026	-	
100m Livres	Tempo Final	-	1:32.64	28/06/2026	-	
Tiago Alexandre SARAMAGO, 2009 (17 anos), Masc.						-
50m Livres	Tempo Final	-	27.44	13/06/2026	-	
100m Livres	Tempo Final	-	1:04.78	01/01/1800	-	
50m Costas	Tempo Final	-	29.63	13/06/2026	-	
100m Costas	Tempo Final	-	1:08.95	06/06/2026	-	
200m Costas	Tempo Final	-	2:35.25	28/06/2026	-	
50m Mariposa	Tempo Final	-	28.75	06/06/2026	-	
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:06.63	28/06/2026	-	

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

Clube de Natacao da Guarda

Alexandre Caetano COSTA, 2012 (14 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	35.76	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:18.28	01/01/1800	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:20.58	10/06/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	38.95	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:28.49	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:03.98	01/01/1800	-

Carolina Campos SILVA, 2012 (14 anos), Femin.

200m Livres	Tempo Final	-	3:03.22	04/07/2025	-
400m Livres	Tempo Final	-	6:12.13	01/01/1800	-
800m Livres	Tempo Final	-	12:59.45	01/01/1800	-
50m Costas	Tempo Final	-	44.90	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	43.63	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:34.74	05/07/2025	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:21.99	10/06/2026	-

Carolina Neves MOTA, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	40.00	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	47.10	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:41.51	01/01/1800	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:48.76	10/06/2026	-

Daniela Dias RODRIGUES, 2013 (13 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	33.52	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:21.31	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:01.92	04/07/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:34.45	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	41.99	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:39.39	05/07/2025	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:23.47	10/06/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:29.00	05/07/2025	-

Francisco Jose ABREU, 2013 (13 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	35.30	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:06.45	01/01/1800	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:01.09	01/01/1800	-
50m Costas	Tempo Final	-	38.90	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:19.16	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	44.46	01/01/1800	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	36.10	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:28.51	01/01/1800	-

Georgiana Mariana CHIRILA, 2011 (15 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	33.22	05/07/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:13.30	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:37.36	10/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:49.03	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:25.42	04/07/2025	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:19.11	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:49.08	01/01/1800	-
400m Estilos	Tempo Final	-	6:22.94	01/01/1800	-

Goncalo Sa SENRA, 2011 (15 anos), Masc.

100m Livres	Tempo Final	-	1:08.42	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:30.38	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:51.73	23/05/2026	-

Joana Costa CAIRRAO, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	37.29	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:28.04	06/07/2025	-
50m Costas	Tempo Final	-	43.98	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:35.40	01/01/1800	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:24.02	10/06/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:48.56	02/05/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	42.23	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:30.08	02/05/2026	-

Joana Nobre JESUS, 2011 (15 anos), Femin.

200m Livres	Tempo Final	-	2:30.52	10/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:33.90	05/07/2025	-
800m Livres	Tempo Final	-	11:48.86	05/07/2025	-
1500m Livres	Tempo Final	-	22:09.14	23/11/2025	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:25.85	05/07/2025	-
200m Mariposa	Tempo Final	-	3:15.17	05/07/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:03.48	05/07/2025	-
400m Estilos	Tempo Final	-	6:47.68	04/07/2025	-

Leonor Casalta FERREIRA, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	32.88	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:19.55	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:44.93	10/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	6:15.69	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:33.80	04/07/2025	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:03.19	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:42.51	05/07/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:15.14	05/07/2025	-

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

Manuel Adriaio CERCA, 2008 (18 anos), Masc.					-
50m Livres	Tempo Final	-	28.24	05/07/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:03.75	05/07/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:13.72	04/07/2025	-
50m Bruços	Tempo Final	-	34.26	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:23.67	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:12.74	05/07/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:42.87	05/07/2025	-
Matilde Coelho COSTA, 2012 (14 anos), Femin.					-
50m Livres	Tempo Final	-	38.19	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:20.11	01/01/1800	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:03.97	01/01/1800	-
50m Costas	Tempo Final	-	45.14	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:33.86	01/01/1800	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:56.26	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:30.95	01/01/1800	-
Rodrigo Joao ABREU, 2010 (16 anos), Masc.					-
50m Livres	Tempo Final	-	28.63	05/07/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:03.03	06/07/2025	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:05.63	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:17.10	04/07/2025	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:22.16	22/11/2025	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:08.38	23/11/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:47.93	05/07/2025	-
400m Estilos	Tempo Final	-	5:31.90	01/01/1800	-
Rodrigo Nuno CAETANO, 2009 (17 anos), Masc.					-
50m Livres	Tempo Final	-	28.39	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:06.02	06/07/2025	-
50m Bruços	Tempo Final	-	36.07	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:27.96	05/07/2025	-
200m Bruços	Tempo Final	-	2:50.73	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:13.77	05/07/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:48.34	05/07/2025	-
Tomas Oliveira MARQUES, 2012 (14 anos), Masc.					-
50m Livres	Tempo Final	-	32.26	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:16.77	01/01/1800	-
50m Costas	Tempo Final	-	40.49	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	45.62	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:40.61	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:29.81	01/01/1800	-

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

Clube de Natacao de Portalegre

Alice Salgueiro MENICHETTI, 2011 (15 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	33.42	31/05/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:12.04	16/05/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	40.72	31/05/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:38.73	05/07/2025	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:31.55	05/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	36.44	31/05/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:20.79	02/05/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:53.06	20/06/2026	-

Ana Carolina JANEIRO, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	37.00	31/05/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:29.15	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:01.80	16/05/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	6:07.81	16/05/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	47.47	31/05/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:48.06	05/07/2025	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:49.39	05/07/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:34.66	05/07/2025	-

David Barreiros BIAIO, 2013 (13 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	34.57	01/02/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:14.68	20/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:00.08	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:28.50	31/01/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	46.45	20/12/2025	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:38.48	23/05/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:32.77	07/02/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:07.76	16/05/2026	-

David Martinho VICENTE, 2011 (15 anos), Masc.

400m Livres	Tempo Final	-	5:11.62	07/03/2026	-
50m Costas	Tempo Final	-	32.93	31/05/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	34.37	18/04/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:32.00	05/07/2025	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:14.58	05/07/2025	-
400m Estilos	Tempo Final	-	5:32.68	06/03/2026	-

Eduardo Nuno FIGUEIREDO, 2007 (19 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	25.42	15/02/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	54.39	25/04/2026	-
50m Costas	Tempo Final	-	31.49	05/07/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:13.50	04/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	29.02	04/07/2025	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:08.43	05/07/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:41.21	05/07/2025	-

Filipa Meira LOPEZ, 2013 (13 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	42.55	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:27.48	06/07/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:42.19	04/07/2025	-
50m Bruços	Tempo Final	-	49.10	01/02/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:53.72	05/07/2025	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:57.26	05/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	41.46	31/05/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:31.45	05/07/2025	-

Francisca Bonito SILVA, 2013 (13 anos), Femin.

100m Livres	Tempo Final	-	1:30.37	06/07/2025	-
50m Bruços	Tempo Final	-	47.20	18/04/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:50.09	05/07/2025	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:55.57	05/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	42.69	18/04/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:36.21	01/02/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:19.62	16/05/2026	-

Francisco Carvalho FIGUEIRA, 2012 (14 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	31.21	31/05/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:14.40	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:39.79	04/07/2025	-
50m Bruços	Tempo Final	-	42.14	31/05/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:40.84	05/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	34.36	31/05/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:31.78	05/07/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:07.85	05/07/2025	-

Ines Batista PASSADINHAS, 2013 (13 anos), Femin.

100m Livres	Tempo Final	-	1:22.66	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:04.30	04/07/2025	-
400m Livres	Tempo Final	-	6:31.30	05/07/2025	-
50m Costas	Tempo Final	-	40.06	16/05/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:36.06	04/07/2025	-
50m Bruços	Tempo Final	-	47.93	18/04/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:46.24	05/07/2025	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:47.53	05/07/2025	-

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

Joana Franca RASTEIRO, 2012 (14 anos), Femin.					-
50m Livres	Tempo Final	-	35.14	31/05/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:25.57	06/07/2025	-
50m Bruços	Tempo Final	-	49.26	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:50.44	05/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	42.23	31/05/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:34.65	23/05/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:33.26	05/07/2025	-
Manuel Rainho BARBAS, 2010 (16 anos), Masc.					-
50m Livres	Tempo Final	-	29.14	05/07/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:06.90	06/07/2025	-
50m Costas	Tempo Final	-	32.23	18/04/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:16.23	04/07/2025	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:24.26	20/06/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:51.82	05/07/2025	-
Maria Leonor MAFRA, 2013 (13 anos), Femin.					-
50m Livres	Tempo Final	-	34.38	31/05/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:15.44	23/05/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:48.50	01/02/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:43.06	16/05/2026	-
50m Costas	Tempo Final	-	42.11	31/05/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:45.30	04/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	39.75	23/05/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:32.31	23/05/2026	-
Matilde Barbas BILE, 2008 (18 anos), Femin.					-
100m Livres	Tempo Final	-	1:15.29	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:47.05	04/07/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:26.59	04/07/2025	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:40.28	05/07/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:09.22	05/07/2025	-

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

Clube de Natação de Beja

Ana Francisca BARRETO, 2009 (17 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	32.08	07/03/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	41.66	06/07/2025	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:38.94	-	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	32.14	15/02/2026	-

Carolina Alexandra MACHADO, 2003 (23 anos), Femin.

50m Costas	Tempo Final	-	34.57	16/05/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:15.27	01/01/1800	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	31.76	22/11/2025	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:15.95	16/05/2026	-

Carolina Pedrosa RICARDO, 2008 (18 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	30.01	06/07/2025	-
50m Costas	Tempo Final	-	34.60	05/07/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:14.48	06/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	30.81	15/02/2026	-

Daniela Costa COLACO, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	36.92	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:27.12	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:36.02	31/01/2026	-

Dinis Miguel FERNANDES, 2013 (13 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	34.63	01/05/2026	-
50m Costas	Tempo Final	-	35.25	20/12/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:15.89	16/05/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:46.76	25/04/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	39.51	29/03/2026	-

Diogo Ribeiro TORRES, 2012 (14 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	36.40	01/02/2026	-
------------	-------------	---	-------	------------	---

Gustavo Babo PALHETE, 2013 (13 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	37.80	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:39.95	01/05/2026	-

Leonor Alinho MAGNA, 2012 (14 anos), Femin.

100m Livres	Tempo Final	-	1:21.61	29/03/2026	-
50m Costas	Tempo Final	-	43.73	16/05/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:31.33	16/05/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	42.99	01/05/2026	-

Margarida Soares MONTEIRO, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	36.35	01/02/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:22.53	01/05/2026	-
50m Costas	Tempo Final	-	42.12	31/01/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:28.60	29/03/2026	-

Maria Jose RAMOS, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	32.40	01/02/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:18.58	28/06/2025	-
50m Bruços	Tempo Final	-	43.98	20/12/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	39.70	16/05/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:25.23	28/06/2025	-

Maria Leonor MARTINS, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	36.24	01/05/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:31.13	28/06/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:31.43	31/01/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	40.99	20/12/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:21.41	01/05/2026	-

Matilde Maria RODRIGUES, 2009 (17 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	32.92	31/01/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:13.24	16/05/2026	-

Sofia Lampreia CORTES, 2008 (18 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	31.19	06/07/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:08.81	05/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	31.42	15/02/2026	-

Tomas Mamede CEGONHO, 2008 (18 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	25.61	15/02/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	59.32	05/07/2025	-
50m Costas	Tempo Final	-	30.02	05/07/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:07.09	01/01/1800	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	25.88	26/07/2025	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	59.57	15/02/2026	-

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

Clube de Natação do Litoral Alentejano

Alice Cardoso SILVA, 2013 (13 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	35.30	06/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:20.11	06/06/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	47.16	31/01/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:37.76	01/05/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:26.98	25/04/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	44.00	25/04/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:16.66	06/06/2026	-

Ana VIERU, 2013 (13 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	34.49	06/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:18.63	06/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:47.30	04/07/2025	-
50m Bruços	Tempo Final	-	48.20	16/05/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:45.24	06/06/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	4:02.81	05/07/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:17.19	06/06/2026	-

António Francisco RAMOS, 2011 (15 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	27.41	25/04/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	37.11	16/05/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:18.46	16/05/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	2:53.99	25/04/2026	-

Bernardo Jose LOUCAO, 2011 (15 anos), Masc.

100m Livres	Tempo Final	-	1:05.40	06/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:10.94	25/04/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	4:56.55	06/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:11.14	25/01/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:31.13	08/03/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:11.91	01/05/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:31.22	25/04/2026	-

Clarisse Alexandra NUNES, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	40.16	06/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:32.60	06/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:01.78	25/04/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	6:21.24	28/06/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:31.29	06/06/2026	-

Daniel Alves MATOS, 2007 (19 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	26.57	05/07/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	58.36	06/07/2025	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:17.65	25/04/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	28.59	04/07/2025	-

Diana Sofia ROSADO, 2013 (13 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	37.21	10/01/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:20.95	01/05/2026	-
50m Costas	Tempo Final	-	41.51	06/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:30.70	06/06/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:03.74	01/02/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	47.09	06/06/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:41.24	01/05/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:16.54	06/06/2026	-

Diogo Luis PINTO, 2007 (19 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	26.92	15/02/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:03.75	06/07/2025	-
50m Costas	Tempo Final	-	29.37	26/07/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:03.84	29/11/2025	-
50m Bruços	Tempo Final	-	32.45	26/07/2025	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:26.95	05/07/2025	-

Filipa Serrão ROSÁRIO, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	33.31	26/07/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:17.30	06/07/2025	-
400m Livres	Tempo Final	-	6:08.61	22/11/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:36.96	06/06/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	49.59	06/06/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:41.80	05/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	42.74	26/07/2025	-

Hugo Filipe CORREIA, 1999 (27 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	26.26	15/02/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	58.29	06/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	26.68	04/07/2025	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:02.34	05/07/2025	-

Inês Mendes ROCHA, 2012 (14 anos), Femin.

100m Livres	Tempo Final	-	1:13.75	06/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:53.94	04/07/2025	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	35.74	01/05/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:20.76	06/06/2026	-
200m Mariposa	Tempo Final	-	2:51.97	25/04/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:59.55	06/06/2026	-

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

Lara Amorim PEREIRA, 2013 (13 anos), Femin.				
50m Livres	Tempo Final	-	35.66	19/07/2025
200m Livres	Tempo Final	-	2:35.81	06/06/2026
800m Livres	Tempo Final	-	10:42.57	21/02/2026
100m Costas	Tempo Final	-	1:19.26	06/06/2026
200m Costas	Tempo Final	-	2:56.36	18/07/2025
100m Bruços	Tempo Final	-	1:35.48	06/06/2026
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:27.98	06/06/2026
200m Estilos	Tempo Final	-	3:01.04	05/07/2025
Lara Sofia GONCALVES, 2012 (14 anos), Femin.				
100m Costas	Tempo Final	-	1:25.84	04/07/2025
200m Costas	Tempo Final	-	3:03.61	06/07/2025
50m Bruços	Tempo Final	-	44.13	06/06/2026
100m Bruços	Tempo Final	-	1:33.63	06/06/2026
200m Bruços	Tempo Final	-	3:24.80	05/07/2025
50m Mariposa	Tempo Final	-	36.77	22/11/2025
200m Estilos	Tempo Final	-	3:07.65	05/07/2025
Luenji Aladino JASSE, 2013 (13 anos), Masc.				
100m Livres	Tempo Final	-	1:23.47	16/05/2026
100m Costas	Tempo Final	-	1:39.72	29/03/2026
50m Bruços	Tempo Final	-	47.34	06/06/2026
100m Bruços	Tempo Final	-	1:45.85	06/06/2026
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:33.10	01/05/2026
200m Estilos	Tempo Final	-	3:11.17	25/04/2026
Luis Carlos VAZ, 2010 (16 anos), Masc.				
200m Livres	Tempo Final	-	2:22.48	25/04/2026
100m Costas	Tempo Final	-	1:15.61	01/05/2026
200m Costas	Tempo Final	-	2:41.36	25/04/2026
100m Bruços	Tempo Final	-	1:25.52	25/04/2026
200m Bruços	Tempo Final	-	2:58.23	25/04/2026
200m Estilos	Tempo Final	-	2:40.04	07/03/2026
400m Estilos	Tempo Final	-	5:39.08	06/03/2026
Maria Leonor SANTOS, 2013 (13 anos), Femin.				
50m Livres	Tempo Final	-	34.40	06/06/2026
100m Livres	Tempo Final	-	1:17.20	06/06/2026
200m Livres	Tempo Final	-	2:47.45	25/04/2026
100m Costas	Tempo Final	-	1:27.37	01/05/2026
200m Costas	Tempo Final	-	3:09.99	01/02/2026
50m Bruços	Tempo Final	-	48.28	01/05/2026
200m Estilos	Tempo Final	-	3:03.76	01/05/2026
Mateus Duarte HELENO, 2010 (16 anos), Masc.				
50m Livres	Tempo Final	-	26.99	01/01/1800
100m Livres	Tempo Final	-	59.81	01/01/1800
50m Costas	Tempo Final	-	31.18	06/06/2026
100m Costas	Tempo Final	-	1:10.86	01/01/1800
200m Costas	Tempo Final	-	2:28.10	25/04/2026
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:05.97	01/01/1800
200m Mariposa	Tempo Final	-	2:37.32	25/04/2026
200m Estilos	Tempo Final	-	2:29.18	07/03/2026
Miguel Ataíde GOMES, 2012 (14 anos), Masc.				
50m Livres	Tempo Final	-	30.44	01/01/1800
100m Livres	Tempo Final	-	1:15.52	06/07/2025
100m Costas	Tempo Final	-	1:22.65	31/01/2026
50m Bruços	Tempo Final	-	41.54	31/01/2026
100m Bruços	Tempo Final	-	1:43.17	05/07/2025
200m Estilos	Tempo Final	-	2:50.03	25/04/2026
Samuel Andre MARIANO, 2002 (24 anos), Masc.				
200m Livres	Tempo Final	-	2:09.09	01/01/1800
400m Livres	Tempo Final	-	4:46.22	01/01/1800
200m Bruços	Tempo Final	-	2:52.63	01/01/1800
200m Mariposa	Tempo Final	-	2:23.96	07/03/2026
400m Estilos	Tempo Final	-	5:07.87	06/03/2026
Sofia Espada PASSECHNIKOFF, 2010 (16 anos), Femin.				
100m Livres	Tempo Final	-	1:10.01	01/01/1800
Tiago Torpes PARDAL, 2012 (14 anos), Masc.				
50m Livres	Tempo Final	-	33.25	10/01/2026
100m Livres	Tempo Final	-	1:15.86	06/06/2026
100m Costas	Tempo Final	-	1:28.37	06/06/2026
200m Costas	Tempo Final	-	3:23.89	06/07/2025
50m Bruços	Tempo Final	-	45.33	06/06/2026
100m Bruços	Tempo Final	-	1:35.45	06/06/2026
200m Bruços	Tempo Final	-	3:26.84	05/07/2025
200m Estilos	Tempo Final	-	2:49.05	01/05/2026
Valentina Guerrero NAVA, 2012 (14 anos), Femin.				
50m Livres	Tempo Final	-	38.88	10/01/2026
100m Livres	Tempo Final	-	1:22.12	06/06/2026
100m Costas	Tempo Final	-	1:36.63	06/06/2026
50m Bruços	Tempo Final	-	48.71	25/04/2026
50m Mariposa	Tempo Final	-	38.31	06/06/2026

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

100m Mariposa	Tempo Final	-	1:28.30	06/06/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:08.35	25/04/2026	-
Vicente Ataíde RAMOS, 2012 (14 anos), Masc.					
50m Livres	Tempo Final	-	32.06	01/05/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:16.03	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:48.33	04/07/2025	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:28.29	25/04/2026	-
1500m Livres	Tempo Final	-	22:25.75	23/11/2025	-
50m Costas	Tempo Final	-	39.38	01/05/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:20.07	01/05/2026	-

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

Clube Elvense de Natacao

Diogo Belchior MUNHAO, 2008 (18 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	25.63	18/04/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	56.23	08/03/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:10.28	02/05/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	34.49	18/04/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:17.78	23/05/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	27.76	18/04/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:01.42	25/04/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:26.71	01/01/1800	-

Duarte Belchior MUNHAO, 2012 (14 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	31.28	13/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:08.00	23/05/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:16.01	23/05/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:53.85	01/02/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:26.92	23/05/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:21.10	31/01/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:51.01	28/02/2026	-

Erica Filipa FERREIRA, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	35.68	18/04/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:23.90	31/01/2026	-
50m Costas	Tempo Final	-	43.64	20/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:32.56	20/06/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:20.04	01/02/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	41.18	18/04/2026	-

Goncalo Maria COSTA, 2012 (14 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	28.26	25/04/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:03.95	06/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:28.22	06/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:24.61	16/11/2025	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:22.55	23/05/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:13.43	23/05/2026	-
200m Mariposa	Tempo Final	-	3:06.08	22/11/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:39.43	20/06/2026	-

Iara Goncalves RODRIGUES, 2013 (13 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	35.28	06/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:14.59	20/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:33.03	20/06/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:24.43	01/02/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:39.91	20/06/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:34.74	31/01/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:13.98	02/05/2026	-

Ines Maria ESCARDUCA, 2008 (18 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	28.56	20/12/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:02.56	20/12/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:18.46	01/01/1800	-
400m Livres	Tempo Final	-	4:59.57	01/01/1800	-
50m Costas	Tempo Final	-	33.31	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:12.21	25/04/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:41.69	08/03/2026	-

Joao Maria SANGUINHO, 2009 (17 anos), Masc.

100m Livres	Tempo Final	-	1:00.15	25/04/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	34.94	08/03/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:15.11	20/06/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	2:46.58	07/03/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:30.41	07/03/2026	-
400m Estilos	Tempo Final	-	5:25.64	06/03/2026	-

Joao Martim PICARRA, 2010 (16 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	28.46	18/04/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:25.56	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:10.31	06/03/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:40.62	08/03/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:24.56	02/05/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:03.77	07/03/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:37.91	23/05/2026	-
400m Estilos	Tempo Final	-	5:49.52	22/11/2025	-

Lourenco Baptista LARANJEIRA, 2007 (19 anos), Masc.

100m Livres	Tempo Final	-	1:05.08	20/06/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	RJC	1:13.95	20/06/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:42.46	20/06/2026	-

Manuel Maria SANGUINHO, 2009 (17 anos), Masc.

100m Livres	Tempo Final	-	59.50	25/04/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:19.95	22/11/2025	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:03.51	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:07.90	20/06/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:35.87	23/11/2025	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:11.81	25/04/2026	-

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

Rita Vidigal CALDEIRA, 2013 (13 anos), Femin.					-
50m Livres	Tempo Final	-	32.87	13/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:10.00	23/05/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:40.61	16/05/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:34.66	16/05/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:27.30	22/11/2025	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:28.91	23/05/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:01.12	23/05/2026	-
Santiago Valadas BELCHIOR, 2013 (13 anos), Masc.					-
50m Livres	Tempo Final	-	36.51	18/04/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:21.64	23/05/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:05.84	06/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:33.65	16/05/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:44.80	02/05/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:16.96	20/06/2026	-
Stefania Cosmina CHITIC, 2008 (18 anos), Femin.					-
50m Livres	Tempo Final	-	31.60	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:10.04	01/01/1800	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:34.61	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:21.86	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	41.48	18/04/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:31.37	07/03/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:21.86	23/11/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:58.23	01/01/1800	-
Tiago Maria COSTA, 2008 (18 anos), Masc.					-
50m Livres	Tempo Final	-	28.31	07/03/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:01.24	08/03/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:22.33	08/03/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:15.48	06/03/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:11.95	23/05/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:40.64	23/05/2026	-

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

Eléctrico Futebol Clube

Carolina Neves SOUSA, 2010 (16 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	31.78	07/03/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:11.90	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:41.71	04/07/2025	-
800m Livres	Tempo Final	RJC	12:48.55	05/07/2025	-
50m Costas	Tempo Final	-	35.35	17/01/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:15.37	17/01/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:46.88	01/01/1800	-

Duarte Rafael LOPES, 2010 (16 anos), Masc.

50m Bruços	Tempo Final	-	35.50	08/03/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:17.38	28/02/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	2:58.01	20/12/2025	-

Manuel Maria PEREIRA, 2013 (13 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	35.81	01/02/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:19.45	20/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:00.02	20/12/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:31.63	20/12/2025	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:18.54	01/02/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	38.58	06/06/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:31.32	20/06/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:28.79	29/11/2025	-

Margarida Amaral MESQUITA, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	34.34	18/04/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:15.89	02/05/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:59.50	01/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	6:17.53	18/10/2025	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:28.16	01/01/1800	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	40.39	06/06/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:32.68	28/06/2026	-
200m Mariposa	Tempo Final	-	3:34.48	20/12/2025	-

Maria Beatriz MESTRE, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	35.26	20/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:15.77	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:48.34	04/07/2025	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:56.74	05/07/2025	-
800m Livres	Tempo Final	-	11:31.90	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:26.62	28/06/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:04.70	06/06/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:38.47	02/05/2026	-

Maria Francisca CONSTANTINO, 2011 (15 anos), Femin.

100m Livres	Tempo Final	-	1:17.34	23/05/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:26.47	28/02/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:08.54	08/03/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:42.63	01/06/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:17.36	02/05/2026	-

Romulo Artur SILVA, 2008 (18 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	25.89	20/12/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	59.83	28/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:16.17	28/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	4:38.93	20/12/2025	-
800m Livres	Tempo Final	-	10:07.36	22/11/2025	-
1500m Livres	Tempo Final	-	19:36.63	01/01/1800	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	28.78	18/04/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:04.28	07/03/2026	-

Tomas Usta MELO, 2013 (13 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	33.62	06/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:17.46	06/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:54.15	06/06/2026	-
50m Costas	Tempo Final	-	40.00	20/12/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:28.45	28/06/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	44.00	18/04/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:43.16	25/04/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:49.95	31/01/2026	-

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

Grup. Desp. Rec. Trab. C. M. Mora					-
Carolina Carneiro VINAGRE, 2013 (13 anos), Femin.					-
100m Livres	Tempo Final	-	1:22.19	01/01/1800	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:00.75	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:34.06	01/01/1800	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:22.55	01/01/1800	-
Ricardo Jorge DIAS, 1990 (36 anos), Masc.					-
50m Bruços	Tempo Final	-	34.56	17/05/2026	-
Tomas Nunes NOGUEIRA, 2012 (14 anos), Masc.					-
100m Livres	Tempo Final	-	1:10.59	01/01/1800	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:44.41	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:16.89	01/01/1800	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:54.14	06/07/2025	-

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

GSC Grândola Sports Club

Alice Fortunato CORREIA, 2013 (13 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	31.78	18/04/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	6:12.37	31/01/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:27.12	01/05/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	44.83	18/04/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	32.87	31/01/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:02.72	01/05/2026	-

Ariana Nunes BATISTA, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	34.37	06/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:15.27	29/03/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:49.86	01/02/2026	-
50m Costas	Tempo Final	-	39.58	18/04/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:23.33	20/06/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:07.58	01/02/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:39.08	29/03/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:10.86	01/05/2026	-

Carolina Ferreira GUIMARAES, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	34.77	18/04/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:14.35	20/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:57.71	01/02/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:37.16	06/06/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	44.04	18/04/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:40.43	01/02/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:38.23	23/11/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:28.23	01/02/2026	-

Catia Mendes FIDALGO, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	36.59	20/12/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:16.28	06/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:51.09	01/02/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	6:03.40	31/01/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:29.02	16/05/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	3:16.45	01/02/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:34.80	29/03/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:10.14	16/05/2026	-

Cristiana Gamito RODRIGUES, 2006 (20 anos), Femin.

100m Livres	Tempo Final	-	1:15.66	20/06/2026	-
-------------	-------------	---	---------	------------	---

Diana Domingos SANTOS, 2012 (14 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	34.46	18/04/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:14.58	16/05/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:48.93	22/11/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:58.79	01/11/2025	-
800m Livres	Tempo Final	-	12:31.10	01/11/2025	-
50m Bruços	Tempo Final	-	46.88	06/06/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:35.22	20/06/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:46.00	25/04/2026	-

Diogo Salvador SANTOS, 2013 (13 anos), Masc.

100m Livres	Tempo Final	-	1:12.93	16/05/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:47.86	22/11/2025	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:29.38	01/05/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:35.97	20/06/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:40.71	31/01/2026	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	35.70	06/06/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:23.25	01/05/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:03.82	01/05/2026	-

Eduardo Filipe CHAINHO, 2010 (16 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	29.16	07/03/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:05.14	20/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:26.96	22/11/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:26.48	20/06/2026	-

Joao Pedro PORTO, 2009 (17 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	28.27	22/11/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:03.42	20/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:22.58	06/03/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	34.96	23/11/2025	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:18.54	07/03/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	2:53.06	23/11/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:42.85	01/05/2026	-
400m Estilos	Tempo Final	-	5:54.43	06/03/2026	-

Margarida Maria BEATO, 2011 (15 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	29.37	22/11/2025	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:06.23	01/05/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	35.31	20/03/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:19.63	17/01/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:46.99	01/05/2026	-

Maria Vitoria HRYNIV, 2013 (13 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	36.31	10/01/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:18.61	01/05/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:04.26	19/10/2025	-

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

100m Bruços	Tempo Final	-	1:41.26	01/02/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:29.18	20/06/2026	-
200m Mariposa	Tempo Final	-	3:37.83	31/01/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:03.08	20/06/2026	-
400m Estilos	Tempo Final	-	6:47.51	01/02/2026	-
Mariana Alexandra PEDRAS, 2008 (18 anos), Femin.					
50m Costas	Tempo Final	-	34.49	06/05/2026	-
Miguel Pereira RIBEIRO, 2013 (13 anos), Masc.					
50m Livres	Tempo Final	-	36.48	01/02/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:17.27	16/05/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:56.91	16/05/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:25.32	20/06/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:47.64	29/03/2026	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:50.75	31/01/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:33.82	20/06/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:03.12	20/06/2026	-
Raquel Trejeira GUERREIRO, 2011 (15 anos), Femin.					
100m Livres	Tempo Final	-	1:20.80	01/05/2026	-
400m Livres	Tempo Final	-	6:08.34	16/05/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:40.61	16/05/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:10.47	20/06/2026	-
Sofia Oliveira PEREIRA, 2012 (14 anos), Femin.					
50m Livres	Tempo Final	-	35.61	18/04/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:23.93	23/11/2025	-
200m Livres	Tempo Final	-	3:04.77	01/02/2026	-
50m Bruços	Tempo Final	-	47.73	18/04/2026	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:44.90	22/11/2025	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:39.10	23/11/2025	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:28.59	29/03/2026	-

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

Natacao do Fundao / YesEnergy

Ana Sofia MONTEIRO, 1996 (30 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	32.39	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:16.76	01/01/1800	-

Andre Filipe MENDES, 1999 (27 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	28.81	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:05.17	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	35.36	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:18.61	01/01/1800	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:02.82	01/01/1800	-

Andre Prates LOPES, 2005 (21 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	25.37	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	57.24	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	31.40	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:08.29	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:02.54	01/01/1800	-

Andreia Lourenco COSTA, 2013 (13 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	36.19	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:21.98	01/01/1800	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:59.43	01/01/1800	-
800m Livres	Tempo Final	-	13:09.21	01/01/1800	-
50m Costas	Tempo Final	-	46.26	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	47.55	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:46.29	01/01/1800	-

Antonio Maria FERREIRA, 2000 (26 anos), Masc.

100m Livres	Tempo Final	-	1:00.65	01/01/1800	-
800m Livres	Tempo Final	-	10:35.39	01/01/1800	-
1500m Livres	Tempo Final	-	19:53.93	01/01/1800	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	30.34	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:06.83	01/01/1800	-
200m Mariposa	Tempo Final	-	2:30.46	01/01/1800	-

Beatriz Catarino MOURA, 2002 (24 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	31.18	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:10.63	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	39.60	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:33.43	01/01/1800	-

Bernardo Querido CARONHO, 2009 (17 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	27.32	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:02.43	01/01/1800	-
50m Costas	Tempo Final	-	33.23	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:16.92	01/01/1800	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	27.39	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:03.07	01/01/1800	-

Diana Sofia PEREIRA, 2012 (14 anos), Femin.

100m Livres	Tempo Final	-	1:18.69	01/01/1800	-
800m Livres	Tempo Final	-	12:19.96	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:32.40	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:37.67	01/01/1800	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:35.62	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:14.36	01/01/1800	-

Dinis Lourenco PEREIRA, 2011 (15 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	27.64	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	59.75	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:12.96	01/01/1800	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	31.61	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:39.16	01/01/1800	-

Edson Jorge MIRANDA, 2010 (16 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	26.72	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:03.90	01/01/1800	-

Eduarda Galvao RAPOSO, 2009 (17 anos), Femin.

50m Livres	Tempo Final	-	30.34	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:07.77	01/01/1800	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:42.77	01/01/1800	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	33.03	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:13.46	01/01/1800	-
200m Mariposa	Tempo Final	-	2:46.75	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:44.85	-	-

Eva Pinheiro BERNARDO, 2001 (25 anos), Femin.

100m Livres	Tempo Final	-	1:09.70	01/01/1800	-
-------------	-------------	---	---------	------------	---

Guilherme Bernardo MARTINHO, 2010 (16 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	-	26.22	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	55.40	01/01/1800	-
50m Costas	Tempo Final	-	29.79	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:04.31	01/01/1800	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:13.31	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:10.35	01/01/1800	-
200m Bruços	Tempo Final	-	2:51.48	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:22.00	-	-

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

Iara Filipa ALVES, 2009 (17 anos), Femin.					
50m Livres	Tempo Final	-	32.06	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:12.27	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:25.14	-	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	33.91	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:23.38	01/01/1800	-
Joao Alexandre SARAIVA, 1995 (31 anos), Masc.					
50m Livres	Tempo Final	-	25.93	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	54.74	01/01/1800	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:03.07	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:05.25	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	2:25.01	01/01/1800	-
Joao Pedro ESTEVES, 2012 (14 anos), Masc.					
50m Livres	Tempo Final	-	31.52	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	RJC	1:20.42	-	-
50m Bruços	Tempo Final	-	44.32	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:40.50	01/01/1800	-
200m Bruços	Tempo Final	-	3:45.70	01/01/1800	-
Jose Miguel PAIS, 2010 (16 anos), Masc.					
50m Livres	Tempo Final	-	26.39	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	57.57	01/01/1800	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:06.99	01/01/1800	-
400m Livres	Tempo Final	-	4:36.65	01/01/1800	-
50m Costas	Tempo Final	-	31.58	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:09.76	01/01/1800	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:28.60	01/01/1800	-
Kaluana Pinheiro BENZECRY, 2012 (14 anos), Masc.					
50m Livres	Tempo Final	-	29.99	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:07.46	01/01/1800	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:39.20	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:28.12	01/01/1800	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	33.08	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:20.98	01/01/1800	-
Lara Santos COSTA, 2010 (16 anos), Femin.					
50m Livres	Tempo Final	-	33.10	18/04/2026	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:18.78	-	-
50m Costas	Tempo Final	-	39.18	-	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:28.76	-	-
Lucas Silva FARINHA, 2012 (14 anos), Masc.					
50m Livres	Tempo Final	-	32.87	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:14.16	01/01/1800	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	36.84	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:26.51	01/01/1800	-
Margarida Caninhas PAIS, 2008 (18 anos), Femin.					
50m Livres	Tempo Final	-	32.66	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	41.53	01/01/1800	-
Maria Madalena MESQUITA, 2011 (15 anos), Femin.					
50m Livres	Tempo Final	-	33.50	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:14.94	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:28.37	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	41.86	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:38.39	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	-	3:10.28	01/01/1800	-
Mariana Querido CARONHO, 2010 (16 anos), Femin.					
50m Livres	Tempo Final	-	33.00	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:14.57	01/01/1800	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:45.69	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:25.33	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:40.86	01/01/1800	-
Matilde Lopes MORENO, 2011 (15 anos), Femin.					
50m Livres	Tempo Final	-	33.50	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:17.36	01/01/1800	-
Matilde Roxo OLIVEIRA, 2009 (17 anos), Femin.					
50m Bruços	Tempo Final	-	40.86	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:37.02	01/01/1800	-
Ricardo Contreiras JERONIMO, 1997 (29 anos), Masc.					
50m Livres	Tempo Final	-	25.79	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	55.95	01/01/1800	-
50m Costas	Tempo Final	-	29.14	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	33.91	01/01/1800	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	28.36	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:01.90	01/01/1800	-
Rita Lobo PIRES, 2009 (17 anos), Femin.					
100m Livres	Tempo Final	-	1:09.98	01/01/1800	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:32.17	01/01/1800	-
400m Livres	Tempo Final	-	5:10.90	01/01/1800	-
800m Livres	Tempo Final	-	10:55.61	01/01/1800	-
50m Bruços	Tempo Final	-	38.17	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:23.42	01/01/1800	-

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

200m Bruços	Tempo Final	-	2:58.84	01/01/1800	-
50m Mariposa	Tempo Final	-	33.75	01/01/1800	-
Tomas Verissimo SILVA, 2009 (17 anos), Masc.					
100m Livres	Tempo Final	-	58.68	01/01/1800	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:09.61	01/01/1800	-
400m Livres	Tempo Final	-	4:39.21	01/01/1800	-
800m Livres	Tempo Final	-	9:31.82		-
1500m Livres	Tempo Final	-	18:13.51	01/01/1800	-
100m Mariposa	Tempo Final	-	1:05.23	01/01/1800	-
Victor Hugo MIRANDA, 2008 (18 anos), Masc.					
50m Livres	Tempo Final	-	27.91	01/01/1800	-
100m Livres	Tempo Final	-	1:04.54	01/01/1800	-
100m Bruços	Tempo Final	-	1:24.30	01/01/1800	-

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

Núcleo Desportivo e Cultural de Odemira						-
Afonso Silva RODRIGUES, 2009 (17 anos), Masc.						-
50m Livres	Tempo Final		-	27.78	06/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final		-	5:01.25	05/07/2025	-
800m Livres	Tempo Final		-	9:48.22	23/11/2025	-
1500m Livres	Tempo Final		-	19:17.82	01/01/1800	-
100m Costas	Tempo Final		-	1:12.01	06/06/2026	-
200m Estilos	Tempo Final		-	2:35.67	06/06/2026	-
Francisco Reis MAGUAS, 2006 (20 anos), Masc.						-
100m Livres	Tempo Final		-	1:05.75	06/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final		-	2:15.28	06/03/2026	-
400m Livres	Tempo Final		-	5:11.12	06/06/2026	-
800m Livres	Tempo Final		-	10:29.91	23/11/2025	-
200m Mariposa	Tempo Final	RJC	-	2:45.55	25/04/2026	-
200m Estilos	Tempo Final	RJC	-	2:44.19	01/05/2026	-
Gustavo Cardoso SANTOS, 2011 (15 anos), Masc.						-
100m Livres	Tempo Final		-	1:09.25	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final		-	2:28.73	06/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final		-	5:03.69	06/06/2026	-
800m Livres	Tempo Final		-	10:08.92	07/03/2026	-
50m Bruços	Tempo Final		-	36.90	06/06/2026	-
100m Bruços	Tempo Final		-	1:30.72	05/07/2025	-
200m Bruços	Tempo Final		-	3:16.62	05/07/2025	-
200m Estilos	Tempo Final		-	2:46.82	06/06/2026	-
Ines Borges COSTA, 2012 (14 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final		-	30.95	06/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final		-	1:06.99	14/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final		-	2:28.64	14/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final		-	5:03.52	25/04/2026	-
800m Livres	Tempo Final		-	11:43.98	01/11/2025	-
100m Bruços	Tempo Final		-	1:29.91	01/05/2026	-
Ines Oliveira GOMES, 2012 (14 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final		-	34.63	06/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final		-	1:16.80	06/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final		-	2:45.80	14/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final		-	5:56.07	06/06/2026	-
100m Mariposa	Tempo Final		-	1:31.42	01/02/2026	-
Leonor Duarte GONCALVES, 2010 (16 anos), Femin.						-
100m Livres	Tempo Final		-	1:09.68	14/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final		-	2:32.68	04/07/2025	-
400m Livres	Tempo Final		-	5:25.81	05/07/2025	-
800m Livres	Tempo Final		-	11:15.80	05/07/2025	-
1500m Livres	Tempo Final		-	22:32.00	06/07/2025	-
50m Costas	Tempo Final		-	36.94	13/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final		-	1:20.57	13/06/2026	-
200m Costas	Tempo Final		-	2:52.14	13/06/2026	-
Madalena Santos MACHADO, 2012 (14 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final		-	30.70	06/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final		-	1:08.62	14/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final		-	2:31.02	14/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final		-	5:41.49	05/07/2025	-
50m Costas	Tempo Final		-	37.64	13/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final		-	1:23.01	13/06/2026	-
200m Costas	Tempo Final		-	2:53.84	13/06/2026	-
Renata Nunes NOBRE, 2013 (13 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final		-	37.64	06/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final		-	1:26.82	06/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final		-	3:23.55	06/06/2026	-
400m Livres	Tempo Final		-	6:44.32	06/06/2026	-
100m Costas	Tempo Final		-	1:40.35	31/01/2026	-
Sara Araujo SILVA, 2013 (13 anos), Femin.						-
50m Livres	Tempo Final		-	36.19	06/06/2026	-
100m Livres	Tempo Final		-	1:19.78	06/07/2025	-
200m Livres	Tempo Final		-	2:53.35	04/07/2025	-
400m Livres	Tempo Final		-	5:59.34	05/07/2025	-
800m Livres	Tempo Final		-	12:15.69	01/02/2026	-

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

Sporting Club Campomaiorense

Ines Sofia TRINDADE, 2008 (18 anos), Femin.

100m Livres	Tempo Final	-	1:11.36	20/06/2026	-
200m Livres	Tempo Final	-	2:48.51	04/07/2025	-
50m Costas	Tempo Final	-	36.56	07/03/2026	-
100m Costas	Tempo Final	-	1:21.61	25/04/2026	-
200m Costas	Tempo Final	-	2:53.09	08/03/2026	-