

Progressão de Atletas (Detalhes)

Todas as provas

Prova	Jornada	Lugar	Tempo total	Pts	Tp inscr.	Data inscr.	%	RP
Acr Zona Azul								34
Carolina Brito PALMA, 23/11/2009								4
200m Livres	Tempo Final	6.	2:58.46	253	3:00.41	18/06/2022	102%	
100m Costas	Tempo Final	1.	1:23.58	326	1:28.29	26/06/2022	112%	
200m Costas	Tempo Final	3.	3:10.50	271	NT		-	
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:33.60	208	1:33.69	26/06/2022	100%	
200m Estilos	Tempo Final	5.	3:19.84	251	3:23.91	26/06/2022	104%	
Catarina Agulhas MOREIRA, 05/04/2009								3
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:35.32	304	1:35.79	18/06/2022	101%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:30.34	289	3:32.11	26/06/2022	102%	
200m Estilos	Tempo Final	2.	3:10.85	288	3:18.75	26/06/2022	108%	
Constanca Severino RODRIGUES, 04/05/2010								3
100m Livres	Tempo Final	17.	1:33.19	170	1:35.60	18/06/2022	105%	
200m Livres	Tempo Final	17.	3:30.96	153	3:34.41	26/06/2022	103%	
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:48.23	208	1:47.09	26/06/2022	98%	
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:55.33	206	4:00.10	26/06/2022	104%	
Duarte Martins MARREIROS, 25/05/2007								6
100m Livres	Tempo Final	19.	1:09.28	310	1:12.70	26/06/2022	110%	
50m Costas	Tempo Final	12.	34.66	332	40.97		140%	
100m Costas	Tempo Final	7.	1:17.43	300	1:27.37		127%	
50m Bruços	Tempo Final	14.	39.01	294	40.86		110%	
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:26.84	281	1:29.21	26/06/2022	106%	
200m Bruços	Tempo Final	6.	3:13.03	278	3:26.12	26/06/2022	114%	
Francisco Caetano PALMA, 23/01/2004								4
50m Livres	Tempo Final	5.	26.50	491	26.35	10/07/2021	99%	
100m Livres	Tempo Final	2.	56.54	571	58.10	11/07/2021	106%	
200m Livres	Tempo Final	1.	2:08.21	503	2:12.23	26/06/2022	106%	
50m Costas	Tempo Final	1.	30.83	471	29.34	12/02/2022	91%	
100m Costas	Tempo Final	1.	1:03.96	532	1:03.89	13/02/2022	100%	
200m Costas	Tempo Final	1.	2:20.07	510	2:22.76		104%	
50m Bruços	Tempo Final	4.	34.02	443	34.09	10/07/2021	100%	
Leonor Moreira JORGE, 31/03/2006								3
50m Livres	Tempo Final	8.	33.21	362	32.82		98%	
100m Livres	Tempo Final	7.	1:11.09	384	1:12.02		103%	
200m Livres	Tempo Final	4.	2:39.77	353	2:45.13		107%	
100m Costas	Tempo Final	4.	1:21.65	350	1:22.97	18/06/2022	103%	
200m Costas	Tempo Final	4.	2:54.06	355	2:53.71		100%	
Leonor Neves MARINHEIRO, 17/05/2010								3
100m Livres	Tempo Final	16.	1:31.76	178	1:38.88		116%	
200m Livres	Tempo Final	13.	3:17.58	186	3:32.63	18/06/2022	116%	
200m Bruços	Tempo Final	5.	3:56.18	204	4:25.86	26/06/2022	127%	
Lucia GRACA MONGE, 10/05/2009								3
100m Livres	Tempo Final	7.	1:22.02	250	1:25.14		108%	
200m Livres	Tempo Final	7.	2:59.03	251	2:57.01		98%	
100m Costas	Tempo Final	3.	1:26.27	297	1:33.16	10/07/2021	117%	
200m Costas	Tempo Final	1.	3:09.09	277	3:10.37		101%	
Maria Ines CABRAL, 16/03/2007								1
100m Costas	Tempo Final	4.	1:32.01	244	1:32.17		100%	
Matilde Maria ROSA, 20/10/2009								3
100m Livres	Tempo Final	15.	1:30.48	186	1:36.10	26/06/2022	113%	
200m Livres	Tempo Final	12.	3:12.30	202	3:23.34	26/06/2022	112%	
200m Costas	Tempo Final	5.	3:42.02	171	3:59.86		117%	
100m Bruços	Tempo Final	12.	2:01.70	146	1:57.59	26/06/2022	93%	
Regina Correia SALES, 01/01/2007								1
200m Livres	Tempo Final	5.	3:00.10	246	2:54.58		94%	
200m Costas	Tempo Final	2.	3:05.46	294	2:59.99		94%	
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:47.78	210	1:44.21		93%	
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:43.40	241	3:49.74		106%	

Aminata-Evora Clube de Natacao							79
Antonio Peixe BICAS, 02/04/2008							4
100m Livres	Tempo Final	1.	1:03.31	406	1:03.72	14/05/2022	101%
200m Livres	Tempo Final	1.	2:20.07	386	2:26.27	11/06/2022	109%
100m Costas	Tempo Final	1.	1:11.26	385	1:10.00	15/05/2022	96%
200m Costas	Tempo Final	1.	2:40.15	341	2:38.72	11/06/2022	98%
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:27.86	271	1:24.68		93%
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:39.99	361	2:41.94	11/06/2022	102%
400m Estilos	Tempo Final	1.	5:53.15	329	5:56.12		102%
Bernardo Pastor ESCADA, 02/03/1999							2
50m Livres	Tempo Final	11.	27.16	456	27.42		102%
100m Livres	Tempo Final	10.	1:00.64	462	58.22		92%
1500m Livres	Tempo Final	2.	20:37.62	348	NT		-
100m Costas	Tempo Final	4.	1:08.72	429	1:06.56		94%
200m Costas	Tempo Final	4.	2:41.86	330	2:19.56		74%
50m Mariposa	Tempo Final	3.	27.76	516	28.08		102%
Catarina Conceicao PINTO, 21/12/2004							4
50m Livres	Tempo Final	14.	35.09	306	NT		-
100m Livres	Tempo Final	13.	1:18.28	288	1:19.67	18/06/2022	104%
200m Livres	Tempo Final	7.	2:55.10	268	3:05.35	18/06/2022	112%
50m Costas	Tempo Final	8.	42.99	247	NT		-
100m Costas	Tempo Final	8.	1:32.78	238	1:36.25	18/06/2022	108%
50m Bruços	Tempo Final	10.	47.54	236	NT		-
100m Bruços	Tempo Final	6.	1:42.98	241	1:44.83	18/06/2022	104%
Catarina Isabel ALVES, 27/02/2006							3
50m Livres	Tempo Final	1.	29.32	526	29.20	18/06/2022	99%
100m Livres	Tempo Final	1.	1:02.99	553	1:03.23	18/06/2022	101%
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:22.36	472	1:22.72	18/06/2022	101%
50m Mariposa	Tempo Final	1.	30.78	499	30.60	03/04/2022	99%
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:08.31	535	1:08.88	02/04/2022	102%
Filipa Maria PEREIRA, 03/03/2006							4
100m Livres	Tempo Final	3.	1:06.42	471	1:06.85	11/06/2022	101%
200m Livres	Tempo Final	2.	2:26.90	454	2:27.54		101%
50m Costas	Tempo Final	2.	35.28	447	34.48	12/06/2022	96%
100m Costas	Tempo Final	1.	1:14.27	465	1:14.67	12/06/2022	101%
200m Costas	Tempo Final	1.	2:40.02	458	2:40.07	18/06/2022	100%
Guilherme Rosado GOMES, 26/06/2007							7
50m Livres	Tempo Final	34.	31.05	305	30.79		98%
100m Livres	Tempo Final	13.	1:06.06	358	1:08.36	11/06/2022	107%
200m Livres	Tempo Final	9.	2:28.65	323	2:32.38	10/07/2021	105%
400m Livres	Tempo Final	2.	5:15.41	339	5:29.47		109%
100m Costas	Tempo Final	8.	1:17.82	295	1:20.27	18/06/2022	106%
50m Bruços	Tempo Final	12.	38.62	303	39.03	11/06/2022	102%
50m Mariposa	Tempo Final	19.	32.53	320	33.04		103%
100m Mariposa	Tempo Final	6.	1:17.82	257	1:21.55	11/07/2021	110%
Joao Pedro NEVES, 25/07/1996							-
50m Livres	Tempo Final	3.	26.22	507	25.98	10/07/2021	98%
50m Bruços	Tempo Final	2.	33.51	464	33.28	10/07/2021	99%
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:02.84	488	1:02.41	11/07/2021	99%
Leonor Correia NUNES, 24/01/2008							5
50m Livres	Tempo Final	2.	30.51	466	31.30	11/06/2022	105%
100m Costas	Tempo Final	1.	1:20.65	363	1:26.10	10/07/2021	114%
50m Bruços	Tempo Final	1.	38.47	446	38.88	12/06/2022	102%
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:27.64	391	1:28.77	15/05/2022	103%
50m Mariposa	Tempo Final	2.	32.15	438	32.13	12/06/2022	100%
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:16.25	385	1:18.03	14/05/2022	105%
Luis Miguel NEVES, 04/12/2004							4
50m Livres	Tempo Final	9.	27.10	459	27.28	18/06/2022	101%
100m Livres	Tempo Final	4.	57.84	533	58.22	18/06/2022	101%
200m Livres	Tempo Final	4.	2:14.09	440	2:18.35	18/06/2022	106%
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:21.49	340	1:18.39		93%
50m Mariposa	Tempo Final	7.	29.33	437	28.69	18/06/2022	96%
100m Mariposa	Tempo Final	4.	1:04.86	444	1:05.09	11/06/2022	101%
Maria Teresa SILVA, 03/05/2007							1
50m Bruços	Tempo Final	2.	40.16	392	38.68	11/06/2022	93%
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:27.98	387	1:25.84	18/06/2022	95%
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:12.00	380	3:11.10	18/06/2022	99%
50m Mariposa	Tempo Final	5.	34.65	350	35.31	11/06/2022	104%
Mariana Rosado GOMES, 23/08/2010							7
100m Livres	Tempo Final	2.	1:15.24	324	1:17.95	18/06/2022	107%
200m Livres	Tempo Final	2.	2:48.28	302	2:49.49	11/06/2022	101%
400m Livres	Tempo Final	2.	6:01.59	279	6:14.28	18/06/2022	107%
100m Costas	Tempo Final	5.	1:31.52	248	1:32.63		102%
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:49.46	201	1:51.55		104%
200m Estilos	Tempo Final	4.	3:13.61	276	3:13.84	11/06/2022	100%
400m Estilos	Tempo Final	1.	6:51.19	271	7:03.38		106%

Miguel Antonio ELEKES, 25/06/2006								4
100m Livres	Tempo Final	5.	1:01.52	443	1:04.12	11/06/2022	109%	
50m Costas	Tempo Final	10.	33.98	352	33.26		96%	
100m Costas	Tempo Final	2.	1:11.18	386	1:14.70	10/07/2021	110%	
50m Mariposa	Tempo Final	12.	30.10	405	31.26	11/06/2022	108%	
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:05.84	424	1:06.55	18/06/2022	102%	
200m Mariposa	Tempo Final	1.	2:30.50	398	2:28.06	12/06/2022	97%	
Miguel Santos GRILO, 26/12/2003								1
50m Livres	Tempo Final	30.	29.50	356	29.13	10/07/2021	98%	
100m Livres	Tempo Final	16.	1:05.44	368	1:04.76		98%	
50m Costas	Tempo Final	14.	35.99	296	34.71	11/07/2021	93%	
100m Costas	Tempo Final	6.	1:17.75	296	1:14.69	10/07/2021	92%	
50m Bruços	Tempo Final	11.	37.51	331	35.45	10/07/2021	89%	
100m Bruços	Tempo Final	8.	1:23.54	315	1:22.81		98%	
50m Mariposa	Tempo Final	15.	31.18	364	31.82	10/07/2021	104%	
Nikita FOMICHENKO, 15/11/2008								2
100m Livres	Tempo Final	2.	1:04.91	377	1:04.83	14/05/2022	100%	
100m Costas	Tempo Final	5.	1:22.60	247	1:21.42	18/06/2022	97%	
200m Costas	Tempo Final	2.	2:55.69	258	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:26.82	281	1:26.08	14/05/2022	98%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:09.70	293	3:18.19		109%	
200m Estilos	Tempo Final	2.	2:48.66	308	2:56.85	18/06/2022	110%	
400m Estilos	Tempo Final	2.	6:10.36	285	NT		-	
Pedro Caeiro MARQUES, 19/02/2009								6
100m Livres	Tempo Final	4.	1:12.33	272	1:15.41	18/06/2022	109%	
200m Livres	Tempo Final	2.	2:38.69	265	2:52.87	18/06/2022	119%	
400m Livres	Tempo Final	1.	5:48.24	252	6:10.83		113%	
100m Costas	Tempo Final	6.	1:26.43	215	1:29.11	18/06/2022	106%	
200m Costas	Tempo Final	5.	3:05.04	221	3:26.58		125%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	2:54.95	276	3:03.30	18/06/2022	110%	
Ricardo Paixao CANSADO, 19/01/2007								8
50m Livres	Tempo Final	31.	30.72	315	31.27		104%	
100m Livres	Tempo Final	12.	1:05.14	373	1:07.64	18/06/2022	108%	
200m Livres	Tempo Final	8.	2:27.72	329	2:29.22	18/06/2022	102%	
100m Costas	Tempo Final	9.	1:20.97	262	1:28.51		119%	
200m Costas	Tempo Final	4.	2:56.47	255	2:57.19		101%	
50m Mariposa	Tempo Final	21.	33.18	302	35.16		112%	
100m Mariposa	Tempo Final	5.	1:15.57	281	1:15.81	18/06/2022	101%	
200m Estilos	Tempo Final	3.	2:46.65	320	2:48.98		103%	
Rodrigo Miguel ALVES, 14/02/2002								1
50m Livres	Tempo Final	8.	26.90	469	26.31	10/07/2021	96%	
100m Livres	Tempo Final	6.	58.92	504	58.22		98%	
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:16.09	417	1:15.72	18/06/2022	99%	
50m Mariposa	Tempo Final	5.	28.05	500	27.69	12/02/2022	97%	
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:01.76	514	1:02.41	11/07/2021	102%	
Simao Valadas BILRO, 16/11/2005								1
50m Livres	Tempo Final	1.	25.89	526	24.71	18/06/2022	91%	
100m Livres	Tempo Final	1.	56.15	583	54.62	31/03/2022	95%	
50m Costas	Tempo Final	2.	31.14	457	29.56	31/03/2022	90%	
100m Costas	Tempo Final	2.	1:05.30	500	1:05.99		102%	
50m Mariposa	Tempo Final	2.	27.61	524	26.61	03/04/2022	93%	
Tiago Delfim PEREIRA, 25/10/2007								6
50m Livres	Tempo Final	27.	28.87	379	29.55		105%	
100m Livres	Tempo Final	8.	1:03.44	404	1:03.51	14/05/2022	100%	
200m Livres	Tempo Final	2.	2:20.01	386	2:26.31	18/06/2022	109%	
50m Costas	Tempo Final	9.	33.21	377	34.42		107%	
100m Costas	Tempo Final	1.	1:11.07	388	1:09.44	11/06/2022	95%	
200m Costas	Tempo Final	1.	2:34.93	376	2:31.49	12/06/2022	96%	
50m Mariposa	Tempo Final	13.	30.28	397	31.24	11/06/2022	106%	
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:09.58	360	1:10.28	15/05/2022	102%	
Tiago Holbeche SILVA, 05/01/2005								3
50m Livres	Tempo Final	15.	27.65	432	27.26	18/06/2022	97%	
100m Livres	Tempo Final	8.	59.95	479	59.23	18/06/2022	98%	
200m Livres	Tempo Final	6.	2:14.86	432	2:14.61		100%	
50m Costas	Tempo Final	3.	31.70	433	31.44	18/06/2022	98%	
100m Costas	Tempo Final	5.	1:09.45	416	1:07.51	12/06/2022	94%	
200m Costas	Tempo Final	2.	2:29.47	419	2:32.64	18/06/2022	104%	
50m Bruços	Tempo Final	13.	38.85	298	40.16	10/07/2021	107%	
50m Mariposa	Tempo Final	16.	31.35	358	33.35		113%	
Vasco Francisco PEREIRA, 25/10/2007								6
50m Livres	Tempo Final	28.	29.16	368	29.72	11/06/2022	104%	
100m Livres	Tempo Final	9.	1:03.80	397	1:04.29	14/05/2022	102%	
200m Livres	Tempo Final	6.	2:23.33	360	2:24.79	11/06/2022	102%	
100m Costas	Tempo Final	6.	1:14.99	330	1:16.17	18/06/2022	103%	
50m Bruços	Tempo Final	16.	39.46	284	38.21		94%	
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:25.28	296	1:23.59	14/05/2022	96%	
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:06.33	310	3:22.60		118%	
50m Mariposa	Tempo Final	20.	32.72	315	34.12		109%	

Assoc Natacao Albicastrense Os Redentoristas							65
Afonso Maria BENTO, 16/06/2009							3
200m Livres	Tempo Final	3.	2:31.37	305	2:29.43	97%	
400m Livres	Tempo Final	3.	5:22.42	317	5:21.40	99%	
1500m Livres	Tempo Final	1.	21:33.93	305	21:04.28	95%	
100m Costas	Tempo Final	3.	1:18.34	289	1:25.24	118%	
200m Costas	Tempo Final	1.	2:46.70	302	2:56.49	112%	
200m Estilos	Tempo Final	3.	2:49.26	305	2:56.38	109%	
Afonso MATEUS, 30/09/2009							2
200m Livres	Tempo Final	12.	3:01.00	178	2:54.12	93%	
400m Livres	Tempo Final	12.	6:10.65	209	6:05.65	97%	
1500m Livres	Tempo Final	3.	24:56.47	197	23:31.47	89%	
100m Costas	Tempo Final	16.	1:38.59	145	1:38.24	99%	
200m Costas	Tempo Final	5.	3:32.53	146	NT	-	
100m Mariposa	Tempo Final	9.	1:40.21	120	1:43.62	107%	
200m Estilos	Tempo Final	16.	3:31.60	156	3:38.00	106%	
Antonio Carmona ALPALHAO, 09/10/2009							5
100m Livres	Tempo Final	19.	1:24.55	170	1:30.55	115%	
200m Livres	Tempo Final	16.	3:22.94	126	3:14.60	92%	
100m Costas	Tempo Final	17.	1:41.04	135	1:46.31	111%	
100m Bruços	Tempo Final	9.	1:47.54	147	1:48.77	102%	
200m Bruços	Tempo Final	8.	3:47.67	169	3:55.80	107%	
200m Estilos	Tempo Final	18.	3:35.65	147	3:40.60	105%	
Carolina Mesquita RODRIGUES, 06/04/2004							1
50m Livres	Tempo Final	18.	36.67	268	NT	-	
100m Livres	Tempo Final	14.	1:22.93	242	1:22.25	98%	
50m Costas	Tempo Final	13.	43.23	243	NT	-	
100m Costas	Tempo Final	12.	1:31.75	247	1:30.97	98%	
50m Bruços	Tempo Final	11.	52.50	175	52.60	100%	
Carolina Pinto BANHUDO, 09/07/2010							4
100m Livres	Tempo Final	12.	1:25.52	221	1:33.16	119%	
200m Livres	Tempo Final	13.	3:13.13	200	3:17.57	105%	
400m Livres	Tempo Final	7.	6:56.08	183	6:41.02	93%	
800m Livres	Tempo Final	6.	13:59.20	192	13:20.63	91%	
200m Costas	Tempo Final	6.	3:32.67	195	3:36.47	104%	
200m Estilos	Tempo Final	14.	3:39.85	188	3:50.41	110%	
Dinis Trigueiros PAULO, 03/08/2006							2
50m Livres	Tempo Final	6.	27.76	427	27.08	95%	
100m Livres	Tempo Final	4.	1:02.11	430	1:10.44	129%	
50m Costas	Tempo Final	7.	34.04	350	NT	-	
100m Costas	Tempo Final	9.	1:22.68	246	NT	-	
50m Bruços	Tempo Final	14.	39.91	274	NT	-	
50m Mariposa	Tempo Final	3.	28.92	456	29.30	103%	
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:11.72	328	NT	-	
Diogo Daniel MARCO, 15/02/2008							7
100m Livres	Tempo Final	5.	1:08.95	314	1:21.98	03/07/2021	141%
200m Livres	Tempo Final	5.	2:36.20	278	2:59.32	10/07/2021	132%
400m Livres	Tempo Final	5.	5:28.27	301	6:34.46	10/07/2021	144%
1500m Livres	Tempo Final	2.	22:08.27	281	22:11.40		100%
100m Costas	Tempo Final	7.	1:26.61	214	1:30.03		108%
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:30.51	248	1:42.87	11/07/2021	129%
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:20.44	249	3:47.13	10/07/2021	128%
Diogo Miguel BARATA, 25/06/2006							3
50m Livres	Tempo Final	29.	35.49	204	36.05		103%
100m Livres	Tempo Final	17.	1:18.94	209	1:21.59		107%
200m Livres	Tempo Final	12.	3:04.47	169	3:04.12		100%
50m Costas	Tempo Final	17.	43.46	168	49.35		129%
100m Costas	Tempo Final	15.	1:35.78	158	NT		-
200m Costas	Tempo Final	7.	3:30.35	150	NT		-
Eduardo Pires TAVARES, 24/10/2007							6
100m Livres	Tempo Final	11.	1:08.57	320	1:12.89	10/07/2021	113%
200m Livres	Tempo Final	5.	2:31.39	305	2:34.02	10/07/2021	104%
400m Livres	Tempo Final	4.	5:19.31	327	5:36.33	10/07/2021	111%
1500m Livres	Tempo Final	1.	21:52.78	292	21:22.86		95%
100m Costas	Tempo Final	4.	1:15.60	322	1:21.77	10/07/2021	117%
100m Bruços	Tempo Final	8.	1:31.30	241	1:35.90	03/07/2021	110%
200m Bruços	Tempo Final	5.	3:12.08	283	3:20.20		109%
Guilherme Filipe RATO, 03/01/2009							-
100m Livres	Tempo Final	8.	1:11.13	286	1:10.54		98%
200m Livres	Tempo Final	8.	2:44.51	238	2:30.87		84%
400m Livres	Tempo Final	7.	5:41.56	267	5:31.71		94%
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:19.88	237	1:19.32		99%
200m Mariposa	Tempo Final	2.	3:09.16	200	3:08.09		99%
200m Estilos	Tempo Final	8.	3:05.45	232	2:59.77		94%
400m Estilos	Tempo Final	1.	6:41.48	224	6:25.53		92%
Ines Louro SILVA, 14/09/2004							2
50m Livres	Tempo Final	3.	31.31	432	32.23	10/07/2021	106%
1500m Livres	Tempo Final	1.	23:29.34	278	NT		-
50m Costas	Tempo Final	4.	38.36	347	37.60		96%

100m Costas	Tempo Final	4.	1:20.89	360	1:18.84		95%
50m Bruços	Tempo Final	2.	39.10	425	37.30		91%
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:24.48	437	NT		-
50m Mariposa	Tempo Final	5.	34.56	353	35.35	10/07/2021	105%
Madalena Pires TAVARES, 16/07/2010							
100m Livres	Tempo Final	10.	1:22.58	245	1:27.41		112%
200m Livres	Tempo Final	12.	3:06.04	223	3:11.60		106%
400m Livres	Tempo Final	6.	6:24.49	232	6:24.27		100%
800m Livres	Tempo Final	5.	13:31.96	212	13:33.03		100%
100m Costas	Tempo Final	7.	1:32.33	242	1:32.63		101%
200m Costas	Tempo Final	2.	3:15.15	252	3:19.32		104%
200m Bruços	Tempo Final	6.	4:09.83	172	4:16.77		106%
200m Estilos	Tempo Final	13.	3:38.01	193	3:32.86		95%
Maria Fernandes GALVAO, 17/05/2005							
50m Livres	Tempo Final	19.	36.77	266	37.66	10/07/2021	105%
100m Livres	Tempo Final	15.	1:24.48	229	1:24.85	11/07/2021	101%
50m Costas	Tempo Final	10.	41.40	276	NT		-
100m Costas	Tempo Final	11.	1:31.70	247	1:34.91	10/07/2021	107%
50m Bruços	Tempo Final	12.	52.68	173	54.73	10/07/2021	108%
50m Mariposa	Tempo Final	10.	40.56	218	41.18	10/07/2021	103%
Maria Rita AGOSTINHO, 29/09/2010							
100m Livres	Tempo Final	13.	1:25.67	219	1:32.62		117%
200m Livres	Tempo Final	14.	3:13.14	200	3:24.75		112%
400m Livres	Tempo Final	8.	7:10.07	166	7:06.84		99%
100m Costas	Tempo Final	8.	1:33.72	231	1:34.09		101%
200m Costas	Tempo Final	5.	3:22.53	225	3:17.12		95%
200m Bruços	Tempo Final	7.	4:18.73	155	4:13.11		96%
200m Estilos	Tempo Final	15.	3:46.07	173	3:34.24		90%
Matilde Fernandes GALVAO, 17/05/2005							
50m Livres	Tempo Final	10.	33.96	338	34.04	10/07/2021	100%
100m Livres	Tempo Final	9.	1:17.26	299	1:16.84	11/07/2021	99%
50m Costas	Tempo Final	9.	41.36	277	38.73	06/11/2021	88%
100m Costas	Tempo Final	10.	1:30.62	256	1:31.67	10/07/2021	102%
50m Bruços	Tempo Final	9.	49.99	203	48.83	10/07/2021	95%
50m Mariposa	Tempo Final	7.	37.14	284	38.42	10/07/2021	107%
Simone Pais MARQUES, 15/03/2009							
100m Livres	Tempo Final	4.	1:17.91	292	1:26.36	03/07/2021	123%
200m Livres	Tempo Final	8.	2:58.10	255	3:08.47	03/07/2021	112%
400m Livres	Tempo Final	5.	6:16.16	248	6:57.69	10/07/2021	123%
800m Livres	Tempo Final	3.	13:16.97	225	12:44.49		92%
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:42.13	160	1:37.65	10/07/2021	91%
200m Mariposa	Tempo Final	2.	3:43.55	161	3:44.37		101%
200m Estilos	Tempo Final	5.	3:14.28	273	3:23.66	11/07/2021	110%
400m Estilos	Tempo Final	1.	6:55.12	264	7:25.59	10/07/2021	115%
Vitoria Morao ALMEIDA, 07/07/2009							
100m Livres	Tempo Final	7.	1:21.35	256	1:27.04	10/07/2021	114%
200m Livres	Tempo Final	5.	2:54.31	272	3:03.22	10/07/2021	110%
400m Livres	Tempo Final	3.	6:13.86	253	6:24.65	10/07/2021	106%
800m Livres	Tempo Final	2.	12:52.65	247	12:36.66		96%
100m Costas	Tempo Final	9.	1:35.30	220	1:40.47	10/07/2021	111%
200m Costas	Tempo Final	4.	3:18.96	238	3:26.22	10/07/2021	107%
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:40.49	251	4:03.25	03/07/2021	122%
200m Estilos	Tempo Final	9.	3:25.30	231	3:37.62	11/07/2021	112%

Atletico Clube Montemor-o-Novo								40
Beatriz Coelho SANTOS, 08/07/2010								1
100m Bruços	Tempo Final	9.	1:55.63	170	1:48.39	21/05/2022	88%	
200m Bruços	Tempo Final	7.	3:57.82	200	3:54.63	12/03/2022	97%	
100m Mariposa	Tempo Final	6.	1:48.72	132	1:47.07	12/03/2022	97%	
200m Mariposa	Tempo Final	1.	4:01.97	127	NT	-	-	
200m Estilos	Tempo Final	9.	3:35.58	200	3:39.81	20/02/2022	104%	
Carolina Isaias RAIMUNDO, 21/06/2008								5
100m Livres	Tempo Final	6.	1:21.09	259	1:28.44	11/07/2021	119%	
400m Livres	Tempo Final	3.	6:41.89	203	7:06.41	10/07/2021	113%	
50m Costas	Tempo Final	6.	42.22	260	41.52	05/12/2021	97%	
100m Costas	Tempo Final	5.	1:34.73	224	1:38.34	10/07/2021	108%	
100m Bruços	Tempo Final	7.	1:51.68	189	1:51.91	11/07/2021	100%	
200m Estilos	Tempo Final	6.	3:26.03	229	3:40.10		114%	
Claudia Fale SILVA, 30/10/2008								4
100m Livres	Tempo Final	4.	1:17.33	299	1:31.34	10/07/2021	140%	
200m Costas	Tempo Final	3.	3:17.04	245	3:13.69	05/12/2021	97%	
200m Bruços	Tempo Final	5.	3:43.64	240	4:08.36	10/07/2021	123%	
50m Mariposa	Tempo Final	10.	45.84	151	46.57	22/05/2022	103%	
200m Estilos	Tempo Final	5.	3:20.11	250	3:34.60	11/07/2021	115%	
Daniela Filipa MANTAS, 20/11/1999								3
50m Livres	Tempo Final	4.	31.18	437	30.55	10/07/2021	96%	
50m Costas	Tempo Final	1.	34.83	464	35.28	11/07/2021	103%	
100m Costas	Tempo Final	2.	1:16.22	430	1:23.98	10/07/2021	121%	
200m Costas	Tempo Final	3.	2:52.75	364	2:52.89	10/07/2021	100%	
50m Bruços	Tempo Final	5.	41.80	347	39.87	10/07/2021	91%	
Filipa Tibo FIGUEIRAS, 03/04/2004								-
100m Costas	Tempo Final	6.	1:28.22	277	1:23.70	10/07/2021	90%	
100m Bruços	Tempo Final	7.	1:45.48	224	1:37.37		85%	
Guilherme Cotovio ALVES, 22/11/2004								3
50m Livres	Tempo Final	20.	28.06	413	28.34	10/07/2021	102%	
1500m Livres	Tempo Final	1.	19:45.06	397	19:48.83		101%	
50m Mariposa	Tempo Final	8.	29.45	432	28.92	10/07/2021	96%	
100m Mariposa	Tempo Final	5.	1:04.98	442	1:05.20	11/07/2021	101%	
200m Mariposa	Tempo Final	1.	2:53.29	260	2:33.82	10/07/2021	79%	
Maria Leonor LADEIRAS, 11/07/2010								5
100m Livres	Tempo Final	10.	1:24.86	226	1:24.11	09/04/2022	98%	
200m Livres	Tempo Final	10.	3:07.33	219	3:08.96	12/03/2022	102%	
400m Livres	Tempo Final	6.	6:41.54	204	7:12.98	22/05/2022	116%	
800m Livres	Tempo Final	3.	14:03.26	190	14:28.97	22/05/2022	106%	
100m Costas	Tempo Final	11.	1:51.48	137	1:43.10	09/04/2022	86%	
100m Mariposa	Tempo Final	7.	1:51.68	122	2:07.67	21/05/2022	131%	
200m Estilos	Tempo Final	12.	3:39.82	188	3:55.66	16/01/2022	115%	
Maria Lua PISCO, 30/11/2007								1
1500m Livres	Tempo Final	1.	23:21.09	283	23:48.70	05/12/2021	104%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	3:13.95	274	3:05.31	13/03/2022	91%	
Matilde Pais PORTO, 09/03/2009								3
100m Livres	Tempo Final	13.	1:28.94	196	1:32.78	07/11/2021	109%	
200m Livres	Tempo Final	15.	3:20.38	179	3:25.23	16/01/2022	105%	
400m Livres	Tempo Final	11.	7:21.04	154	7:31.47	22/05/2022	105%	
800m Livres	Tempo Final	6.	15:04.41	154	14:49.73	22/05/2022	97%	
100m Bruços	Tempo Final	10.	1:56.63	166	1:49.20	20/02/2022	88%	
100m Mariposa	Tempo Final	8.	1:56.05	109	1:49.78	05/12/2021	89%	
200m Estilos	Tempo Final	10.	3:36.61	197	3:31.51	20/02/2022	95%	
400m Estilos	Tempo Final	3.	7:48.24	184	7:44.25	21/05/2022	98%	
Pedro Fale SILVA, 16/10/2003								3
50m Livres	Tempo Final	4.	26.46	493	27.13	10/07/2021	105%	
100m Livres	Tempo Final	3.	57.21	551	59.46	11/07/2021	108%	
50m Costas	Tempo Final	4.	31.73	432	29.77	30/04/2022	88%	
100m Costas	Tempo Final	3.	1:08.25	438	1:10.42	10/07/2021	106%	
200m Costas	Tempo Final	3.	2:30.82	408	2:23.52		91%	
Ricardo Bravo AMIEIRA, 31/01/2008								4
100m Livres	Tempo Final	10.	1:17.74	219	1:21.81	11/07/2021	111%	
200m Livres	Tempo Final	6.	2:47.56	225	3:09.20	10/07/2021	127%	
400m Livres	Tempo Final	3.	6:14.40	203	6:33.73	10/07/2021	111%	
100m Costas	Tempo Final	12.	1:38.69	145	1:46.38	10/07/2021	116%	
100m Bruços	Tempo Final	6.	1:40.79	179	1:39.08	11/07/2021	97%	
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:36.55	197	3:33.63	10/07/2021	97%	
200m Estilos	Tempo Final	6.	3:26.72	167	3:12.60	20/02/2022	87%	
400m Estilos	Tempo Final	6.	7:04.79	189	6:59.05	16/01/2022	97%	
Santiago Pinto FALCAO, 13/07/2007								1
50m Livres	Tempo Final	17.	27.81	425	27.17	30/04/2022	95%	
100m Livres	Tempo Final	7.	1:01.92	434	1:00.30	13/03/2022	95%	
200m Livres	Tempo Final	3.	2:20.69	381	2:33.39	10/07/2021	119%	
800m Livres	Tempo Final	1.	10:45.21	344	10:28.54	12/03/2022	95%	
50m Costas	Tempo Final	11.	34.46	337	32.83	30/04/2022	91%	

Sofia Moreira DIAS, 17/04/2010								4
100m Livres	Tempo Final	5.	1:19.21	278	1:25.62	20/02/2022	117%	
200m Livres	Tempo Final	9.	3:06.66	221	3:18.60	16/01/2022	113%	
400m Livres	Tempo Final	7.	6:41.84	203	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	13.	2:07.15	128	2:12.43	16/01/2022	108%	
200m Estilos	Tempo Final	11.	3:36.76	196	3:47.59	09/04/2022	110%	
Tiago Manuel AZINHEIRINHA, 15/10/1998								3
50m Livres	Tempo Final	18.	27.88	421	27.53	10/07/2021	98%	
800m Livres	Tempo Final	2.	10:39.20	353	9:38.40		82%	
50m Bruços	Tempo Final	1.	33.35	471	34.59	10/07/2021	108%	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:14.22	450	1:17.39	11/07/2021	109%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	2:48.06	422	2:52.64	10/07/2021	106%	

CCD Pess. Camara Munic. da Serta								24
Ana Sofia BAPTISTA, 31/12/2009								2
100m Livres	Tempo Final	3.	1:16.86	304	1:17.81	13/03/2022	102%	
200m Livres	Tempo Final	7.	2:57.07	259	2:56.39	12/03/2022	99%	
400m Livres	Tempo Final	4.	6:13.95	252	6:21.58	12/03/2022	104%	
100m Costas	Tempo Final	10.	1:36.74	210	1:32.18	11/03/2022	91%	
200m Estilos	Tempo Final	10.	3:25.75	230	3:22.11	13/03/2022	96%	
Bernardo Amaral PIRES, 14/10/2009								3
100m Livres	Tempo Final	15.	1:19.22	207	1:26.81	04/12/2021	120%	
200m Livres	Tempo Final	15.	3:05.45	166	3:16.99	11/06/2022	113%	
400m Livres	Tempo Final	15.	6:45.95	159	6:45.62	11/06/2022	100%	
100m Costas	Tempo Final	18.	1:41.96	131	1:38.00	11/03/2022	92%	
100m Bruços	Tempo Final	10.	1:49.80	139	1:54.16	18/06/2022	108%	
200m Estilos	Tempo Final	15.	3:29.13	161	3:27.80	11/06/2022	99%	
Carolina Santos SILVA, 27/09/2006								2
50m Livres	Tempo Final	9.	33.73	345	33.02	30/04/2022	96%	
100m Livres	Tempo Final	7.	1:13.22	352	1:14.29	07/11/2021	103%	
200m Livres	Tempo Final	3.	2:43.31	331	2:42.75	11/06/2022	99%	
400m Livres	Tempo Final	3.	5:41.84	330	5:43.18	11/06/2022	101%	
100m Costas	Tempo Final	8.	1:27.57	284	1:24.70	11/03/2022	94%	
Daniela Lourenco NEVES, 06/05/2005								-
50m Livres	Tempo Final	1.	30.57	464	29.52	12/02/2022	93%	
100m Livres	Tempo Final	4.	1:07.84	442	1:04.13	11/06/2022	89%	
50m Mariposa	Tempo Final	1.	31.58	462	30.82	13/02/2022	95%	
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:12.07	456	1:08.83	12/03/2022	91%	
Diogo Filipe LOURENCO, 05/07/2005								-
50m Livres	Tempo Final	18.	30.42	324	29.67	18/06/2022	95%	
200m Livres	Tempo Final	3.	2:27.47	330	2:20.66	12/03/2022	91%	
400m Livres	Tempo Final	3.	5:18.98	328	5:02.57	12/03/2022	90%	
800m Livres	Tempo Final	2.	11:12.60	303	10:25.41	12/03/2022	86%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	2:44.84	330	2:42.44	04/12/2021	97%	
Fabio Jose PINTO, 03/01/2006								1
50m Livres	Tempo Final	5.	27.45	442	26.33	13/02/2022	92%	
100m Livres	Tempo Final	1.	58.88	505	58.25	12/02/2022	98%	
200m Livres	Tempo Final	1.	2:17.32	409	2:07.80	11/06/2022	87%	
100m Costas	Tempo Final	3.	1:14.09	342	1:14.90	10/07/2021	102%	
50m Mariposa	Tempo Final	2.	28.59	472	28.34	04/06/2022	98%	
Francisco Martins RIBEIRO, 20/02/2006								-
50m Bruços	Tempo Final	7.	35.15	402	34.78	18/06/2022	98%	
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:19.20	370	1:17.01	06/11/2021	95%	
50m Mariposa	Tempo Final	8.	30.02	408	28.24	30/04/2022	88%	
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:04.91	443	1:04.38	13/02/2022	98%	
200m Mariposa	Tempo Final	1.	2:29.87	403	2:23.81	06/11/2021	92%	
Francisco Miguel MATIAS, 08/10/2004								2
100m Livres	Tempo Final	4.	1:03.73	398	1:00.60	12/03/2022	90%	
50m Bruços	Tempo Final	3.	33.22	476	32.36	30/07/2021	95%	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:09.83	540	1:10.16	12/02/2022	101%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	2:39.76	491	2:31.39	11/06/2022	90%	
50m Mariposa	Tempo Final	4.	29.48	431	29.90	30/04/2022	103%	
Gabriel Monteiro MIRANDA, 30/11/2005								-
50m Livres	Tempo Final	21.	30.84	311	30.77	30/04/2022	100%	
200m Livres	Tempo Final	7.	2:45.11	235	2:39.32	12/03/2022	93%	
50m Mariposa	Tempo Final	14.	35.51	246	32.89	30/04/2022	86%	
Goncalo Farinha NUNES, 05/03/2004								-
50m Livres	Tempo Final	13.	29.07	372	28.54	10/07/2021	96%	
100m Livres	Tempo Final	6.	1:04.73	380	1:02.86	11/07/2021	94%	
50m Costas	Tempo Final	5.	32.86	389	32.57	11/07/2021	98%	
100m Costas	Tempo Final	4.	1:12.28	369	1:10.82	10/07/2021	96%	
200m Costas	Tempo Final	3.	2:42.94	324	2:37.60	10/07/2021	94%	
Ines Martins CAETANO, 05/07/2005								-
50m Livres	Tempo Final	5.	31.76	413	30.00	12/03/2022	89%	
100m Livres	Tempo Final	6.	1:10.15	400	1:06.88	13/03/2022	91%	
50m Costas	Tempo Final	1.	34.71	469	34.12	13/02/2022	97%	
100m Costas	Tempo Final	3.	1:16.77	421	1:14.55	12/02/2022	94%	
Joana Catarina MATIAS, 21/08/2007								4
100m Livres	Tempo Final	7.	1:24.48	229	1:25.20	13/03/2022	102%	
100m Costas	Tempo Final	9.	1:41.03	185	1:37.34	11/03/2022	93%	
50m Bruços	Tempo Final	6.	47.34	239	47.40	30/04/2022	100%	
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:46.05	221	1:48.03	12/03/2022	104%	
200m Bruços	Tempo Final	5.	3:47.24	229	3:47.39	11/06/2022	100%	
Joao Pedro BARRETO, 16/05/2007								1
50m Livres	Tempo Final	27.	33.72	238	31.70	30/04/2022	88%	
100m Livres	Tempo Final	15.	1:15.45	240	1:20.38	11/07/2021	113%	
50m Costas	Tempo Final	11.	38.60	240	36.55	12/03/2022	90%	
100m Costas	Tempo Final	8.	1:21.81	254	1:19.81	11/03/2022	95%	
200m Costas	Tempo Final	4.	2:58.91	244	2:51.29	11/06/2022	92%	

Lara Almeida RIBEIRO, 10/12/2007							2
50m Livres	Tempo Final	7.	33.11	365	32.61	12/03/2022	97%
100m Livres	Tempo Final	2.	1:13.43	349	1:14.75	11/07/2021	104%
200m Livres	Tempo Final	5.	2:49.60	295	2:53.14	12/03/2022	104%
50m Costas	Tempo Final	6.	39.49	318	37.24	12/03/2022	89%
100m Costas	Tempo Final	3.	1:27.20	287	1:24.24	11/03/2022	93%
Lucas Farinha PERES, 10/01/2006							2
50m Livres	Tempo Final	10.	28.14	410	29.94	12/02/2022	113%
100m Livres	Tempo Final	3.	1:01.53	443	1:01.42	12/02/2022	100%
50m Costas	Tempo Final	3.	32.57	400	31.97	18/06/2022	96%
100m Costas	Tempo Final	1.	1:10.57	396	1:10.33	02/04/2022	99%
200m Costas	Tempo Final	2.	2:38.34	353	2:36.05	18/06/2022	97%
200m Estilos	Tempo Final	2.	2:31.28	427	2:31.68	13/02/2022	101%
Mafalda Silva LOURENCO, 12/02/2006							-
50m Livres	Tempo Final	6.	31.88	409	30.26	30/04/2022	90%
100m Livres	Tempo Final	5.	1:09.43	413	1:07.12	19/02/2022	93%
50m Costas	Tempo Final	3.	37.41	375	34.71	30/04/2022	86%
100m Costas	Tempo Final	5.	1:21.03	358	1:16.08	11/03/2022	88%
Matilde Antonio CARDOSO, 03/11/2007							-
100m Livres	Tempo Final	6.	1:23.43	238	1:21.51	13/03/2022	95%
100m Costas	Tempo Final	6.	1:36.93	209	1:34.85	11/03/2022	96%
50m Bruços	Tempo Final	4.	46.92	246	45.65	30/04/2022	95%
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:41.70	250	1:40.51	12/03/2022	98%
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:42.77	243	3:37.02	12/03/2022	95%
Salome Silva DIAS, 17/07/2006							-
100m Costas	Tempo Final	2.	1:15.62	441	1:12.96	11/03/2022	93%
200m Costas	Tempo Final	2.	2:47.14	401	2:46.48	10/07/2021	99%
50m Bruços	Tempo Final	1.	38.09	459	37.61	30/07/2021	97%
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:24.21	441	1:22.22	30/07/2021	95%
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:09.03	398	3:06.24	10/07/2021	97%
Simao Pedro ANTUNES, 23/11/2006							2
100m Livres	Tempo Final	5.	1:04.46	385	1:06.09	11/07/2021	105%
400m Livres	Tempo Final	2.	5:13.23	346	5:11.79	10/07/2021	99%
50m Bruços	Tempo Final	8.	36.06	372	34.54	13/03/2022	92%
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:20.65	350	1:18.12	12/02/2022	94%
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:03.36	325	2:50.27	12/03/2022	86%
50m Mariposa	Tempo Final	10.	32.21	330	33.32	10/07/2021	107%
Tomas Manuel LOURENCO, 03/10/2009							3
100m Livres	Tempo Final	17.	1:19.79	203	1:20.78	18/06/2022	102%
400m Livres	Tempo Final	14.	6:23.49	188	NT		-
100m Costas	Tempo Final	14.	1:33.26	171	NT		-
100m Bruços	Tempo Final	6.	1:41.13	177	1:42.76	18/06/2022	103%
100m Mariposa	Tempo Final	8.	1:39.35	123	1:45.06	04/12/2021	112%
200m Estilos	Tempo Final	12.	3:18.50	189	3:13.40	11/06/2022	95%

Centro Rep. Inst. Rec. Aljustrelense							38
Angelo Holovryak TERESA, 05/09/2004							3
50m Livres	Tempo Final	12.	27.28	450	28.56	10/07/2021	110%
100m Livres	Tempo Final	12.	1:02.70	418	1:03.15	11/07/2021	101%
50m Mariposa	Tempo Final	9.	29.64	424	30.15	10/07/2021	103%
Catarina Moreira FERNANDES, 28/03/2009							5
100m Livres	Tempo Final	1.	1:12.82	358	1:17.80	11/07/2021	114%
200m Livres	Tempo Final	1.	2:40.47	348	2:52.16	10/07/2021	115%
400m Livres	Tempo Final	1.	5:49.95	308	6:15.67	10/07/2021	115%
100m Costas	Tempo Final	2.	1:25.54	304	1:32.06	10/07/2021	116%
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:41.12	255	1:40.77	12/03/2022	99%
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:29.60	237	1:29.74	18/06/2022	100%
200m Estilos	Tempo Final	1.	3:05.99	311	3:04.39	18/06/2022	98%
Cristina RAKASI, 01/12/2004							2
50m Livres	Tempo Final	11.	34.03	336	NT		-
100m Livres	Tempo Final	14.	1:20.42	265	1:21.83		104%
50m Costas	Tempo Final	7.	42.44	256	NT		-
100m Costas	Tempo Final	9.	1:33.84	230	1:42.77		120%
Gabriela RAKASI, 16/08/2010							-
200m Livres	Tempo Final	20.	3:51.85	115	3:50.50		99%
Ines Sofia LOPES, 27/09/2010							1
100m Livres	Tempo Final	11.	1:25.89	218	1:25.30	18/06/2022	99%
200m Livres	Tempo Final	14.	3:19.71	181	3:12.51	18/06/2022	93%
400m Livres	Tempo Final	9.	6:50.81	190	6:57.48	12/03/2022	103%
100m Costas	Tempo Final	10.	1:49.45	145	1:47.63	18/06/2022	97%
100m Mariposa	Tempo Final	9.	2:02.48	92	1:55.53	05/12/2021	89%
Iris Pena COSTA, 09/06/2009							1
200m Livres	Tempo Final	19.	3:44.87	126	3:45.61		101%
Joana Afonso BANZA, 05/05/2009							3
100m Livres	Tempo Final	6.	1:20.22	267	NT		-
200m Livres	Tempo Final	4.	2:52.15	282	2:53.74	10/07/2021	102%
400m Livres	Tempo Final	3.	6:04.68	272	6:07.29	18/06/2022	101%
800m Livres	Tempo Final	1.	13:02.37	237	12:44.62	12/03/2022	96%
100m Mariposa	Tempo Final	5.	1:40.45	168	1:45.40	11/07/2021	110%
Joao Benedito MESTRE, 27/10/2009							3
100m Livres	Tempo Final	7.	1:13.67	258	1:15.30	18/06/2022	104%
200m Livres	Tempo Final	7.	2:56.30	193	2:54.58	18/06/2022	98%
100m Costas	Tempo Final	8.	1:33.42	170	1:37.64	18/06/2022	109%
200m Costas	Tempo Final	7.	3:39.73	132	3:47.17	05/12/2021	107%
100m Bruços	Tempo Final	8.	1:46.11	154	1:37.82	21/05/2022	85%
200m Bruços	Tempo Final	5.	4:00.11	144	NT		-
Margarida Nunes ANTONIO, 01/07/2004							3
50m Livres	Tempo Final	12.	34.23	330	33.76	10/07/2021	97%
100m Livres	Tempo Final	10.	1:13.61	346	1:14.50	11/07/2021	102%
200m Livres	Tempo Final	6.	2:44.88	321	2:45.17	18/06/2022	100%
50m Mariposa	Tempo Final	7.	36.53	299	37.30	10/07/2021	104%
Margarida Silva SANTOS, 23/10/2007							5
50m Livres	Tempo Final	10.	33.85	341	35.87	10/07/2021	112%
100m Livres	Tempo Final	3.	1:11.84	372	NT		-
200m Livres	Tempo Final	1.	2:34.71	389	2:40.44	18/06/2022	108%
400m Livres	Tempo Final	1.	5:32.00	361	6:18.82		130%
100m Costas	Tempo Final	2.	1:26.56	294	1:26.74	18/06/2022	100%
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:34.23	204	1:34.40	21/05/2022	100%
200m Estilos	Tempo Final	3.	3:09.79	293	3:06.32	22/05/2022	96%
Matilde Tavares AMARO, 28/03/2010							1
200m Livres	Tempo Final	16.	3:25.46	166	3:36.43		111%
100m Bruços	Tempo Final	DNF		-	2:01.54		-
Miguel Alexandre GUERREIRO, 21/10/2005							1
50m Livres	Tempo Final	32.	30.76	314	31.31	10/07/2021	104%
100m Livres	Tempo Final	17.	1:12.09	275	1:10.24		95%
Pedro Isidoro ARSENIO, 21/07/2009							4
100m Livres	Tempo Final	9.	1:17.51	221	1:18.01	22/05/2022	101%
200m Livres	Tempo Final	8.	2:58.84	185	3:00.09	18/06/2022	101%
100m Costas	Tempo Final	9.	1:34.60	164	1:36.10	18/06/2022	103%
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:37.58	198	1:36.83	18/06/2022	98%
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:35.32	200	3:49.76	16/01/2022	114%
Pedro Rodrigues LANÇA, 27/01/2009							3
100m Livres	Tempo Final	8.	1:17.03	225	1:19.03	18/06/2022	105%
200m Livres	Tempo Final	10.	3:05.48	166	3:08.41	18/06/2022	103%
100m Costas	Tempo Final	7.	1:32.98	173	1:35.18	18/06/2022	105%
200m Costas	Tempo Final	6.	3:28.56	154	NT		-
Pedro Valadeiro LUIS, 13/02/2000							-
50m Bruços	Tempo Final	5.	34.88	411	34.81		100%
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:17.32	398	1:14.86		94%
Rafael Curtinha LUIS, 15/01/2006							3
100m Livres	Tempo Final	1.	1:00.27	471	1:01.36	11/07/2021	104%
200m Livres	Tempo Final	1.	2:12.37	457	2:19.61	10/07/2021	111%
50m Costas	Tempo Final	6.	32.01	421	NT		-

100m Costas
200m Estilos

Tempo Final
Tempo Final

3.
2.

1:12.29
2:42.85

368
343

1:14.63
NT

18/06/2022

107%
-

Clube de Futebol de Estremoz										34
Ana Filipa FONSECA, 06/03/2004										2
50m Livres	Tempo Final	7.	31.71	415	34.49					118%
100m Livres	Tempo Final	5.	1:09.04	420	1:08.68	18/06/2022				99%
1500m Livres	Tempo Final	2.	21:49.50	347	NT					-
50m Costas	Tempo Final	3.	37.32	377	42.00					127%
200m Costas	Tempo Final	2.	2:51.28	373	2:50.11					99%
50m Mariposa	Tempo Final	3.	32.88	410	32.77					99%
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:16.86	376	1:14.36	11/07/2021				94%
400m Estilos	Tempo Final	1.	6:02.44	396	5:56.72	10/07/2021				97%
Carolina Sofia FONSECA, 23/02/2007										5
50m Livres	Tempo Final	5.	31.32	431	31.94	11/06/2022				104%
100m Livres	Tempo Final	2.	1:09.22	416	1:15.94	11/07/2021				120%
200m Livres	Tempo Final	3.	2:43.19	331	2:48.05	18/06/2022				106%
800m Livres	Tempo Final	2.	12:05.81	297	12:39.31					109%
50m Bruços	Tempo Final	3.	40.57	380	40.24	11/06/2022				98%
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:29.49	368	1:31.38	11/06/2022				104%
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:18.84	342	3:17.63	11/06/2022				99%
Catarina Ferro FERNANDES, 20/09/2007										1
50m Mariposa	Tempo Final	9.	42.30	192	NT					-
400m Estilos	Tempo Final	2.	7:13.61	231	7:26.70					106%
Joana Pires GARCIA, 21/11/2005										4
50m Livres	Tempo Final	13.	34.88	312	34.77	10/07/2021				99%
100m Livres	Tempo Final	12.	1:17.41	298	1:18.31	11/07/2021				102%
50m Costas	Tempo Final	9.	43.67	235	NT					-
100m Costas	Tempo Final	10.	1:34.12	228	1:37.25	10/07/2021				107%
50m Bruços	Tempo Final	9.	47.43	238	NT					-
200m Bruços	Tempo Final	5.	3:53.26	212	4:10.63					115%
50m Mariposa	Tempo Final	8.	39.52	236	39.94					102%
Madalena Miguens PUCARINHAS, 21/02/2009										6
100m Livres	Tempo Final	3.	1:16.50	308	1:18.64	11/06/2022				106%
200m Livres	Tempo Final	3.	2:50.52	290	3:01.31	18/06/2022				113%
100m Costas	Tempo Final	4.	1:27.54	284	1:30.59	18/06/2022				107%
200m Costas	Tempo Final	2.	3:09.63	275	3:14.15	11/06/2022				105%
100m Mariposa	Tempo Final	4.	1:38.49	178	NT					-
200m Estilos	Tempo Final	3.	3:11.70	284	3:15.99	18/06/2022				105%
400m Estilos	Tempo Final	2.	7:00.72	253	7:13.48					106%
Miguel Martins RATO, 29/05/2008										7
100m Livres	Tempo Final	3.	1:08.68	318	1:10.14	11/06/2022				104%
200m Livres	Tempo Final	3.	2:39.11	263	2:45.66	18/06/2022				108%
100m Costas	Tempo Final	3.	1:21.69	255	1:23.65	18/06/2022				105%
200m Costas	Tempo Final	4.	3:03.35	227	3:25.15	10/07/2021				125%
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:36.03	207	1:48.56	11/07/2021				128%
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:20.73	230	1:22.37					104%
200m Estilos	Tempo Final	3.	2:51.97	291	2:58.38	18/06/2022				108%
400m Estilos	Tempo Final	5.	6:33.62	237	6:28.63					97%
Nuno Filipe SARAMAGO, 03/08/2006										9
50m Livres	Tempo Final	26.	28.84	381	28.99					101%
100m Livres	Tempo Final	10.	1:04.19	390	1:05.24	26/06/2022				103%
200m Livres	Tempo Final	10.	2:29.32	318	2:40.52	10/07/2021				116%
1500m Livres	Tempo Final	2.	23:20.09	240	22:43.82					95%
50m Costas	Tempo Final	8.	32.98	385	35.01					113%
100m Costas	Tempo Final	4.	1:12.60	364	1:15.60	26/06/2022				108%
200m Costas	Tempo Final	3.	2:46.05	306	2:53.60	26/06/2022				109%
50m Mariposa	Tempo Final	10.	29.65	423	31.84					115%
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:11.02	338	1:14.59	11/07/2021				110%
400m Estilos	Tempo Final	1.	6:00.79	308	6:18.37	10/07/2021				110%

Clube de Natacao da Guarda								52
Ana Catarina PIRES, 17/10/2008								5
50m Livres	Tempo Final	20.	36.98	262	37.10	06/03/2022	101%	
100m Livres	Tempo Final	8.	1:27.21	208	1:28.25	07/11/2021	102%	
100m Costas	Tempo Final	8.	1:39.59	193	1:45.68	10/07/2021	113%	
100m Bruços	Tempo Final	7.	1:49.10	203	1:50.28	11/07/2021	102%	
200m Bruços	Tempo Final	7.	3:59.06	197	3:52.86	10/07/2021	95%	
200m Estilos	Tempo Final	6.	3:36.35	198	3:38.91	11/07/2021	102%	
Antonio Miguel CASTRO, 15/02/2008								3
100m Livres	Tempo Final	16.	1:19.68	204	1:25.07	11/07/2021	114%	
200m Livres	Tempo Final	14.	3:04.42	169	3:11.41	10/07/2021	108%	
100m Costas	Tempo Final	15.	1:35.04	162	1:44.24	10/07/2021	120%	
100m Bruços	Tempo Final	12.	1:54.50	122	1:51.26	12/03/2022	94%	
100m Mariposa	Tempo Final	11.	1:52.98	84	1:46.12	04/12/2021	88%	
200m Estilos	Tempo Final	17.	3:34.91	149	3:26.66	13/03/2022	92%	
Beatriz Neves MOTA, 27/06/2005								1
50m Livres	Tempo Final	16.	36.20	279	35.38	30/04/2022	96%	
100m Livres	Tempo Final	13.	1:20.26	267	1:24.64	11/07/2021	111%	
200m Livres	Tempo Final	6.	3:01.32	241	2:56.00		94%	
400m Livres	Tempo Final	4.	6:33.13	217	6:18.66	11/06/2022	93%	
100m Costas	Tempo Final	14.	1:38.90	197	1:34.52		91%	
200m Estilos	Tempo Final	5.	3:27.71	223	3:16.08	11/06/2022	89%	
Diogo Antunes GONCALVES, 24/06/2005								3
50m Livres	Tempo Final	9.	27.96	418	27.26	18/06/2022	95%	
100m Livres	Tempo Final	2.	59.30	495	59.45	18/06/2022	101%	
200m Livres	Tempo Final	1.	2:12.33	457	2:12.06	18/06/2022	100%	
400m Livres	Tempo Final	1.	4:51.44	430	4:43.60	11/06/2022	95%	
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:06.24	417	1:09.43	11/07/2021	110%	
200m Estilos	Tempo Final	3.	2:29.76	441	2:39.77	11/07/2021	114%	
400m Estilos	Tempo Final	1.	5:35.73	383	5:07.95		84%	
Edgar Fernandes ALMEIDA, 09/03/2007								5
50m Livres	Tempo Final	26.	31.78	284	30.04	30/04/2022	89%	
100m Livres	Tempo Final	8.	1:06.77	346	1:07.33	13/03/2022	102%	
200m Livres	Tempo Final	6.	2:35.64	281	2:44.01	10/07/2021	111%	
400m Livres	Tempo Final	5.	5:32.11	290	5:16.67	11/06/2022	91%	
100m Costas	Tempo Final	10.	1:24.81	228	1:31.15	10/07/2021	116%	
100m Bruços	Tempo Final	9.	1:33.76	223	1:31.86	04/12/2021	96%	
200m Bruços	Tempo Final	7.	3:26.71	227	3:10.60	11/06/2022	85%	
100m Mariposa	Tempo Final	5.	1:30.05	166	1:49.43		148%	
200m Estilos	Tempo Final	8.	2:59.76	255	3:15.05	11/07/2021	118%	
Francisco Jose CIPRIANO, 31/12/2007								3
50m Livres	Tempo Final	23.	30.92	309	29.22	12/03/2022	89%	
100m Costas	Tempo Final	12.	1:25.52	222	1:28.33	10/07/2021	107%	
50m Bruços	Tempo Final	13.	39.75	278	39.31	18/06/2022	98%	
100m Bruços	Tempo Final	6.	1:28.14	268	1:25.76	18/06/2022	95%	
200m Bruços	Tempo Final	6.	3:16.47	264	3:17.48	10/07/2021	101%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	2:53.36	284	3:02.64	11/07/2021	111%	
Hugo Fernandes NUNES, 03/04/2003								3
50m Livres	Tempo Final	4.	27.31	448	27.30		100%	
50m Costas	Tempo Final	1.	31.38	447	30.62	18/06/2022	95%	
100m Costas	Tempo Final	1.	1:06.79	467	1:08.37	18/06/2022	105%	
200m Costas	Tempo Final	1.	2:33.98	383	2:32.64	18/06/2022	98%	
50m Bruços	Tempo Final	6.	35.12	403	35.89		104%	
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:05.18	437	1:08.09		109%	
200m Estilos	Tempo Final	2.	2:29.12	446	2:21.11	13/03/2022	90%	
Lara Antunes ARAUJO, 29/12/2009								4
100m Livres	Tempo Final	15.	1:30.07	189	1:35.98	11/07/2021	114%	
200m Livres	Tempo Final	16.	3:21.53	176	3:31.21	10/07/2021	110%	
100m Costas	Tempo Final	11.	1:39.55	193	1:56.16	10/07/2021	136%	
100m Bruços	Tempo Final	11.	2:08.08	125	2:21.84	11/07/2021	123%	
200m Estilos	Tempo Final	17.	3:48.79	167	3:42.54	19/02/2022	95%	
Manuel Adriaõ CERCA, 27/03/2008								4
100m Livres	Tempo Final	4.	1:08.55	320	1:07.47	18/06/2022	97%	
200m Livres	Tempo Final	6.	2:37.81	270	2:39.90	18/06/2022	103%	
400m Livres	Tempo Final	9.	5:44.49	260	6:11.60		116%	
100m Costas	Tempo Final	6.	1:24.30	232	1:31.26	10/07/2021	117%	
100m Mariposa	Tempo Final	4.	1:22.07	219	1:19.16	25/06/2022	93%	
200m Estilos	Tempo Final	5.	2:54.61	278	3:22.63	11/07/2021	135%	
Maria Clara DOURADO, 14/12/2004								1
50m Livres	Tempo Final	14.	34.45	324	33.28	30/04/2022	93%	
1500m Livres	Tempo Final	2.	25:20.52	221	NT		-	
100m Costas	Tempo Final	13.	1:34.27	227	1:29.14		89%	
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:37.25	286	1:36.58	11/07/2021	99%	
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:29.16	294	3:27.91	10/07/2021	99%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	3:12.34	281	3:12.90	11/07/2021	101%	
Maria Leonor DOURADO, 30/11/2006								3
50m Livres	Tempo Final	11.	33.97	338	35.26	10/07/2021	108%	
100m Livres	Tempo Final	11.	1:18.06	290	1:15.72	07/11/2021	94%	
200m Livres	Tempo Final	5.	2:52.53	280	2:52.12	06/11/2021	100%	

50m Costas	Tempo Final	8.	40.65	292	41.32	11/07/2021	103%	
100m Costas	Tempo Final	9.	1:28.78	272	1:27.20	10/07/2021	96%	
200m Costas	Tempo Final	4.	3:05.24	295	3:12.62	10/07/2021	108%	
Matilde Pires NETO, 03/05/2009								
100m Livres	Tempo Final	16.	1:32.46	174	1:42.56	11/07/2021	123%	4
200m Livres	Tempo Final	15.	3:19.80	180	4:21.20		171%	
100m Costas	Tempo Final	14.	1:46.67	157	2:07.76		143%	
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:44.50	231	1:53.58	11/07/2021	118%	
200m Estilos	Tempo Final	12.	3:31.41	212	NT		-	
Miguel Gonçalves MOREIRA, 26/11/2005								
50m Livres	Tempo Final	14.	29.35	361	30.10	10/07/2021	105%	3
100m Livres	Tempo Final	5.	1:04.65	382	1:03.59	11/12/2021	97%	
50m Costas	Tempo Final	6.	33.43	370	32.58	18/06/2022	95%	
100m Costas	Tempo Final	3.	1:11.35	383	1:10.22	18/06/2022	97%	
200m Costas	Tempo Final	2.	2:36.09	368	2:36.46	18/06/2022	100%	
50m Bruços	Tempo Final	17.	41.44	245	41.40	10/07/2021	100%	
100m Mariposa	Tempo Final	4.	1:11.18	336	1:15.01		111%	
Miguel Teixeira COELHO, 03/05/2006								
100m Livres	Tempo Final	9.	1:06.86	345	1:04.27	25/06/2022	92%	4
200m Livres	Tempo Final	8.	2:36.21	278	2:47.76	10/07/2021	115%	
50m Costas	Tempo Final	8.	36.17	292	34.03	30/04/2022	89%	
100m Costas	Tempo Final	6.	1:17.76	296	1:24.93	10/07/2021	119%	
200m Costas	Tempo Final	3.	2:56.09	256	3:07.34	10/07/2021	113%	
100m Bruços	Tempo Final	11.	1:39.51	186	1:34.26	12/03/2022	90%	
200m Estilos	Tempo Final	5.	2:54.06	280	3:10.39	11/07/2021	120%	
Samuel Oliveira MARQUES, 09/07/2008								
100m Livres	Tempo Final	9.	1:14.67	247	1:21.45	11/07/2021	119%	4
200m Livres	Tempo Final	7.	2:42.41	247	3:03.45	10/07/2021	128%	
100m Costas	Tempo Final	13.	1:32.12	178	1:36.87	06/11/2021	111%	
100m Bruços	Tempo Final	7.	1:44.17	162	1:48.08	11/07/2021	108%	
100m Mariposa	Tempo Final	7.	1:37.15	132	1:32.50	25/06/2022	91%	
200m Estilos	Tempo Final	13.	3:20.33	184	3:17.19	07/11/2021	97%	
Tiago Dinis AFONSO, 14/04/2006								
50m Livres	Tempo Final	16.	30.03	337	29.69	12/03/2022	98%	2
100m Livres	Tempo Final	10.	1:06.93	344	1:03.82	25/06/2022	91%	
200m Livres	Tempo Final	7.	2:36.03	279	2:44.97		112%	
50m Costas	Tempo Final	10.	37.74	257	40.83		117%	
100m Costas	Tempo Final	7.	1:21.39	258	1:15.56	25/06/2022	86%	
200m Estilos	Tempo Final	7.	2:59.00	258	2:46.04	13/03/2022	86%	

Clube de Natacao do Fundao						49
Afonso Carvalheira RAFAEL, 12/02/2006						4
50m Livres	Tempo Final	3.	26.92	468	28.24	110%
100m Livres	Tempo Final	2.	59.93	479	1:02.87	110%
200m Livres	Tempo Final	9.	2:38.47	266	NT	-
100m Costas	Tempo Final	5.	1:16.43	312	1:14.66	95%
50m Bruços	Tempo Final	9.	36.87	348	37.82	105%
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:21.35	341	1:23.29	105%
Bernardo Querido CARONHO, 16/01/2009						2
100m Livres	Tempo Final	6.	1:09.25	310	1:11.19	106%
400m Livres	Tempo Final	8.	5:42.49	265	5:38.88	98%
100m Costas	Tempo Final	5.	1:23.09	242	1:22.40	98%
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:19.64	240	1:17.23	94%
200m Estilos	Tempo Final	7.	2:59.51	256	3:04.05	105%
Diana Neves RODRIGUES, 01/03/2004						1
50m Livres	Tempo Final	13.	34.39	326	33.09	93%
100m Livres	Tempo Final	10.	1:17.31	299	1:13.64	91%
50m Costas	Tempo Final	11.	41.67	271	39.07	88%
50m Mariposa	Tempo Final	8.	37.59	274	37.81	101%
Eduarda Galvao RAPOSO, 24/06/2009						5
100m Livres	Tempo Final	1.	1:10.34	397	1:13.43	109%
200m Livres	Tempo Final	1.	2:33.76	396	2:42.12	111%
100m Costas	Tempo Final	1.	1:20.19	370	1:22.78	107%
200m Costas	Tempo Final	1.	2:52.42	366	2:53.00	101%
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:20.71	324	1:20.28	99%
200m Mariposa	Tempo Final	1.	3:04.99	285	2:55.32	90%
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:52.95	387	2:56.89	105%
Elsa Pinheiro BERNARDO, 26/11/2006						4
50m Livres	Tempo Final	17.	36.57	271	37.17	103%
100m Livres	Tempo Final	12.	1:18.76	283	1:21.61	107%
50m Costas	Tempo Final	12.	42.84	249	44.10	106%
50m Mariposa	Tempo Final	9.	39.34	239	41.96	114%
Eva Pinheiro BERNARDO, 19/11/2001						2
50m Livres	Tempo Final	4.	31.39	428	30.82	96%
100m Livres	Tempo Final	2.	1:07.50	449	1:09.94	107%
50m Costas	Tempo Final	14.	44.24	226	41.72	89%
50m Mariposa	Tempo Final	4.	34.44	356	34.97	103%
200m Estilos	Tempo Final	3.	2:52.63	389	2:42.90	89%
Guilherme Miguel VENANCIO, 29/07/2009						1
100m Livres	Tempo Final	10.	1:15.09	243	1:16.69	104%
200m Livres	Tempo Final	11.	2:50.57	213	2:48.02	97%
100m Costas	Tempo Final	8.	1:26.71	213	1:23.26	92%
200m Costas	Tempo Final	2.	3:09.15	207	3:02.56	93%
100m Bruços	Tempo Final	11.	1:50.25	137	1:46.48	93%
Iara Filipa ALVES, 07/03/2009						5
100m Livres	Tempo Final	2.	1:13.58	347	1:17.16	110%
100m Costas	Tempo Final	2.	1:25.78	302	1:38.19	131%
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:35.37	304	1:36.93	103%
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:24.59	282	1:24.92	101%
200m Estilos	Tempo Final	3.	3:01.59	335	3:05.49	104%
Manuel Jose DIAS, 29/11/2005						2
50m Livres	Tempo Final	15.	29.92	341	29.88	100%
100m Livres	Tempo Final	7.	1:05.30	370	1:05.64	101%
200m Livres	Tempo Final	2.	2:21.27	376	2:21.64	101%
400m Livres	Tempo Final	2.	5:01.18	390	4:55.16	96%
800m Livres	Tempo Final	1.	10:21.24	385	NT	-
1500m Livres	Tempo Final	1.	19:54.18	388	NT	-
100m Costas	Tempo Final	7.	1:23.16	242	1:21.09	95%
Margarida Caninhas PAIS, 12/03/2008						5
100m Costas	Tempo Final	1.	1:20.11	371	1:29.04	124%
200m Costas	Tempo Final	1.	2:50.43	379	3:03.34	116%
50m Bruços	Tempo Final	3.	40.38	385	39.70	97%
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:24.71	433	1:27.42	107%
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:12.77	375	3:08.93	96%
50m Mariposa	Tempo Final	6.	34.84	344	39.51	129%
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:49.47	412	3:01.76	115%
Maria Francisca MESQUITA, 26/01/2009						4
100m Livres	Tempo Final	5.	1:18.16	289	1:19.65	104%
200m Livres	Tempo Final	9.	3:00.27	246	3:02.79	103%
100m Costas	Tempo Final	3.	1:29.00	270	1:33.44	110%
200m Costas	Tempo Final	3.	3:16.81	246	3:21.50	105%
100m Bruços	Tempo Final	7.	1:44.91	228	1:39.51	90%
200m Estilos	Tempo Final	6.	3:17.02	262	3:14.19	97%
Maria Ines ALMEIDA, 27/11/2009						4
100m Livres	Tempo Final	6.	1:19.70	273	1:20.70	103%
200m Livres	Tempo Final	4.	2:52.61	280	3:00.88	110%
800m Livres	Tempo Final	1.	12:13.66	288	12:29.47	104%
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:35.81	299	1:33.53	95%
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:23.67	318	3:26.56	103%

200m Estilos	Tempo Final	4.	3:12.07	283	3:01.12	89%	
Mariana Querido CARONHO, 01/08/2010							
100m Livres	Tempo Final	11.	1:23.24	239	1:22.18	97%	-
200m Livres	Tempo Final	11.	3:03.35	233	3:01.26	98%	
100m Bruços	Tempo Final	8.	1:54.41	176	1:43.85	82%	
Marta Matias LOPES, 21/05/2008							
50m Livres	Tempo Final	15.	34.51	322	33.06	92%	3
100m Livres	Tempo Final	3.	1:14.01	341	1:14.89	102%	
200m Livres	Tempo Final	4.	2:48.42	301	2:56.91	110%	
50m Costas	Tempo Final	15.	45.84	203	41.12	80%	
100m Costas	Tempo Final	7.	1:37.58	205	1:30.55	86%	
50m Bruços	Tempo Final	8.	47.97	230	46.86	95%	
100m Bruços	Tempo Final	6.	1:47.94	209	1:43.30	92%	
50m Mariposa	Tempo Final	11.	40.68	216	42.10	107%	
Matilde Roxo OLIVEIRA, 10/01/2009							
100m Livres	Tempo Final	8.	1:21.74	253	1:24.15	106%	2
100m Costas	Tempo Final	5.	1:31.87	246	1:35.42	108%	
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:42.93	241	1:38.31	91%	
200m Estilos	Tempo Final	11.	3:25.78	230	3:16.05	91%	
Ricardo Contreiras JERÓNIMO, 18/05/1997							
50m Livres	Tempo Final	7.	27.82	424	NT	-	-
50m Bruços	Tempo Final	16.	40.21	268	NT	-	-
50m Mariposa	Tempo Final	5.	29.53	428	NT	-	-
Rita Lobo PIRES, 01/04/2009							
200m Livres	Tempo Final	2.	2:36.62	375	2:39.28	103%	5
400m Livres	Tempo Final	1.	5:29.34	370	5:35.08	104%	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:27.24	397	1:27.97	102%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:04.27	430	3:05.12	101%	
200m Estilos	Tempo Final	2.	2:56.89	362	2:58.61	102%	

Clube de Natação de Beja								23
André Marques GONÇALVES, 31/10/2005								3
100m Bruços	Tempo Final	EXH	1:20.25	356	1:21.65	11/07/2021	104%	
200m Bruços	Tempo Final	EXH	2:55.04	374	2:59.27	18/06/2022	105%	
50m Mariposa	Tempo Final	EXH	32.45	323	33.51	18/07/2021	107%	
Beatriz Alexandra MACHADO, 11/02/2005								5
50m Livres	Tempo Final	EXH	31.45	426	34.91		123%	
50m Costas	Tempo Final	EXH	33.50	522	33.68	18/07/2021	101%	
100m Costas	Tempo Final	EXH	1:12.77	495	1:14.38	17/07/2021	104%	
200m Costas	Tempo Final	EXH	2:36.80	486	2:37.45	18/06/2022	101%	
50m Mariposa	Tempo Final	EXH	31.98	445	32.97	17/07/2021	106%	
100m Mariposa	Tempo Final	EXH	1:13.38	432	NT		-	
Carolina Alexandra MACHADO, 30/05/2003								1
50m Livres	Tempo Final	EXH	30.85	451	29.42	18/07/2021	91%	
100m Livres	Tempo Final	EXH	1:07.31	453	1:04.99	18/07/2021	93%	
50m Costas	Tempo Final	EXH	34.98	458	NT		-	
50m Mariposa	Tempo Final	EXH	31.84	451	31.52	10/07/2021	98%	
100m Mariposa	Tempo Final	EXH	1:10.59	485	1:12.28	17/07/2021	105%	
Hugo Miguel INÁCIO, 08/11/2005								1
200m Livres	Tempo Final	EXH	2:15.78	423	2:15.52	03/07/2021	100%	
100m Bruços	Tempo Final	EXH	1:24.04	310	1:26.50	17/07/2021	106%	
50m Mariposa	Tempo Final	EXH	30.43	391	30.27	10/07/2021	99%	
João Daniel RICARDO, 07/07/2005								6
50m Livres	Tempo Final	EXH	27.11	458	27.19	03/07/2021	101%	
100m Livres	Tempo Final	EXH	58.92	504	59.07	11/07/2021	101%	
50m Costas	Tempo Final	EXH	30.58	483	31.10	17/07/2021	103%	
100m Costas	Tempo Final	EXH	1:06.74	468	1:09.27	18/07/2021	108%	
100m Bruços	Tempo Final	EXH	1:19.32	368	1:20.70	17/07/2021	104%	
50m Mariposa	Tempo Final	EXH	28.80	462	29.19	18/07/2021	103%	
100m Mariposa	Tempo Final	EXH	1:06.75	407	1:06.20	18/06/2022	98%	
João Pedro BAIÃO, 08/03/2005								4
100m Livres	Tempo Final	EXH	1:00.49	466	1:02.50	11/07/2021	107%	
50m Costas	Tempo Final	EXH	30.66	479	31.26	17/07/2021	104%	
100m Costas	Tempo Final	EXH	1:05.18	503	1:05.77	18/06/2022	102%	
200m Costas	Tempo Final	EXH	2:26.29	447	2:27.06	17/07/2021	101%	
Miguel Cano CAEIRO, 27/06/2005								1
50m Livres	Tempo Final	EXH	28.25	405	28.17	17/07/2021	99%	
50m Costas	Tempo Final	EXH	31.80	429	31.07	03/07/2021	95%	
50m Bruços	Tempo Final	EXH	38.58	304	38.53	10/07/2021	100%	
50m Mariposa	Tempo Final	EXH	30.30	397	30.36	18/07/2021	100%	
Pedro Marques GONÇALVES, 31/10/2005								2
100m Livres	Tempo Final	EXH	1:09.13	312	1:11.83	17/07/2021	108%	
200m Livres	Tempo Final	EXH	2:36.93	274	2:36.56	18/06/2022	100%	
100m Bruços	Tempo Final	EXH	1:28.70	263	1:26.29	11/07/2021	95%	
50m Mariposa	Tempo Final	EXH	34.23	275	34.38	10/07/2021	101%	

Clube de Natação do Litoral Alentejano								59
Ana Filipa MIGUEL, 12/08/2010								2
100m Costas	Tempo Final	9.	1:47.77	152	1:47.55	26/06/2022	100%	
100m Bruços	Tempo Final	11.	1:58.15	159	2:07.12	18/06/2022	116%	
200m Bruços	Tempo Final	9.	4:12.20	167	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	14.	3:48.35	168	3:59.13	26/06/2022	110%	
Andre Miguel PINTO, 30/01/2005								3
50m Livres	Tempo Final	16.	27.76	427	26.85	04/06/2022	94%	
50m Costas	Tempo Final	13.	35.12	319	38.82		122%	
50m Bruços	Tempo Final	10.	36.53	358	35.57	05/06/2022	95%	
100m Bruços	Tempo Final	7.	1:22.55	327	1:23.93	11/07/2021	103%	
50m Mariposa	Tempo Final	21.	33.18	302	38.77		137%	
Carla Oliveira SILVA, 14/12/2009								2
100m Livres	Tempo Final	19.	1:37.03	151	NT		-	
100m Costas	Tempo Final	8.	1:46.99	155	1:50.59	26/06/2022	107%	
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:47.37	213	1:50.78	26/06/2022	106%	
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:50.32	220	NT		-	
Daniel Alves MATOS, 14/01/2007								3
50m Livres	Tempo Final	21.	28.07	413	28.59		104%	
100m Livres	Tempo Final	4.	1:00.88	457	1:07.26	11/07/2021	122%	
50m Bruços	Tempo Final	8.	35.74	382	36.68		105%	
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:20.03	359	1:18.04	14/05/2022	95%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	2:54.63	376	2:51.89		97%	
David Oliveira GORGULHO, 20/04/1982								1
50m Livres	Tempo Final	10.	27.12	458	27.06		100%	
200m Livres	Tempo Final	2.	2:10.40	478	2:10.09		100%	
400m Livres	Tempo Final	2.	4:46.41	453	4:35.98		93%	
50m Costas	Tempo Final	5.	31.92	425	34.38		116%	
Diogo Bernardino POMBO, 18/09/2006								5
50m Livres	Tempo Final	14.	27.60	434	31.05	10/07/2021	127%	
100m Livres	Tempo Final	2.	1:00.57	464	1:03.30	14/05/2022	109%	
200m Livres	Tempo Final	5.	2:21.69	373	2:48.98	10/07/2021	142%	
50m Costas	Tempo Final	7.	32.83	390	35.01		114%	
100m Costas	Tempo Final	5.	1:14.15	341	1:12.04	14/05/2022	94%	
200m Costas	Tempo Final	2.	2:41.95	330	3:06.41	10/07/2021	132%	
Diogo Luis PINTO, 19/10/2007								5
100m Livres	Tempo Final	16.	1:08.65	319	1:13.69	18/06/2022	115%	
200m Livres	Tempo Final	11.	2:33.14	295	2:41.03	18/06/2022	111%	
100m Costas	Tempo Final	10.	1:22.04	252	1:24.07	18/06/2022	105%	
100m Bruços	Tempo Final	6.	1:27.07	278	1:28.19	14/05/2022	103%	
200m Bruços	Tempo Final	5.	3:12.06	283	3:33.24	10/07/2021	123%	
Francisco Alves CORREIA, 20/10/2004								2
50m Livres	Tempo Final	2.	26.19	508	26.05	04/06/2022	99%	
200m Livres	Tempo Final	5.	2:14.70	434	2:11.82		96%	
400m Livres	Tempo Final	1.	4:43.20	469	4:45.26	18/06/2022	101%	
50m Mariposa	Tempo Final	1.	27.56	527	28.13	05/06/2022	104%	
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:02.26	502	1:01.33	05/06/2022	97%	
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:27.53	461	2:27.25	11/07/2021	100%	
400m Estilos	Tempo Final	1.	5:22.16	433	5:21.53	18/06/2022	100%	
Francisco Vilhena BRANCO, 24/08/2007								4
50m Livres	Tempo Final	29.	29.27	364	NT		-	
100m Livres	Tempo Final	11.	1:04.42	386	1:09.13	18/06/2022	115%	
100m Costas	Tempo Final	12.	1:24.37	232	1:24.56	18/06/2022	100%	
50m Bruços	Tempo Final	9.	36.06	372	37.51		108%	
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:23.91	311	1:22.41	14/05/2022	96%	
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:02.18	331	3:36.62	10/07/2021	141%	
Hugo Filipe CORREIA, 26/06/1999								-
50m Livres	Tempo Final	13.	27.56	436	26.91		95%	
100m Livres	Tempo Final	9.	1:00.20	473	59.28		97%	
50m Mariposa	Tempo Final	4.	28.01	502	27.78		98%	
100m Mariposa	Tempo Final	6.	1:05.04	440	1:04.21		97%	
Joana Estela GUERRINHA, 09/10/2009								2
100m Livres	Tempo Final	18.	1:35.09	160	1:41.65	18/06/2022	114%	
200m Livres	Tempo Final	18.	3:34.56	146	3:35.18	18/06/2022	101%	
100m Costas	Tempo Final	12.	1:56.53	120	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	16.	2:17.72	100	NT		-	
Joana Isabel RICARDO, 03/09/2008								4
50m Livres	Tempo Final	17.	36.34	276	NT		-	
100m Livres	Tempo Final	5.	1:20.79	262	1:23.66	15/05/2022	107%	
200m Livres	Tempo Final	4.	2:55.14	268	3:05.89	18/06/2022	113%	
100m Costas	Tempo Final	3.	1:27.58	284	1:28.58	14/05/2022	102%	
200m Costas	Tempo Final	1.	3:00.84	317	3:21.02	10/07/2021	124%	
200m Estilos	Tempo Final	2.	3:07.59	303	NT		-	
Leonor Nobre CASINHAS, 09/05/2006								3
50m Livres	Tempo Final	6.	31.59	420	31.49	05/06/2022	99%	
100m Livres	Tempo Final	6.	1:09.51	411	1:19.41	18/06/2022	131%	
50m Bruços	Tempo Final	6.	42.48	331	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:29.22	371	1:33.89	18/06/2022	111%	

50m Mariposa	Tempo Final	4.	32.96	407	32.37	05/06/2022	96%	
100m Mariposa	Tempo Final	4.	1:18.29	355	1:22.05	18/06/2022	110%	
Lucas Silva VILHENA, 18/03/2007								
50m Livres	Tempo Final	23.	28.14	410	28.74		104%	3
100m Livres	Tempo Final	6.	1:01.90	435	1:01.40	14/05/2022	98%	
200m Livres	Tempo Final	4.	2:21.08	377	2:42.51	18/06/2022	133%	
50m Mariposa	Tempo Final	17.	31.66	348	31.54		99%	
100m Mariposa	Tempo Final	4.	1:12.00	324	1:13.66	15/05/2022	105%	
Mafalda Silva CAVACO, 10/02/2010								
100m Livres	Tempo Final	21.	1:52.04	98	2:01.38	26/06/2022	117%	3
200m Livres	Tempo Final	21.	3:52.43	114	4:08.15	26/06/2022	114%	
100m Costas	Tempo Final	14.	2:13.85	79	2:06.15	18/06/2022	89%	
100m Bruços	Tempo Final	15.	2:17.17	102	2:24.49	26/06/2022	111%	
Maria Teresa ALVES, 08/06/2010								
100m Costas	Tempo Final	15.	2:22.24	66	2:19.74	18/06/2022	97%	-
100m Bruços	Tempo Final	14.	2:13.14	111	2:12.35	18/06/2022	99%	
200m Bruços	Tempo Final	10.	4:28.89	138	NT		-	
Mariana Catarina PALMINHA, 04/05/2005								
100m Livres	Tempo Final	8.	1:13.02	355	1:12.15		98%	4
50m Costas	Tempo Final	4.	40.15	303	42.66	11/07/2021	113%	
50m Bruços	Tempo Final	4.	41.28	361	43.57	10/07/2021	111%	
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:29.44	368	1:36.83	11/07/2021	117%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:13.67	370	3:25.95	10/07/2021	113%	
Mariana Sa LUCAS, 19/07/1984								
100m Costas	Tempo Final	3.	1:16.88	419	1:16.18		98%	1
50m Mariposa	Tempo Final	6.	34.84	344	36.54		110%	
Marta Hermenegildo MARQUES, 10/10/2005								
50m Livres	Tempo Final	15.	35.90	286	35.51	10/07/2021	98%	1
50m Costas	Tempo Final	5.	41.28	279	41.54	11/07/2021	101%	
50m Bruços	Tempo Final	11.	51.90	181	51.22	10/07/2021	97%	
Marta Santos SILVA, 07/06/2010								
100m Livres	Tempo Final	20.	1:50.28	103	NT		-	-
200m Livres	Tempo Final	22.	4:09.39	92	NT		-	
100m Costas	Tempo Final	13.	2:03.81	100	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	17.	2:19.93	96	NT		-	
Mauro Santos INACIO, 24/02/1984								
800m Livres	Tempo Final	1.	9:51.73	446	10:21.32		110%	1
Miguel Alexandre PALMA, 14/07/2006								
100m Livres	Tempo Final	20.	1:12.56	270	1:17.65	18/06/2022	115%	4
200m Livres	Tempo Final	15.	2:43.88	241	2:55.62	18/06/2022	115%	
100m Costas	Tempo Final	11.	1:23.98	235	1:26.70	18/06/2022	107%	
200m Costas	Tempo Final	6.	3:18.33	179	3:23.18	10/07/2021	105%	
Miguel Parreira SILVA, 10/08/2006								
50m Livres	Tempo Final	35.	36.34	190	NT		-	2
100m Livres	Tempo Final	22.	1:24.42	171	1:29.89	11/07/2021	113%	
50m Costas	Tempo Final	15.	44.66	155	NT		-	
100m Costas	Tempo Final	15.	1:39.33	142	1:44.58	18/06/2022	111%	
50m Mariposa	Tempo Final	23.	37.76	205	NT		-	
Pedro Alexandre BOTO, 10/09/2002								
50m Livres	Tempo Final	24.	28.22	406	26.88	10/07/2021	91%	-
100m Livres	Tempo Final	14.	1:03.30	406	1:00.81	11/07/2021	92%	
50m Mariposa	Tempo Final	11.	29.71	421	27.92	10/07/2021	88%	
Rita Bernardino POMBO, 08/02/2010								
100m Livres	Tempo Final	9.	1:22.74	244	1:27.85	26/06/2022	113%	2
100m Costas	Tempo Final	7.	1:37.52	205	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	8.	1:52.41	185	1:52.48	26/06/2022	100%	
200m Bruços	Tempo Final	6.	3:56.74	202	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	7.	3:29.86	217	NT		-	
Sofia Oliveira SILVA, 07/08/1999								
100m Livres	Tempo Final	2.	1:05.32	496	1:05.79	04/06/2022	101%	2
200m Livres	Tempo Final	1.	2:18.97	537	2:19.43		101%	
400m Livres	Tempo Final	1.	4:55.03	514	4:53.67		99%	
1500m Livres	Tempo Final	1.	19:37.09	478	19:18.96		97%	
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:12.17	454	1:10.51		95%	
200m Mariposa	Tempo Final	1.	2:40.02	441	2:39.07		99%	

Clube Elvense de Natacao

27

Ana Sofia CALDES, 13/02/2006

100m Livres	Tempo Final	3.	1:07.56	448	1:04.84	25/06/2022	92%
200m Livres	Tempo Final	2.	2:25.46	468	2:22.62		96%
400m Livres	Tempo Final	2.	5:11.05	439	4:57.96		92%
50m Mariposa	Tempo Final	2.	32.81	412	32.19	13/03/2022	96%
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:10.98	477	1:10.33	06/11/2021	98%
200m Mariposa	Tempo Final	1.	2:42.21	423	2:35.05	12/03/2022	91%
200m Estilos	Tempo Final	2.	2:45.61	441	2:34.96	04/12/2021	88%
400m Estilos	Tempo Final	1.	5:47.93	448	5:31.41		91%

Barbara Garrido FRANCO, 24/11/2004

50m Costas	Tempo Final	2.	36.28	411	35.19	24/04/2022	94%
100m Costas	Tempo Final	1.	1:14.23	466	1:12.02	24/04/2022	94%
200m Costas	Tempo Final	1.	2:44.68	420	2:36.29	07/11/2021	90%
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:21.99	478	1:17.36		89%
200m Bruços	Tempo Final	1.	2:56.14	492	2:47.00		90%
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:42.08	471	2:34.74		91%

Benedita Rodeia CARAPINHA, 09/03/2010

100m Livres	Tempo Final	17.	1:36.96	151	1:26.69	07/05/2022	80%
200m Livres	Tempo Final	17.	3:24.82	167	3:26.19	18/06/2022	101%
100m Costas	Tempo Final	12.	1:40.68	186	1:39.74	18/06/2022	98%
200m Costas	Tempo Final	7.	3:42.85	169	3:42.72	07/11/2021	100%
100m Bruços	Tempo Final	9.	1:56.19	168	1:52.99	18/06/2022	95%
200m Bruços	Tempo Final	5.	4:06.41	179	4:00.94	06/11/2021	96%
200m Estilos	Tempo Final	16.	3:48.22	168	3:39.61	09/04/2022	93%

Diogo Belchior MUNHAO, 25/10/2008

100m Livres	Tempo Final	2.	1:06.67	348	1:03.88	25/06/2022	92%
400m Livres	Tempo Final	2.	5:19.26	327	5:15.86	07/05/2022	98%
100m Costas	Tempo Final	4.	1:21.09	261	1:17.08	04/12/2021	90%
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:31.72	238	1:30.17	24/04/2022	97%
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:10.28	291	NT		-
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:11.66	329	1:10.88	25/06/2022	98%
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:45.95	324	2:42.87	09/04/2022	96%

Filipa Calado GERVASIO, 25/09/2010

100m Livres	Tempo Final	14.	1:25.77	219	1:26.99	13/03/2022	103%
200m Livres	Tempo Final	10.	3:03.08	235	3:10.15	06/11/2021	108%
100m Costas	Tempo Final	4.	1:30.40	258	1:31.90	07/05/2022	103%
100m Bruços	Tempo Final	6.	1:44.67	229	1:45.89	04/12/2021	102%
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:48.53	225	3:46.63	12/03/2022	98%
200m Estilos	Tempo Final	7.	3:22.11	242	3:22.92	04/12/2021	101%

Gabriela Conceicao PINTO, 13/03/2008

100m Livres	Tempo Final	4.	1:14.13	339	1:10.86	19/02/2022	91%
200m Costas	Tempo Final	4.	3:02.63	308	3:07.16	11/06/2022	105%
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:33.59	321	1:30.23	24/04/2022	93%
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:20.80	332	3:17.71	16/10/2021	97%
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:22.72	301	1:20.57	25/06/2022	95%
200m Estilos	Tempo Final	3.	2:58.96	350	2:57.16	18/06/2022	98%
400m Estilos	Tempo Final	1.	6:16.85	353	6:14.79	14/05/2022	99%

Ines Maria ESCARDUCA, 09/01/2008

100m Livres	Tempo Final	1.	1:11.07	385	1:08.46	24/04/2022	93%
200m Livres	Tempo Final	2.	2:37.87	366	2:33.75	12/03/2022	95%
400m Livres	Tempo Final	1.	5:42.08	330	5:27.46	12/03/2022	92%
50m Costas	Tempo Final	5.	38.80	336	37.17	30/04/2022	92%
100m Costas	Tempo Final	2.	1:22.03	345	1:19.61	22/01/2022	94%
200m Costas	Tempo Final	3.	2:59.02	327	2:53.72	19/02/2022	94%
200m Estilos	Tempo Final	4.	3:07.04	306	3:00.78	13/03/2022	93%

Ines Sofia TRINDADE, 27/12/2008

100m Livres	Tempo Final	5.	1:21.53	255	1:20.71	25/06/2022	98%
200m Livres	Tempo Final	6.	2:53.11	277	3:10.12	15/05/2022	121%
100m Costas	Tempo Final	5.	1:33.49	233	1:28.50	25/06/2022	90%
200m Costas	Tempo Final	5.	3:20.38	233	3:43.70	16/10/2021	125%
100m Bruços	Tempo Final	8.	1:50.56	195	1:58.97	04/12/2021	116%
200m Bruços	Tempo Final	6.	3:54.71	208	NT		-
50m Mariposa	Tempo Final	12.	47.41	136	49.87	06/11/2021	111%
200m Estilos	Tempo Final	5.	3:27.42	224	NT		-

Joao Canhoto CALDEIRINHA, 02/06/2006

100m Livres	Tempo Final	6.	1:05.04	375	1:03.27	13/03/2022	95%
200m Livres	Tempo Final	2.	2:26.39	338	2:24.07	12/03/2022	97%
400m Livres	Tempo Final	3.	5:17.13	334	5:12.87	14/05/2022	97%
50m Mariposa	Tempo Final	9.	30.81	377	30.30	30/04/2022	97%
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:08.33	380	1:06.60	24/04/2022	95%
200m Mariposa	Tempo Final	2.	2:44.31	306	2:30.62	12/03/2022	84%
200m Estilos	Tempo Final	3.	2:39.75	363	2:35.53	13/03/2022	95%

Joao Maria SANGUINHO, 28/06/2009

100m Livres	Tempo Final	13.	1:17.72	219	1:17.78	09/04/2022	100%
400m Livres	Tempo Final	11.	6:10.60	209	6:08.44	12/03/2022	99%
100m Costas	Tempo Final	9.	1:28.79	199	1:28.98	18/06/2022	100%
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:36.50	204	1:36.09	09/04/2022	99%
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:22.51	241	3:53.96	06/11/2021	133%

100m Mariposa	Tempo Final	6.	1:36.43	135	1:32.98	25/06/2022	93%	
200m Estilos	Tempo Final	9.	3:11.44	211	3:10.02	13/03/2022	99%	
Luis Garrido FRANCO, 27/08/2007								
100m Livres	Tempo Final	7.	1:05.90	360	1:04.65	25/06/2022	96%	
200m Livres	Tempo Final	4.	2:30.38	312	2:27.58	11/06/2022	96%	
400m Livres	Tempo Final	6.	5:41.50	267	5:04.77	12/03/2022	80%	
50m Bruços	Tempo Final	15.	39.93	274	37.73	30/04/2022	89%	
100m Bruços	Tempo Final	7.	1:29.52	256	1:22.49	24/04/2022	85%	
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:08.53	299	2:58.69	12/03/2022	90%	
400m Estilos	Tempo Final	2.	6:12.76	279	5:49.88	06/11/2021	88%	
Luis Miguel VELEZ, 03/12/2007								
100m Livres	Tempo Final	14.	1:13.08	264	1:09.53	07/05/2022	91%	
200m Livres	Tempo Final	10.	2:39.15	263	2:36.72	12/03/2022	97%	
100m Costas	Tempo Final	13.	1:27.51	208	1:24.54	19/02/2022	93%	
200m Costas	Tempo Final	6.	3:09.45	206	3:01.19	19/02/2022	91%	
100m Bruços	Tempo Final	10.	1:38.10	194	1:36.11	12/03/2022	96%	
100m Mariposa	Tempo Final	4.	1:27.75	179	1:18.98	24/04/2022	81%	
200m Estilos	Tempo Final	6.	2:58.44	260	2:54.41	04/12/2021	96%	
Manuel Maria SANGUINHO, 28/06/2009								
100m Livres	Tempo Final	14.	1:19.03	209	1:20.41	09/04/2022	104%	5
400m Livres	Tempo Final	10.	6:05.61	218	6:20.63	06/11/2021	108%	
100m Costas	Tempo Final	12.	1:31.14	184	1:28.07	25/06/2022	93%	
200m Costas	Tempo Final	3.	3:12.45	196	NT		-	
200m Bruços	Tempo Final	5.	3:34.14	204	3:45.32	06/11/2021	111%	
100m Mariposa	Tempo Final	10.	1:42.87	111	1:45.07	07/05/2022	104%	
200m Estilos	Tempo Final	11.	3:16.01	196	3:28.43	04/12/2021	113%	
Miguel Eduardo RANGEM, 23/09/2007								
100m Livres	Tempo Final	12.	1:08.63	319	1:06.85	19/02/2022	95%	2
200m Livres	Tempo Final	3.	2:27.76	328	2:25.13	11/06/2022	96%	
400m Livres	Tempo Final	1.	5:12.88	347	4:56.59	19/02/2022	90%	
50m Bruços	Tempo Final	10.	37.07	343	37.51	30/04/2022	102%	
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:23.53	315	1:18.35	25/06/2022	88%	
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:05.43	314	3:14.34		110%	
400m Estilos	Tempo Final	1.	5:57.76	316	5:37.49	15/05/2022	89%	
Stefania Cosmina CHITIC, 25/12/2008								
200m Livres	Tempo Final	3.	2:45.37	318	2:39.66	12/03/2022	93%	1
100m Costas	Tempo Final	4.	1:28.66	273	1:27.56	06/11/2021	98%	
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:37.48	284	1:34.53	25/06/2022	94%	
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:29.24	293	3:33.07	06/11/2021	104%	
Tiago Maria COSTA, 14/04/2008								
100m Livres	Tempo Final	11.	1:15.66	238	1:15.92	09/04/2022	101%	4
200m Livres	Tempo Final	10.	2:50.21	215	2:50.52	12/03/2022	100%	
400m Livres	Tempo Final	13.	6:12.72	205	5:57.26	12/03/2022	92%	
100m Costas	Tempo Final	11.	1:30.69	186	1:25.99	25/06/2022	90%	
200m Costas	Tempo Final	4.	3:19.60	176	3:40.86	10/07/2021	122%	
200m Bruços	Tempo Final	9.	3:59.67	145	4:29.12	10/07/2021	126%	
200m Estilos	Tempo Final	14.	3:25.84	169	3:11.82	07/05/2022	87%	
Vasco Xavier PEREIRA, 23/07/2008								
100m Livres	Tempo Final	12.	1:16.18	233	1:10.24	25/06/2022	85%	1
200m Livres	Tempo Final	9.	2:49.30	218	2:43.53	12/03/2022	93%	
100m Costas	Tempo Final	10.	1:29.82	192	1:23.76	25/06/2022	87%	
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:39.80	185	1:34.98	09/04/2022	91%	
200m Bruços	Tempo Final	6.	3:38.26	192	3:39.14	06/11/2021	101%	
200m Estilos	Tempo Final	10.	3:12.92	206	3:04.28	04/12/2021	91%	

Clube Lazer Aventura e Competicao								2
Barbara Maia FREITAS, 26/01/2006								-
200m Livres	Tempo Final	EXH	2:52.08	283	NT		-	
400m Livres	Tempo Final	EXH	6:06.18	269	NT		-	
50m Costas	Tempo Final	EXH	40.26	300	38.51	11/07/2021	91%	
200m Costas	Tempo Final	EXH	3:11.44	267	3:03.90	12/03/2022	92%	
Joana Patricia ANTUNES, 20/09/2006								-
200m Livres	Tempo Final	EXH	2:49.20	297	2:46.52	11/07/2021	97%	
400m Livres	Tempo Final	EXH	5:59.93	283	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	EXH	1:35.49	302	1:32.77	18/06/2022	94%	
200m Bruços	Tempo Final	EXH	3:22.07	326	3:14.22	18/06/2022	92%	
Miguel Ferreira CRUZ, 08/06/2008								2
200m Livres	Tempo Final	EXH	2:30.77	309	2:51.60	12/03/2022	130%	
400m Livres	Tempo Final	EXH	5:22.54	317	5:49.00	12/03/2022	117%	
100m Bruços	Tempo Final	EXH	1:30.14	251	NT		-	
200m Bruços	Tempo Final	EXH	3:10.37	290	NT		-	

Eléctrico Futebol Clube								26
Afonso Alves CHOCAS, 20/10/2004								4
50m Livres	Tempo Final	2.	26.51	490	26.56	10/07/2021	100%	
50m Costas	Tempo Final	4.	32.61	398	33.45		105%	
50m Bruços	Tempo Final	2.	33.01	485	32.24	01/08/2021	95%	
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:13.32	466	1:11.31	30/07/2021	95%	
50m Mariposa	Tempo Final	1.	28.15	495	28.39	10/07/2021	102%	
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:25.44	481	2:25.52		100%	
Andre Prates LOPES, 10/08/2005								-
50m Livres	Tempo Final	1.	26.48	492	25.72	18/06/2022	94%	
100m Livres	Tempo Final	1.	57.91	531	57.41	18/06/2022	98%	
100m Costas	Tempo Final	5.	1:14.65	335	NT		-	
50m Bruços	Tempo Final	1.	32.91	490	32.17	01/08/2021	96%	
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:14.34	447	1:11.08	30/07/2021	91%	
50m Mariposa	Tempo Final	6.	29.59	426	NT		-	
Diogo Martins SOARES, 28/07/2008								5
100m Livres	Tempo Final	3.	1:07.28	338	1:09.74	11/07/2021	107%	
200m Livres	Tempo Final	2.	2:31.15	307	2:33.06	24/07/2021	103%	
400m Livres	Tempo Final	4.	5:27.68	302	5:37.19	25/07/2021	106%	
100m Costas	Tempo Final	1.	1:15.70	321	1:16.23	18/06/2022	101%	
100m Mariposa	Tempo Final	5.	1:22.09	219	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	6.	2:56.51	269	2:58.28	24/07/2021	102%	
Helena Neto FLORINDO, 10/02/2006								3
50m Livres	Tempo Final	2.	30.78	454	30.04	18/06/2022	95%	
100m Livres	Tempo Final	1.	1:06.76	464	1:05.55	18/06/2022	96%	
200m Livres	Tempo Final	1.	2:19.37	532	2:21.32	12/02/2022	103%	
400m Livres	Tempo Final	1.	4:55.71	511	5:06.97	31/07/2021	108%	
100m Costas	Tempo Final	6.	1:23.54	327	1:18.52		88%	
50m Mariposa	Tempo Final	3.	34.00	370	35.04	10/07/2021	106%	
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:22.20	307	1:21.26		98%	
Ines Gandum MARTA, 03/05/2008								4
50m Livres	Tempo Final	8.	33.20	362	36.57	25/07/2021	121%	
200m Livres	Tempo Final	1.	2:36.82	373	2:38.79	10/07/2021	103%	
800m Livres	Tempo Final	1.	11:12.12	375	10:47.54		93%	
200m Costas	Tempo Final	2.	2:50.65	377	2:50.09	18/06/2022	99%	
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:26.61	262	1:30.86	11/07/2021	110%	
200m Estilos	Tempo Final	2.	2:57.68	357	2:58.14	25/07/2021	101%	
Joaõ Pedro GIL, 30/08/1998								-
50m Livres	Tempo Final	20.	30.67	316	28.51		86%	
50m Costas	Tempo Final	9.	37.27	267	33.49		81%	
50m Bruços	Tempo Final	5.	34.45	427	32.19		87%	
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:24.52	304	1:17.90		85%	
Lara Sofia GARCIA, 08/07/2010								1
200m Livres	Tempo Final	3.	2:50.12	292	2:52.38	18/06/2022	103%	
400m Livres	Tempo Final	2.	6:02.98	276	NT		-	
100m Costas	Tempo Final	6.	1:32.11	244	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	8.	3:22.61	241	NT		-	
Rodrigo Martins CHOCAS, 09/03/2007								4
100m Costas	Tempo Final	2.	1:11.88	375	1:18.44	10/07/2021	119%	
200m Costas	Tempo Final	1.	2:32.96	391	2:41.02	10/07/2021	111%	
50m Bruços	Tempo Final	4.	33.84	450	34.96	12/02/2022	107%	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:15.83	422	1:14.61	12/02/2022	97%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	2:43.96	455	3:00.00	10/07/2021	121%	
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:27.26	463	2:24.20	18/06/2022	96%	
Romulo Artur SILVA, 12/06/2008								5
100m Livres	Tempo Final	1.	1:04.61	382	1:12.37	10/07/2021	125%	
200m Livres	Tempo Final	1.	2:18.48	399	2:26.24	10/07/2021	112%	
400m Livres	Tempo Final	1.	4:59.70	395	5:05.88	25/07/2021	104%	
100m Costas	Tempo Final	2.	1:17.56	298	1:21.43	10/07/2021	110%	
200m Mariposa	Tempo Final	1.	3:03.85	218	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	2.	2:47.00	318	2:53.74	24/07/2021	108%	

Grup. Desp. Rec. Trab. C. M. Mora							33
Dinis Alexandre CAEIRO, 20/06/2009							5
100m Livres	Tempo Final	11.	1:21.40	191	1:29.63	26/06/2022	121%
200m Livres	Tempo Final	9.	3:03.92	170	3:15.31	18/06/2022	113%
400m Livres	Tempo Final	4.	6:37.87	169	7:07.99	18/06/2022	116%
100m Costas	Tempo Final	10.	1:36.41	155	1:43.55	26/06/2022	115%
100m Bruços	Tempo Final	10.	1:55.98	117	1:55.44	18/06/2022	99%
200m Bruços	Tempo Final	7.	4:04.77	136	NT		-
200m Estilos	Tempo Final	7.	3:32.95	153	3:44.46		111%
Guilherme Oliveira MARQUES, 04/12/2008							8
100m Livres	Tempo Final	5.	1:12.74	268	1:16.57	18/06/2022	111%
200m Livres	Tempo Final	5.	2:43.91	240	2:55.30	26/06/2022	114%
400m Livres	Tempo Final	2.	5:58.61	231	6:08.02	18/06/2022	105%
1500m Livres	Tempo Final	1.	23:19.61	241	23:43.69		103%
100m Costas	Tempo Final	4.	1:22.50	248	1:33.78		129%
100m Bruços	Tempo Final	7.	1:43.39	166	1:45.43		104%
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:19.13	244	1:22.35	18/06/2022	108%
400m Estilos	Tempo Final	4.	6:26.56	250	6:36.26		105%
Ines Alves VENTURA, 05/01/2010							5
100m Livres	Tempo Final	4.	1:17.42	297	1:18.99	18/06/2022	104%
200m Livres	Tempo Final	5.	2:55.11	268	3:00.18	26/06/2022	106%
400m Livres	Tempo Final	4.	6:17.50	245	6:34.88	18/06/2022	109%
100m Costas	Tempo Final	6.	1:35.95	216	1:36.81	18/06/2022	102%
200m Costas	Tempo Final	4.	3:33.13	193	NT		-
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:27.13	258	1:37.87	26/06/2022	126%
200m Estilos	Tempo Final	6.	3:27.63	224	NT		-
Miguel Salgueiro VITORINO, 25/01/2008							5
100m Livres	Tempo Final	6.	1:13.50	259	1:13.72	18/06/2022	101%
200m Livres	Tempo Final	4.	2:43.34	243	2:48.27	18/06/2022	106%
100m Costas	Tempo Final	2.	1:20.15	270	1:21.16	18/06/2022	103%
200m Costas	Tempo Final	3.	2:56.63	254	3:03.03	26/06/2022	107%
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:36.64	203	1:37.97	18/06/2022	103%
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:26.96	226	NT		-
200m Estilos	Tempo Final	5.	2:59.69	255	2:57.10	18/06/2022	97%
400m Estilos	Tempo Final	3.	6:25.01	254	NT		-
Rafaela Pinto LOPES, 23/03/2008							7
50m Livres	Tempo Final	18.	38.71	228	40.74		111%
100m Livres	Tempo Final	8.	1:26.02	217	1:31.00	18/06/2022	112%
200m Livres	Tempo Final	6.	3:11.85	204	3:14.68	26/06/2022	103%
400m Livres	Tempo Final	4.	6:42.24	203	6:52.82	26/06/2022	105%
100m Costas	Tempo Final	7.	1:47.85	152	1:48.98	18/06/2022	102%
50m Bruços	Tempo Final	12.	54.86	153	NT		-
50m Mariposa	Tempo Final	11.	46.91	141	47.86		104%
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:51.79	122	1:53.42	18/06/2022	103%
Ricardo Jorge DIAS, 17/10/1990							3
50m Livres	Tempo Final	25.	28.55	392	NT		-
100m Livres	Tempo Final	11.	1:01.64	440	1:02.68	26/06/2022	103%
200m Livres	Tempo Final	7.	2:23.28	360	2:37.29	26/06/2022	121%
50m Bruços	Tempo Final	15.	39.43	285	NT		-
100m Bruços	Tempo Final	9.	1:29.41	257	1:31.47	26/06/2022	105%
50m Mariposa	Tempo Final	18.	31.82	342	NT		-

GSC Grândola Sports Club								35
Alice Figueiredo LEITAO, 01/12/2007								3
100m Livres	Tempo Final	7.	1:21.77	252	1:30.89	18/06/2022	124%	
200m Livres	Tempo Final	7.	3:11.88	204	3:08.19	18/06/2022	96%	
400m Livres	Tempo Final	5.	6:57.82	181	NT		-	
100m Costas	Tempo Final	6.	1:42.26	178	1:42.27	11/03/2022	100%	
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:42.41	245	1:42.20	18/06/2022	100%	
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:38.77	257	3:36.89	12/03/2022	98%	
200m Estilos	Tempo Final	7.	3:33.60	205	3:35.29	18/06/2022	102%	
Andre Filipe PEREIRA, 17/01/2006								2
100m Livres	Tempo Final	21.	1:14.06	254	1:13.66	13/03/2022	99%	
200m Livres	Tempo Final	16.	2:56.39	193	2:53.97	12/03/2022	97%	
100m Costas	Tempo Final	13.	1:25.94	219	1:30.68	26/06/2022	111%	
200m Costas	Tempo Final	5.	3:11.30	200	3:21.76	26/06/2022	111%	
100m Bruços	Tempo Final	7.	1:37.81	196	1:33.09	12/03/2022	91%	
200m Bruços	Tempo Final	7.	3:30.04	216	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	6.	3:13.81	203	3:05.44	13/03/2022	92%	
400m Estilos	Tempo Final	3.	7:12.39	179	NT		-	
Cristiana Gamito RODRIGUES, 31/12/2006								5
100m Livres	Tempo Final	15.	1:22.79	243	1:26.12	18/06/2022	108%	
200m Livres	Tempo Final	10.	3:10.58	208	3:17.01	18/06/2022	107%	
400m Livres	Tempo Final	3.	6:58.32	180	6:56.90	07/05/2022	99%	
100m Costas	Tempo Final	11.	1:42.24	178	1:47.07	26/06/2022	110%	
100m Bruços	Tempo Final	8.	1:48.28	207	1:49.54	18/06/2022	102%	
200m Bruços	Tempo Final	6.	3:55.17	206	4:06.83	26/06/2022	110%	
Francisco Monteiro SOUSA, 11/12/2007								3
100m Livres	Tempo Final	15.	1:08.37	322	1:11.69	26/06/2022	110%	
200m Livres	Tempo Final	14.	2:42.81	245	2:42.71	26/06/2022	100%	
400m Livres	Tempo Final	6.	5:54.90	238	NT		-	
100m Costas	Tempo Final	14.	1:26.40	216	1:26.64	18/06/2022	101%	
100m Bruços	Tempo Final	8.	1:42.57	170	1:38.69	26/06/2022	93%	
200m Bruços	Tempo Final	8.	3:36.23	198	3:52.33	12/03/2022	115%	
50m Mariposa	Tempo Final	24.	38.50	193	37.59	22/05/2022	95%	
200m Estilos	Tempo Final	5.	3:05.41	232	3:00.70	22/05/2022	95%	
Leonor Luz PEDRO, 23/06/2007								1
100m Livres	Tempo Final	10.	1:38.41	145	1:38.87	26/06/2022	101%	
200m Livres	Tempo Final	10.	3:40.68	134	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	9.	2:05.08	134	2:04.23	26/06/2022	99%	
100m Mariposa	Tempo Final	4.	1:53.03	118	1:52.15	26/06/2022	98%	
200m Mariposa	Tempo Final	2.	4:10.36	115	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	10.	4:03.91	138	3:45.47	07/05/2022	85%	
Madalena Santos OLIVEIRA, 11/08/2007								2
100m Livres	Tempo Final	11.	1:40.35	136	1:38.46	18/06/2022	96%	
200m Livres	Tempo Final	9.	3:24.53	168	3:46.28	26/06/2022	122%	
400m Livres	Tempo Final	7.	7:36.72	138	NT		-	
200m Costas	Tempo Final	4.	3:53.37	147	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	6.	1:51.19	191	1:52.57	18/06/2022	102%	
200m Estilos	Tempo Final	8.	3:53.89	156	3:47.95	18/06/2022	95%	
400m Estilos	Tempo Final	3.	8:09.69	160	NT		-	
Manuel Francisco SOBRAL, 26/12/2006								3
100m Livres	Tempo Final	17.	1:08.96	314	1:12.96	18/06/2022	112%	
200m Livres	Tempo Final	13.	2:34.64	286	2:36.54	18/06/2022	102%	
400m Livres	Tempo Final	5.	5:40.22	270	5:40.76		100%	
800m Livres	Tempo Final	4.	11:48.62	259	NT		-	
100m Mariposa	Tempo Final	DNF		-	NT		-	
Maria Leonor ESPADA, 17/05/2006								3
50m Livres	Tempo Final	16.	36.32	276	35.46	12/02/2022	95%	
100m Livres	Tempo Final	16.	1:23.29	239	1:28.10	26/06/2022	112%	
200m Livres	Tempo Final	9.	3:09.30	212	3:17.43	26/06/2022	109%	
100m Costas	Tempo Final	12.	1:44.64	166	1:45.10	26/06/2022	101%	
100m Bruços	Tempo Final	9.	1:51.03	192	1:48.96	26/06/2022	96%	
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:52.38	214	NT		-	
Matilde Gomes GAMITO, 07/02/2007								6
50m Livres	Tempo Final	19.	39.15	221	38.14	20/02/2022	95%	
100m Livres	Tempo Final	9.	1:27.86	203	1:30.93	26/06/2022	107%	
200m Livres	Tempo Final	8.	3:21.31	176	3:27.41	26/06/2022	106%	
400m Livres	Tempo Final	6.	7:23.02	152	NT		-	
100m Costas	Tempo Final	8.	1:55.95	122	2:00.40	26/06/2022	108%	
100m Bruços	Tempo Final	8.	1:59.79	153	2:04.06	21/05/2022	107%	
50m Mariposa	Tempo Final	12.	49.00	123	51.98	22/05/2022	113%	
100m Mariposa	Tempo Final	5.	2:01.37	95	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	9.	3:54.34	155	4:03.58	22/05/2022	108%	
Miguel Correia LOURENÇO, 26/05/2009								2
100m Livres	Tempo Final	12.	1:25.63	164	1:30.03	26/06/2022	111%	
200m Livres	Tempo Final	11.	3:09.95	154	NT		-	
400m Livres	Tempo Final	5.	6:55.05	149	NT		-	
100m Costas	Tempo Final	11.	1:37.24	151	1:37.58	18/06/2022	101%	
100m Bruços	Tempo Final	9.	1:54.69	121	1:48.18	18/06/2022	89%	
200m Bruços	Tempo Final	6.	4:00.20	144	NT		-	

200m Estilos	Tempo Final	8.	3:45.29	129	NT	-	
Rodrigo Alexandre SANTOS, 25/04/2004							5
100m Livres	Tempo Final	15.	1:04.39	386	1:05.98	105%	
200m Livres	Tempo Final	8.	2:31.48	305	2:38.16	26/06/2022	109%
400m Livres	Tempo Final	3.	5:47.09	254	5:48.53	26/06/2022	101%
1500m Livres	Tempo Final	3.	23:33.47	234	NT	-	
100m Costas	Tempo Final	7.	1:21.33	259	1:15.14	20/02/2022	85%
100m Bruços	Tempo Final	10.	1:34.95	214	1:34.65	18/06/2022	99%
100m Mariposa	Tempo Final	8.	1:20.52	232	1:21.79	18/06/2022	103%
200m Estilos	Tempo Final	2.	2:57.47	265	2:57.84	18/06/2022	100%
400m Estilos	Tempo Final	3.	6:26.05	251	NT	-	

Individual ANALEN

Joao Monteiro PITEIRA, 13/09/1993

2

2

50m Livres	Tempo Final	6.	26.78	476	27.29		104%
100m Livres	Tempo Final	7.	59.05	501	1:00.10	18/06/2022	104%

Individual ANALEN

Miguel Aleixo RIBEIRO, 17/10/2003

50m Livres	Tempo Final	22.	28.08	412	NT	-
100m Livres	Tempo Final	13.	1:02.86	415	NT	-
50m Bruços	Tempo Final	6.	35.13	403	NT	-
100m Bruços	Tempo Final	6.	1:22.24	330	NT	-
50m Mariposa	Tempo Final	14.	30.87	375	NT	-

Núcleo Desportivo e Cultural de Odemira							48
Antonio Correia NEVES, 03/09/2003							5
50m Livres	Tempo Final	7.	26.82	473	26.65	04/12/2021	99%
100m Livres	Tempo Final	5.	58.11	526	58.61	18/06/2022	102%
200m Livres	Tempo Final	3.	2:13.90	442	2:15.67	18/06/2022	103%
50m Bruços	Tempo Final	3.	33.67	457	32.68	05/12/2021	94%
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:15.16	433	1:15.65	18/06/2022	101%
50m Mariposa	Tempo Final	6.	28.69	467	29.12	21/05/2022	103%
100m Mariposa	Tempo Final	7.	1:06.70	408	1:05.09		95%
400m Estilos	Tempo Final	2.	5:39.66	369	5:42.77		102%
Eduardo Ramos ESTEVAO, 31/01/2006							5
50m Livres	Tempo Final	19.	27.93	419	28.00	04/12/2021	101%
100m Livres	Tempo Final	3.	1:00.71	461	1:01.44	05/12/2021	102%
400m Livres	Tempo Final	3.	5:19.53	326	4:58.22	12/03/2022	87%
800m Livres	Tempo Final	3.	11:20.98	292	10:44.58	21/05/2022	90%
50m Bruços	Tempo Final	7.	35.14	402	34.53	13/03/2022	97%
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:19.45	366	1:19.57	18/06/2022	100%
200m Bruços	Tempo Final	2.	2:54.98	374	2:58.61	26/06/2022	104%
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:42.59	344	2:42.97	18/06/2022	100%
Francisco Reis MAGUAS, 25/02/2006							3
100m Livres	Tempo Final	18.	1:09.17	311	1:10.88	18/06/2022	105%
200m Livres	Tempo Final	12.	2:33.54	293	2:39.56	26/06/2022	108%
400m Livres	Tempo Final	1.	5:13.36	346	5:21.03	18/06/2022	105%
800m Livres	Tempo Final	2.	11:05.59	313	10:47.21	21/05/2022	95%
1500m Livres	Tempo Final	1.	21:10.72	322	20:30.11	21/05/2022	94%
100m Mariposa	Tempo Final	8.	1:35.55	139	1:28.67	18/06/2022	86%
200m Mariposa	Tempo Final	2.	3:24.37	159	3:10.86	12/03/2022	87%
Ines Silva MORAIS, 30/10/2009							4
100m Livres	Tempo Final	12.	1:27.32	207	1:30.13	26/06/2022	107%
200m Livres	Tempo Final	11.	3:09.93	210	3:15.51	26/06/2022	106%
400m Livres	Tempo Final	8.	6:42.78	202	6:51.86	26/06/2022	105%
800m Livres	Tempo Final	4.	14:06.31	187	13:45.93	22/05/2022	95%
200m Estilos	Tempo Final	15.	4:03.90	138	4:09.29	26/06/2022	104%
Joana Nunes DUARTE, 19/07/2010							5
100m Livres	Tempo Final	14.	1:30.10	189	1:38.61	26/06/2022	120%
400m Livres	Tempo Final	10.	6:58.51	180	7:14.18	12/03/2022	108%
800m Livres	Tempo Final	5.	14:44.54	164	14:42.07	22/05/2022	99%
100m Bruços	Tempo Final	6.	1:50.78	193	1:55.84	18/06/2022	109%
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:55.78	205	4:09.44	26/06/2022	112%
200m Estilos	Tempo Final	13.	3:44.12	178	4:05.93	18/06/2022	120%
Leonor Duarte GONCALVES, 19/11/2010							5
100m Livres	Tempo Final	8.	1:22.63	245	1:36.21	18/06/2022	136%
200m Livres	Tempo Final	8.	3:00.79	244	3:14.43	18/06/2022	116%
400m Livres	Tempo Final	5.	6:25.81	230	6:40.22	22/05/2022	108%
800m Livres	Tempo Final	2.	13:28.34	215	13:20.77	22/05/2022	98%
100m Bruços	Tempo Final	7.	1:52.04	187	1:54.90	18/06/2022	105%
200m Bruços	Tempo Final	8.	3:59.16	196	3:56.74	25/04/2022	98%
200m Estilos	Tempo Final	8.	3:32.61	208	3:40.04	18/06/2022	107%
Maria Poeira MATOS, 09/07/2007							4
100m Livres	Tempo Final	1.	1:08.68	426	1:13.46	18/06/2022	114%
200m Livres	Tempo Final	2.	2:35.69	382	2:37.76	26/06/2022	103%
400m Livres	Tempo Final	2.	5:35.05	351	5:42.08	18/06/2022	104%
800m Livres	Tempo Final	1.	11:31.38	344	11:17.15	12/03/2022	96%
200m Mariposa	Tempo Final	1.	3:12.13	254	3:13.34	26/06/2022	101%
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:56.18	366	2:53.40	25/04/2022	97%
400m Estilos	Tempo Final	1.	6:22.98	336	6:13.63	21/05/2022	95%
Mariana Rodrigues GASPARGAS, 23/09/2003							2
100m Livres	Tempo Final	11.	1:15.74	318	1:16.08		101%
100m Costas	Tempo Final	7.	1:28.27	277	1:28.88		101%
50m Bruços	Tempo Final	8.	45.32	273	44.03		94%
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:38.22	278	1:37.18	18/06/2022	98%
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:28.22	298	3:21.36		94%
Matilde Goncalves OLIVEIRA, 06/01/2006							5
50m Livres	Tempo Final	9.	33.52	352	35.01		109%
100m Livres	Tempo Final	9.	1:13.43	349	1:14.58		103%
200m Livres	Tempo Final	5.	2:44.08	326	2:43.11		99%
100m Costas	Tempo Final	5.	1:22.27	342	1:25.19	18/06/2022	107%
200m Costas	Tempo Final	5.	2:56.27	342	3:09.02	26/06/2022	115%
200m Estilos	Tempo Final	2.	3:05.94	312	3:10.77	26/06/2022	105%
Matilde Ramos REMA, 21/06/2006							1
200m Livres	Tempo Final	8.	2:58.53	253	2:58.97	18/06/2022	100%
50m Bruços	Tempo Final	7.	44.86	281	43.12	16/01/2022	92%
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:35.40	303	1:35.13	18/06/2022	99%
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:21.01	331	3:11.89		91%
200m Estilos	Tempo Final	3.	3:13.58	276	3:00.95		87%
400m Estilos	Tempo Final	3.	6:50.79	272	6:20.99		86%

Rita Prado SILVA, 20/03/2006								4
50m Livres	Tempo Final	3.	30.86	451	30.05	12/03/2022	95%	
100m Livres	Tempo Final	4.	1:06.85	462	1:09.07	18/06/2022	107%	
200m Livres	Tempo Final	3.	2:28.11	443	2:26.17		97%	
400m Livres	Tempo Final	2.	5:16.92	415	5:20.28	18/06/2022	102%	
800m Livres	Tempo Final	1.	10:58.23	399	10:44.63	12/03/2022	96%	
100m Mariposa	Tempo Final	5.	1:21.42	316	1:21.82	26/06/2022	101%	
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:57.04	361	2:59.98	26/06/2022	103%	
400m Estilos	Tempo Final	2.	6:20.36	343	6:02.13		91%	
Santiago Delgado FALCAO, 13/10/2006								5
50m Livres	Tempo Final	33.	30.93	308	31.64	12/03/2022	105%	
100m Livres	Tempo Final	14.	1:06.61	349	1:07.35	18/06/2022	102%	
200m Livres	Tempo Final	7.	2:27.38	331	2:28.02	18/06/2022	101%	
400m Livres	Tempo Final	4.	5:27.46	303	5:21.37	18/06/2022	96%	
100m Mariposa	Tempo Final	7.	1:17.91	256	1:22.33	22/05/2022	112%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	2:49.51	304	2:52.50	13/03/2022	104%	
400m Estilos	Tempo Final	2.	6:14.68	275	6:05.37	22/05/2022	95%	

Penta Clube da Covilha							34
Antonio Maria FERREIRA, 04/05/2000							2
50m Livres	Tempo Final	11.	28.17	408	26.96	14/06/2022	92%
1500m Livres	Tempo Final	2.	20:52.55	336	21:54.87		110%
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:24.11	309	1:29.56		113%
50m Mariposa	Tempo Final	7.	29.72	420	28.62	14/06/2022	93%
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:06.64	409	1:04.19		93%
Bernardo Miguel AREDE, 12/01/2003							4
50m Livres	Tempo Final	24.	31.55	291	33.15		110%
100m Livres	Tempo Final	10.	1:13.28	262	1:14.36		103%
200m Livres	Tempo Final	8.	2:54.78	198	2:49.08		94%
400m Livres	Tempo Final	6.	6:37.61	169	6:17.39		90%
800m Livres	Tempo Final	4.	13:56.75	157	14:35.56		109%
50m Costas	Tempo Final	12.	38.75	237	37.75		95%
50m Bruços	Tempo Final	12.	39.47	284	36.15		84%
100m Bruços	Tempo Final	7.	1:26.59	283	1:14.89		75%
50m Mariposa	Tempo Final	13.	33.97	281	42.74		158%
Carolina Fonseca DIEGUES, 30/03/2006							4
50m Livres	Tempo Final	12.	34.09	334	36.87		117%
100m Livres	Tempo Final	8.	1:14.86	329	1:13.99		98%
200m Livres	Tempo Final	4.	2:47.02	309	2:40.87		93%
50m Costas	Tempo Final	7.	39.99	307	42.77		114%
100m Costas	Tempo Final	7.	1:23.99	322	1:26.66		106%
200m Costas	Tempo Final	3.	3:02.42	309	3:09.64		108%
50m Bruços	Tempo Final	5.	47.27	240	45.63		93%
Guilherme Reis FERNANDES, 01/09/2006							2
50m Livres	Tempo Final	28.	34.25	227	32.90		92%
100m Livres	Tempo Final	16.	1:15.90	236	1:08.69		82%
400m Livres	Tempo Final	7.	6:25.03	186	7:06.54		123%
1500m Livres	Tempo Final	2.	26:44.16	160	32:56.78		152%
50m Costas	Tempo Final	16.	41.87	188	39.41		89%
100m Costas	Tempo Final	14.	1:29.97	191	1:27.96		96%
100m Bruços	Tempo Final	12.	1:41.13	177	1:39.84		97%
Ines Margarida BAPTISTA, 15/01/2008							5
50m Livres	Tempo Final	21.	39.37	217	42.02		114%
100m Livres	Tempo Final	11.	1:35.64	158	1:29.59		88%
50m Costas	Tempo Final	16.	49.11	165	47.28		93%
100m Costas	Tempo Final	10.	1:43.13	173	1:58.76		133%
50m Bruços	Tempo Final	7.	47.81	232	53.32		124%
100m Bruços	Tempo Final	10.	1:54.79	174	2:02.49		114%
200m Bruços	Tempo Final	8.	4:03.42	186	4:10.49		106%
Joao Alexandre SARAIVA, 03/09/1995							-
50m Livres	Tempo Final	8.	27.89	421	26.37		89%
1500m Livres	Tempo Final	4.	22:53.39	255	22:19.35		95%
50m Costas	Tempo Final	2.	32.50	402	30.69		89%
100m Costas	Tempo Final	2.	1:10.66	395	1:06.71		89%
200m Costas	Tempo Final	4.	2:46.48	303	2:40.72		93%
Joao Gaspar GOMES, 21/04/1997							1
50m Livres	Tempo Final	12.	28.61	390	28.13		97%
100m Livres	Tempo Final	3.	1:03.61	401	1:06.92		111%
100m Costas	Tempo Final	6.	1:15.27	326	1:13.26		95%
100m Bruços	Tempo Final	6.	1:26.31	286	1:23.46		94%
Joao Henrique SANTOS, 12/12/2006							2
50m Livres	Tempo Final	22.	30.89	310	30.84		100%
100m Livres	Tempo Final	13.	1:09.36	309	1:04.49		86%
200m Livres	Tempo Final	11.	2:41.40	252	2:35.39		93%
50m Costas	Tempo Final	13.	39.22	229	40.33		106%
100m Costas	Tempo Final	11.	1:25.11	226	1:19.59		87%
200m Costas	Tempo Final	5.	3:06.88	214	2:57.33		90%
50m Bruços	Tempo Final	18.	48.50	153	49.65		105%
Margarida Nave FONSECA, 21/05/2007							4
50m Livres	Tempo Final	22.	40.29	202	39.28		95%
100m Livres	Tempo Final	9.	1:32.79	173	1:36.23		108%
200m Livres	Tempo Final	7.	3:24.03	169	3:27.09		103%
50m Costas	Tempo Final	17.	50.70	150	47.37		87%
100m Costas	Tempo Final	11.	1:50.60	141	1:48.59		96%
50m Bruços	Tempo Final	10.	51.93	181	57.32		122%
100m Bruços	Tempo Final	9.	1:54.31	176	2:05.78		121%
Maria Ines TEIXEIRA, 28/07/2009							5
100m Livres	Tempo Final	9.	1:21.87	251	1:49.16		178%
200m Livres	Tempo Final	6.	2:56.45	262	3:47.69		167%
800m Livres	Tempo Final	4.	13:31.46	213	19:34.78		210%
100m Costas	Tempo Final	13.	1:42.28	178	1:58.69		135%
200m Costas	Tempo Final	8.	3:43.03	169	3:57.86		114%
100m Bruços	Tempo Final	10.	2:02.10	144	1:59.15		95%
Pedro Afonso PALHINHA, 23/04/1999							4
50m Livres	Tempo Final	24.	31.55	291	31.95		103%
100m Livres	Tempo Final	9.	1:12.72	268	1:09.80		92%
200m Livres	Tempo Final	5.	2:38.03	268	2:39.49		102%

400m Livres	Tempo Final	5.	5:36.91	278	5:31.91	97%
800m Livres	Tempo Final	3.	11:43.33	265	13:36.93	135%
1500m Livres	Tempo Final	3.	22:21.56	273	26:57.37	145%
50m Costas	Tempo Final	14.	40.48	208	38.86	92%
100m Bruços	Tempo Final	9.	1:32.66	231	1:24.09	82%
Pedro Marques RAFEIRO, 18/07/2003						
50m Livres	Tempo Final	19.	30.44	324	30.05	97%
200m Livres	Tempo Final	6.	2:39.95	259	2:27.27	85%
50m Costas	Tempo Final	15.	40.75	204	39.04	92%
100m Costas	Tempo Final	8.	1:29.22	196	1:25.59	92%
50m Bruços	Tempo Final	11.	38.18	313	37.17	95%
100m Bruços	Tempo Final	8.	1:29.44	257	1:22.79	86%
50m Mariposa	Tempo Final	12.	32.88	310	33.58	104%
Rui Lucas SANTOS, 28/11/2003						
50m Livres	Tempo Final	16.	30.03	337	28.62	91%
100m Livres	Tempo Final	8.	1:06.83	345	1:05.56	96%
200m Livres	Tempo Final	4.	2:30.39	311	2:22.56	90%
400m Livres	Tempo Final	4.	5:36.85	278	5:25.98	94%
50m Mariposa	Tempo Final	11.	32.74	314	31.67	94%

1

-

Sporting Clube Campomaiorense								12
Anais Portela SEMEDO, 24/02/2008								-
50m Livres	Tempo Final	23.	40.44	200	39.76	25/06/2022	97%	
100m Livres	Tempo Final	12.	1:36.89	152	1:30.83	25/06/2022	88%	
200m Livres	Tempo Final	9.	3:37.95	139	NT		-	
50m Costas	Tempo Final	19.	54.42	121	NT		-	
50m Bruços	Tempo Final	13.	54.00	161	51.39	25/06/2022	91%	
100m Bruços	Tempo Final	11.	1:55.07	173	1:52.38	25/06/2022	95%	
Jose Carapinha CONCEICAO, 23/08/2008								6
100m Livres	Tempo Final	7.	1:10.63	292	1:10.68	25/07/2021	100%	
200m Livres	Tempo Final	4.	2:34.51	287	2:42.68	10/07/2021	111%	
400m Livres	Tempo Final	6.	5:36.11	280	5:42.82	25/07/2021	104%	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:28.18	268	1:34.44	24/07/2021	115%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:10.05	292	3:18.99	24/07/2021	110%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	2:51.12	295	2:51.19	07/05/2022	100%	
Paula Trindade SACHIM, 18/11/2007								2
50m Livres	Tempo Final	24.	43.10	165	42.63	10/07/2021	98%	
100m Livres	Tempo Final	10.	1:32.84	172	1:36.10	11/07/2021	107%	
200m Livres	Tempo Final	8.	3:25.17	166	3:30.19	10/07/2021	105%	
50m Costas	Tempo Final	18.	54.40	121	52.78	12/03/2022	94%	
50m Bruços	Tempo Final	14.	57.65	132	56.04	13/03/2022	94%	
100m Bruços	Tempo Final	12.	2:05.93	132	2:00.78	12/03/2022	92%	
Rodrigo Jangita BORREGA, 29/02/2008								4
100m Livres	Tempo Final	18.	1:19.98	201	1:32.70	11/07/2021	134%	
200m Livres	Tempo Final	13.	3:04.36	169	3:30.94	10/07/2021	131%	
100m Bruços	Tempo Final	8.	1:46.32	153	2:04.62	10/07/2021	137%	
200m Bruços	Tempo Final	7.	3:47.52	170	3:53.35	12/03/2022	105%	
200m Estilos	Tempo Final	19.	3:39.99	139	3:35.75	04/12/2021	96%	