



Campeonato Nacional por Categorias I - SC - 2022-2023
Luanda, 12 - 13/11/2022

Progressão de Atletas (Detalhes)

Todas as provas

Prova	Jornada	Lugar	Tempo total	Pts	Tp inscr.	Data inscr.	%	RP
Academia Desportiva Escolar Olimpica da Anunciação								3
Adam Amamou, 30/07/2013								1
50m Livres	Tempo Final	4.	47.06	78	47.16	23/10/2022	100%	
100m Livres	Tempo Final	5.	1:46.98	73	NT		-	
200m Livres	Tempo Final	5.	3:50.88	79	NT		-	
50m Costas	Tempo Final	6.	1:04.94	40	NT		-	
200m Bruços	Tempo Final	2.	4:40.92	78	NT		-	
100m Estilos	Tempo Final	2.	1:57.70	73	NT		-	
Aurio Pedro Fernandes, 18/04/2010								2
50m Livres	Tempo Final	5.	37.95	149	44.28	18/12/2021	136%	
50m Costas	Tempo Final	5.	55.45	64	NT		-	
100m Costas	Tempo Final	8.	2:02.44	61	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	5.	2:00.57	96	2:12.27	18/12/2021	120%	
Ayan Amirali Kanani, 06/05/2011								-
50m Livres	Tempo Final	10.	48.24	72	NT		-	
50m Costas	Tempo Final	10.	1:14.30	26	NT		-	
50m Bruços	Tempo Final	10.	1:03.41	60	NT		-	
Clesio Haniel Noy, 26/07/2013								-
50m Livres	Tempo Final	6.	49.90	65	NT		-	
100m Livres	Tempo Final	6.	2:04.25	47	NT		-	
50m Costas	Tempo Final	5.	1:02.93	44	NT		-	
50m Mariposa	Tempo Final	3.	1:09.29	30	NT		-	
100m Mariposa	Tempo Final	2.	2:54.26	20	NT		-	
Haron Mabile, 08/03/2012								-
100m Livres	Tempo Final	1.	1:28.06	132	NT		-	
200m Livres	Tempo Final	1.	3:15.53	131	NT		-	
50m Costas	Tempo Final	3.	51.05	82	NT		-	
50m Bruços	Tempo Final	2.	54.39	96	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:51.98	120	NT		-	
50m Mariposa	Tempo Final	1.	49.00	87	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	1.	3:46.16	113	NT		-	
Karem Lucelia Paulo, 15/08/2010								-
50m Livres	Tempo Final	9.	1:00.19	55	NT		-	
50m Mariposa	Tempo Final	9.	1:14.63	34	NT		-	
Wendy Larissa Paulo, 30/10/2014								-
50m Livres	Tempo Final	2.	1:30.80	16	NT		-	
Zachary Mabile, 08/03/2012								-
50m Livres	Tempo Final	3.	40.47	123	NT		-	
100m Livres	Tempo Final	4.	1:31.71	116	NT		-	
50m Costas	Tempo Final	1.	45.00	120	NT		-	
100m Costas	Tempo Final	2.	1:41.18	108	NT		-	
50m Bruços	Tempo Final	1.	49.97	124	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:51.12	123	NT		-	
200m Bruços	Tempo Final	1.	4:10.92	109	NT		-	
Zakary Amamou, 30/07/2013								-
50m Livres	Tempo Final	5.	48.64	71	47.48	23/10/2022	95%	
200m Livres	Tempo Final	4.	3:48.73	81	NT		-	
50m Costas	Tempo Final	4.	58.81	53	58.15	22/10/2022	98%	
200m Bruços	Tempo Final	3.	4:59.27	64	NT		-	
50m Mariposa	Tempo Final	2.	1:00.30	46	59.56	23/10/2022	98%	
100m Estilos	Tempo Final	3.	2:04.28	62	NT		-	



Campeonato Nacional por Categorias I - SC - 2022-2023
Luanda, 12 - 13/11/2022

Clube Desportivo 1º de Agosto								66
Beatriz Silva Pedro, 15/04/2010								3
50m Livres	Tempo Final	2.	33.72	314	33.32	23/10/2022	98%	
100m Livres	Tempo Final	7.	1:24.40	211	1:23.53	19/12/2021	98%	
50m Costas	Tempo Final	2.	38.75	277	38.21	22/10/2022	97%	
100m Costas	Tempo Final	3.	1:27.87	243	1:29.64	22/10/2022	104%	
50m Mariposa	Tempo Final	1.	34.70	346	35.97	20/03/2022	107%	
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:26.91	247	1:27.68	19/03/2022	102%	
100m Estilos	Tempo Final	2.	1:27.01	273	1:26.84	19/03/2022	100%	
400m Estilos	Tempo Final	2.	6:46.42	258	NT		-	
Christian Gabriel Verdades, 29/03/2010								1
100m Livres	Tempo Final	15.	2:21.28	31	2:33.25	23/10/2022	118%	
50m Costas	Tempo Final	8.	1:10.33	31	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	7.	2:06.80	82	2:03.13	22/10/2022	94%	
Daniel David Pizzaro, 14/03/2011								1
200m Livres	Tempo Final	11.	4:02.27	69	3:58.68	22/10/2022	97%	
200m Costas	Tempo Final	5.	4:35.27	56	NT		-	
50m Bruços	Tempo Final	6.	55.13	92	55.22	22/10/2022	100%	
Delma Micaela Nguvo, 22/05/2012								-
50m Livres	Tempo Final	4.	51.08	90	NT		-	
100m Livres	Tempo Final	3.	2:00.24	72	NT		-	
200m Livres	Tempo Final	3.	4:31.23	67	NT		-	
50m Costas	Tempo Final	3.	56.96	87	NT		-	
100m Costas	Tempo Final	3.	2:27.32	51	NT		-	
Haniel Laisio Chipalanga, 12/06/2011								2
50m Livres	Tempo Final	9.	44.10	95	46.33	23/10/2022	110%	
100m Livres	Tempo Final	10.	1:47.03	73	1:46.48	23/10/2022	99%	
200m Livres	Tempo Final	10.	3:52.91	77	4:01.71	22/10/2022	108%	
50m Costas	Tempo Final	6.	1:01.26	47	57.57	22/10/2022	88%	
100m Costas	Tempo Final	9.	2:03.27	60	NT		-	
Kaila Nahary Santos, 20/06/2011								5
50m Livres	Tempo Final	3.	34.50	293	35.61	23/10/2022	107%	
50m Bruços	Tempo Final	1.	44.08	271	44.72	20/03/2022	103%	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:34.80	284	1:36.24	19/03/2022	103%	
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:27.37	273	3:30.37	23/10/2022	103%	
100m Estilos	Tempo Final	3.	1:29.26	253	1:51.10	07/12/2019	155%	
400m Estilos	Tempo Final	3.	6:57.40	238	NT		-	
Kaio Almeida Elias, 31/01/2011								5
50m Livres	Tempo Final	2.	33.94	209	34.51	23/10/2022	103%	
100m Livres	Tempo Final	1.	1:14.11	221	1:16.83	23/10/2022	107%	
200m Livres	Tempo Final	3.	2:44.71	219	2:53.25	19/12/2021	111%	
100m Costas	Tempo Final	2.	1:32.58	142	1:36.57	19/02/2022	109%	
200m Costas	Tempo Final	1.	3:15.49	157	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:43.95	150	1:43.08	19/02/2022	98%	
100m Estilos	Tempo Final	2.	1:30.72	160	1:37.55	18/12/2021	116%	
Kenense Holy Vongo, 30/03/2010								8
200m Livres	Tempo Final	4.	3:04.63	213	3:10.65	22/10/2022	107%	
400m Livres	Tempo Final	3.	6:30.16	215	6:50.28		111%	
50m Bruços	Tempo Final	2.	44.97	256	45.86	20/03/2022	104%	
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:35.66	277	1:42.32	19/03/2022	114%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:25.43	281	3:41.57	23/10/2022	116%	
50m Mariposa	Tempo Final	3.	41.35	204	41.75	23/10/2022	102%	
100m Estilos	Tempo Final	4.	1:29.62	250	1:39.48	19/03/2022	123%	
200m Estilos	Tempo Final	1.	3:11.25	258	3:35.29	19/03/2022	127%	
Leonardo Comotti, 20/05/2014								5
50m Livres	Tempo Final	1.	39.33	134	39.50	23/10/2022	101%	
100m Livres	Tempo Final	1.	1:27.73	133	1:28.89	23/10/2022	103%	
50m Costas	Tempo Final	1.	50.49	85	51.77	22/10/2022	105%	
100m Costas	Tempo Final	1.	1:46.74	92	1:49.73	22/10/2022	106%	
50m Bruços	Tempo Final	1.	53.59	100	57.67	22/10/2022	116%	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:55.37	110	NT		-	
Luana Nahary Santos, 20/06/2011								7
100m Livres	Tempo Final	6.	1:23.67	216	1:25.84	23/10/2022	105%	
200m Livres	Tempo Final	6.	3:10.68	193	3:13.31	22/10/2022	103%	
50m Costas	Tempo Final	5.	43.43	196	48.59	18/12/2021	125%	
100m Costas	Tempo Final	5.	1:36.47	184	1:45.14	22/10/2022	119%	
50m Mariposa	Tempo Final	5.	42.15	193	42.37	23/10/2022	101%	
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:46.10	136	NT		-	
100m Estilos	Tempo Final	6.	1:34.74	212	1:46.03	18/12/2021	125%	
200m Estilos	Tempo Final	5.	3:38.45	173	3:42.07	23/10/2022	103%	
Lucas Rafael Palha, 26/12/2011								5
50m Livres	Tempo Final	8.	40.38	124	43.17	23/10/2022	114%	
100m Livres	Tempo Final	9.	1:42.23	84	1:42.64	23/10/2022	101%	
200m Livres	Tempo Final	9.	3:44.81	86	3:46.75	22/10/2022	102%	



Campeonato Nacional por Categorias I - SC - 2022-2023
Luanda, 12 - 13/11/2022

100m Costas	Tempo Final	7.	1:55.65	72	2:34.23	19/02/2022	178%
100m Bruços	Tempo Final	10.	2:12.48	72	2:35.32	19/02/2022	137%
Niall Barry Sullivan, 27/06/2011							
100m Livres	Tempo Final	2.	1:14.95	214	1:17.28	23/10/2022	106%
200m Livres	Tempo Final	2.	2:44.10	222	2:49.02		106%
800m Livres	Tempo Final	2.	11:53.39	240	12:26.45	23/10/2022	109%
50m Costas	Tempo Final	1.	40.42	166	43.30	22/10/2022	115%
50m Mariposa	Tempo Final	4.	40.99	149	42.80	19/02/2022	109%
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:33.89	131	1:30.47	23/10/2022	93%
400m Estilos	Tempo Final	2.	6:39.17	203	NT		-
Thiago Marcelo Reis, 27/01/2012							
50m Livres	Tempo Final	1.	39.24	135	40.28	23/10/2022	105%
100m Livres	Tempo Final	2.	1:29.51	125	1:32.21	23/10/2022	106%
200m Livres	Tempo Final	2.	3:22.45	118	3:19.28	22/10/2022	97%
400m Livres	Tempo Final	1.	6:37.55	152	NT		-
200m Costas	Tempo Final	1.	3:46.80	101	NT		-
50m Bruços	Tempo Final	3.	56.18	87	56.46	22/10/2022	101%
100m Bruços	Tempo Final	3.	2:00.25	97	2:00.12	22/10/2022	100%
50m Mariposa	Tempo Final	RJC		-	44.52	23/10/2022	-
Tiago Alexandre Carvalho, 13/01/2012							
50m Livres	Tempo Final	2.	39.72	130	42.15		113%
100m Livres	Tempo Final	3.	1:30.86	120	1:37.35	23/10/2022	115%
200m Livres	Tempo Final	3.	3:22.92	117	3:29.72	22/10/2022	107%
400m Livres	Tempo Final	2.	7:12.60	118	NT		-
50m Costas	Tempo Final	2.	46.10	111	47.93	22/10/2022	108%
100m Costas	Tempo Final	1.	1:40.72	110	1:40.39	22/10/2022	99%
50m Mariposa	Tempo Final	RJC		-	1:03.31	19/02/2022	-
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:52.98	75	NT		-
100m Estilos	Tempo Final	1.	1:47.16	97	NT		-
Wagner Ngunza Martins, 04/12/2010							
100m Livres	Tempo Final	13.	2:03.48	47	NT		-
200m Livres	Tempo Final	12.	4:52.64	39	5:09.55	22/10/2022	112%
50m Costas	Tempo Final	7.	1:09.20	33	1:15.98	22/10/2022	121%
50m Bruços	Tempo Final	9.	1:00.21	71	1:06.48	22/10/2022	122%
100m Bruços	Tempo Final	11.	2:16.23	66	2:21.61	22/10/2022	108%
200m Bruços	Tempo Final	DNF	4:47.31	-	5:07.50	23/10/2022	-
William Elizandro Nguvo, 07/01/2010							
50m Livres	Tempo Final	1.	31.95	251	36.34	18/12/2021	129%
100m Livres	Tempo Final	3.	1:15.54	209	1:26.84	19/02/2022	132%
200m Livres	Tempo Final	4.	3:04.59	156	3:32.69	19/12/2021	133%
100m Costas	Tempo Final	1.	1:30.23	153	1:40.29	19/02/2022	124%
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:30.84	225	1:38.14	19/03/2022	117%
50m Mariposa	Tempo Final	1.	36.64	209	36.80	20/03/2022	101%
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:22.86	191	1:26.12	19/03/2022	108%
100m Estilos	Tempo Final	1.	1:26.34	185	1:33.82	18/12/2021	118%



Campeonato Nacional por Categorias I - SC - 2022-2023
Luanda, 12 - 13/11/2022

Clube Naval de Luanda								5
Benvindo Isaac Kinkela, 20/01/2011								2
50m Livres	Tempo Final	11.	48.63	71	NT		-	
100m Livres	Tempo Final	14.	2:15.10	36	1:52.02	23/10/2022	69%	
50m Costas	Tempo Final	9.	1:11.29	30	NT		-	
50m Bruços	Tempo Final	7.	55.18	92	1:01.74	22/10/2022	125%	
100m Bruços	Tempo Final	9.	2:11.57	74	2:12.79	22/10/2022	102%	
200m Bruços	Tempo Final	4.	4:54.72	67	NT		-	
Emanuel Massanga Miguel, 27/02/2010								2
400m Livres	Tempo Final	4.	8:21.72	75	8:19.82	22/10/2022	99%	
800m Livres	Tempo Final	4.	17:16.56	78	17:12.51	23/10/2022	99%	
100m Costas	Tempo Final	10.	2:14.57	46	NT		-	
50m Bruços	Tempo Final	3.	51.27	115	54.31	20/03/2022	112%	
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:59.31	99	1:58.94	19/02/2022	99%	
200m Bruços	Tempo Final	2.	4:10.30	110	4:12.86	23/10/2022	102%	
400m Estilos	Tempo Final	4.	9:36.98	67	NT		-	
Jose Micolo Rosa, 23/03/2010								-
50m Livres	Tempo Final	12.	49.41	67	NT		-	
100m Livres	Tempo Final	11.	1:49.87	67	NT		-	
Veronica Ngunga, 23/04/2011								1
50m Livres	Tempo Final	8.	57.43	63	1:02.22		117%	
Victor Domingos, 11/12/2010								-
50m Livres	Tempo Final	13.	51.72	59	NT		-	
100m Livres	Tempo Final	12.	1:52.68	63	NT		-	



Campeonato Nacional por Categorias I - SC - 2022-2023
Luanda, 12 - 13/11/2022

Clube Náutico da Ilha de Luanda							75
Carolina Rocha Guimaraes, 30/08/2012							4
50m Livres	Tempo Final	2.	43.91	142	44.53	23/10/2022	103%
100m Livres	Tempo Final	2.	1:39.70	128	NT		-
50m Costas	Tempo Final	2.	56.24	90	NT		-
200m Costas	Tempo Final	1.	4:06.23	112	NT		-
50m Bruços	Tempo Final	2.	55.51	136	59.26	22/10/2022	114%
100m Bruços	Tempo Final	2.	2:00.75	137	2:05.18	22/10/2022	107%
200m Bruços	Tempo Final	2.	4:09.94	156	4:16.70	23/10/2022	105%
Chelsea Idalina Vunge, 29/11/2010							6
50m Livres	Tempo Final	1.	33.07	333	33.94	23/10/2022	105%
100m Livres	Tempo Final	2.	1:14.10	311	1:18.49	23/10/2022	112%
200m Livres	Tempo Final	1.	2:48.98	278	2:56.12	22/10/2022	109%
50m Costas	Tempo Final	4.	41.55	224	43.36	22/10/2022	109%
200m Costas	Tempo Final	2.	3:17.30	219	NT		-
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:47.90	193	1:50.23	22/10/2022	104%
200m Bruços	Tempo Final	5.	3:41.60	223	3:56.16	23/10/2022	114%
400m Estilos	Tempo Final	4.	7:01.25	232	NT		-
Davi Lucas Dode, 16/06/2010							6
50m Livres	Tempo Final	4.	35.69	180	37.48	23/10/2022	110%
100m Livres	Tempo Final	5.	1:22.76	159	1:26.33	19/02/2022	109%
200m Livres	Tempo Final	6.	3:06.50	151	3:58.97	25/01/2020	164%
50m Bruços	Tempo Final	2.	47.49	145	59.78	07/12/2019	158%
50m Mariposa	Tempo Final	2.	38.25	183	39.02	23/10/2022	104%
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:31.76	141	1:31.42	23/10/2022	99%
200m Mariposa	Tempo Final	RJC	-	-	NT		-
100m Estilos	Tempo Final	3.	1:32.19	152	1:51.26	25/01/2020	146%
400m Estilos	Tempo Final	3.	7:18.36	153	NT		-
Isis Gabriela Palha, 29/09/2011							5
50m Livres	Tempo Final	4.	34.85	284	36.04	23/10/2022	107%
100m Livres	Tempo Final	4.	1:22.15	228	NT		-
200m Livres	Tempo Final	5.	3:05.01	211	3:04.95	22/10/2022	100%
50m Bruços	Tempo Final	3.	46.49	231	48.62	22/10/2022	109%
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:45.29	207	1:48.41	22/10/2022	106%
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:37.90	235	3:56.25	23/10/2022	118%
100m Estilos	Tempo Final	8.	1:36.23	202	2:04.23	25/01/2020	167%
200m Estilos	Tempo Final	4.	3:32.66	188	NT		-
Jorge Rafael Augusto, 30/07/2010							7
100m Livres	Tempo Final	7.	1:27.71	133	1:56.51	10/11/2019	176%
100m Costas	Tempo Final	5.	1:46.92	92	1:44.12	22/10/2022	95%
50m Bruços	Tempo Final	8.	58.03	79	1:00.58	29/02/2020	109%
100m Bruços	Tempo Final	6.	2:01.35	94	2:16.57	22/10/2022	127%
200m Bruços	Tempo Final	3.	4:31.36	86	4:55.93	23/10/2022	119%
100m Mariposa	Tempo Final	5.	2:04.24	56	2:04.94	19/02/2022	101%
100m Estilos	Tempo Final	8.	1:51.94	85	2:07.62	25/01/2020	130%
200m Estilos	Tempo Final	2.	3:55.15	101	3:58.90	23/10/2022	103%
Kyannu Micael Silvestre, 15/12/2010							6
50m Livres	Tempo Final	RJC	-	-	NT		-
400m Livres	Tempo Final	2.	6:23.45	169	6:23.82	22/10/2022	100%
800m Livres	Tempo Final	3.	13:03.03	181	13:19.66	23/10/2022	104%
1500m Livres	Tempo Final	RJC	-	-	NT		-
50m Costas	Tempo Final	2.	40.73	162	47.33	22/10/2022	135%
100m Costas	Tempo Final	3.	1:35.36	130	51.99		30%
200m Costas	Tempo Final	4.	3:31.49	124	3:32.35	22/10/2022	101%
50m Bruços	Tempo Final	4.	52.15	109	54.54	22/10/2022	109%
50m Mariposa	Tempo Final	3.	40.18	158	43.87	23/10/2022	119%
200m Mariposa	Tempo Final	RJC	-	-	NT		-
100m Estilos	Tempo Final	4.	1:34.99	139	NT		-
Maria Teresa Parimbelli, 23/12/2010							5
100m Livres	Tempo Final	1.	1:08.89	388	1:09.28	23/10/2022	101%
400m Livres	Tempo Final	1.	5:17.23	400	5:15.45	22/10/2022	99%
800m Livres	Tempo Final	RJC	-	-	11:50.39	18/12/2021	-
1500m Livres	Tempo Final	RJC	-	-	NT		-
50m Costas	Tempo Final	1.	37.02	318	34.05		85%
100m Costas	Tempo Final	1.	1:19.97	323	1:20.08	22/10/2022	100%
50m Mariposa	Tempo Final	2.	35.48	324	36.13	23/10/2022	104%
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:24.55	269	1:22.35	23/10/2022	95%
200m Mariposa	Tempo Final	RJC	-	-	NT		-
100m Estilos	Tempo Final	1.	1:20.45	346	1:41.05	25/01/2020	158%
400m Estilos	Tempo Final	1.	6:04.81	357	6:46.06	05/02/2022	124%
N'Lwemba Kyese Tati, 07/10/2010							6
50m Livres	Tempo Final	3.	34.61	197	33.68	23/10/2022	95%
100m Livres	Tempo Final	4.	1:16.73	199	1:23.35	23/10/2022	118%
200m Livres	Tempo Final	5.	3:04.60	155	3:09.07	22/10/2022	105%
50m Costas	Tempo Final	3.	44.20	127	45.53	18/12/2021	106%



Campeonato Nacional por Categorias I - SC - 2022-2023
Luanda, 12 - 13/11/2022

200m Costas	Tempo Final	3.	3:30.23	126	3:39.24	22/10/2022	109%
50m Bruços	Tempo Final	5.	54.39	96	52.27	22/10/2022	92%
50m Mariposa	Tempo Final	5.	45.20	111	47.35	23/10/2022	110%
100m Estilos	Tempo Final	6.	1:40.38	118	1:54.10	07/12/2019	129%
Naya Margarida Goncalves, 01/07/2011							
50m Costas	Tempo Final	7.	50.55	124	56.67	18/12/2021	126%
100m Costas	Tempo Final	6.	1:49.97	124	2:02.24	19/02/2022	124%
200m Costas	Tempo Final	3.	3:51.93	134	3:56.85	22/10/2022	104%
50m Bruços	Tempo Final	5.	59.60	110	57.48	22/10/2022	93%
200m Bruços	Tempo Final	6.	4:17.10	143	4:27.06	23/10/2022	108%
50m Mariposa	Tempo Final	6.	49.10	122	53.29	23/10/2022	118%
100m Estilos	Tempo Final	9.	1:42.72	166	2:32.55	07/12/2019	221%
200m Estilos	Tempo Final	6.	3:53.50	142	3:59.38	23/10/2022	105%
Pedro Leonel Almeida, 10/08/2011							
50m Livres	Tempo Final	7.	38.95	138	41.00	23/10/2022	111%
100m Livres	Tempo Final	8.	1:29.21	126	1:41.22	23/10/2022	129%
200m Livres	Tempo Final	8.	3:31.36	103	3:29.21	22/10/2022	98%
100m Costas	Tempo Final	6.	1:52.58	79	NT	-	-
100m Bruços	Tempo Final	8.	2:11.28	74	2:06.32	22/10/2022	93%
100m Mariposa	Tempo Final	4.	1:59.52	63	NT	-	-
100m Estilos	Tempo Final	7.	1:46.60	98	NT	-	-
Rayane Constanca Nascimento, 18/12/2012							
50m Livres	Tempo Final	3.	46.36	120	47.29	23/10/2022	104%
50m Costas	Tempo Final	4.	59.67	75	1:01.72	22/10/2022	107%
100m Costas	Tempo Final	2.	2:07.06	80	2:11.38	22/10/2022	107%
200m Costas	Tempo Final	2.	4:30.70	84	NT	-	-
50m Bruços	Tempo Final	3.	1:08.40	72	1:04.38	22/10/2022	89%
100m Bruços	Tempo Final	3.	2:29.95	71	2:21.14	22/10/2022	89%
200m Bruços	Tempo Final	4.	5:21.24	73	NT	-	-
50m Mariposa	Tempo Final	2.	55.03	86	NT	-	-
Roberto Espírito Teixeira, 26/04/2014							
50m Livres	Tempo Final	2.	43.04	102	47.22	23/10/2022	120%
100m Livres	Tempo Final	2.	1:40.73	88	1:46.95	23/10/2022	113%
50m Costas	Tempo Final	2.	50.50	85	53.10	22/10/2022	111%
100m Costas	Tempo Final	2.	1:47.82	90	NT	-	-
50m Bruços	Tempo Final	2.	59.43	73	NT	-	-
100m Estilos	Tempo Final	1.	1:54.56	79	NT	-	-
Santiago Rocha Guimaraes, 27/07/2010							
200m Livres	Tempo Final	1.	2:18.98	365	2:28.08	22/10/2022	114%
400m Livres	Tempo Final	1.	5:02.90	344	5:18.89	22/10/2022	111%
800m Livres	Tempo Final	1.	10:30.79	347	11:10.92	23/10/2022	113%
1500m Livres	Tempo Final	RJC	-	-	NT	-	-
50m Bruços	Tempo Final	1.	38.27	277	NT	-	-
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:24.95	275	1:29.72	22/10/2022	112%
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:06.18	268	3:11.98	23/10/2022	106%
100m Mariposa	Tempo Final	RJC	-	-	1:16.58	23/10/2022	-
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:44.43	296	2:51.93	23/10/2022	109%
400m Estilos	Tempo Final	1.	5:48.14	306	NT	-	-
Wendy Lukenya Morais, 01/11/2012							
200m Livres	Tempo Final	2.	3:02.49	220	2:57.79	22/10/2022	95%
400m Livres	Tempo Final	1.	6:20.75	231	NT	-	-
50m Bruços	Tempo Final	1.	45.40	248	56.03	19/12/2021	152%
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:51.14	176	1:48.07	22/10/2022	95%
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:58.72	179	4:01.78	23/10/2022	103%
50m Mariposa	Tempo Final	1.	35.41	326	36.29	23/10/2022	105%
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:24.98	265	1:33.16	23/10/2022	120%
100m Estilos	Tempo Final	2.	1:30.40	244	1:41.12	18/12/2021	125%
Wezza Lukenya Morais, 01/11/2012							
50m Livres	Tempo Final	1.	32.74	343	32.64	23/10/2022	99%
100m Livres	Tempo Final	1.	1:16.58	282	1:17.39	23/10/2022	102%
200m Livres	Tempo Final	1.	2:49.47	275	3:12.02	05/02/2022	128%
50m Costas	Tempo Final	1.	40.21	248	41.04	22/10/2022	104%
100m Costas	Tempo Final	1.	1:44.34	145	1:36.87	22/10/2022	86%
200m Bruços	Tempo Final	3.	4:15.58	145	4:24.12	23/10/2022	107%
100m Estilos	Tempo Final	1.	1:27.89	265	NT	-	-
200m Estilos	Tempo Final	1.	3:25.19	209	3:22.03	23/10/2022	97%



Campeonato Nacional por Categorias I - SC - 2022-2023
Luanda, 12 - 13/11/2022

Individual

Amy Hargreaves, 01/04/2011

2

2

50m Livres	Tempo Final	6.	39.71	192	38.17	23/10/2022	92%
100m Livres	Tempo Final	8.	1:28.85	180	1:27.93	23/10/2022	98%
200m Livres	Tempo Final	7.	3:27.87	149	NT		-
400m Livres	Tempo Final	4.	7:06.83	164	7:16.30	22/10/2022	104%
50m Costas	Tempo Final	6.	44.85	178	NT		-
50m Bruços	Tempo Final	4.	55.12	139	56.52	22/10/2022	105%
50m Mariposa	Tempo Final	7.	52.31	101	NT		-
100m Estilos	Tempo Final	10.	1:43.62	162	NT		-



Campeonato Nacional por Categorias I - SC - 2022-2023
Luanda, 12 - 13/11/2022

Individual

Joana Martins Lima, 03/07/2010

100m Livres	Tempo Final	3.	1:21.34	235	1:19.13	23/10/2022	95%
200m Livres	Tempo Final	3.	2:55.70	247	2:56.50	22/10/2022	101%
400m Livres	Tempo Final	2.	6:17.80	237	6:10.94	01/09/2022	96%
50m Costas	Tempo Final	3.	40.18	248	43.36	22/10/2022	116%
100m Costas	Tempo Final	4.	1:28.96	234	1:30.19	22/10/2022	103%
50m Mariposa	Tempo Final	4.	41.70	199	40.85	23/10/2022	96%
100m Estilos	Tempo Final	7.	1:35.33	208	1:54.20	25/01/2020	144%
200m Estilos	Tempo Final	3.	3:17.24	235	3:16.35	23/10/2022	99%

Mariana Martins Lima, 03/07/2010

100m Livres	Tempo Final	5.	1:22.23	228	1:23.02	23/10/2022	102%
200m Livres	Tempo Final	2.	2:55.13	249	2:56.68	22/10/2022	102%
100m Costas	Tempo Final	2.	1:27.71	245	1:26.72	01/09/2022	98%
200m Costas	Tempo Final	1.	3:04.54	267	3:03.31	01/09/2022	99%
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:45.26	207	1:55.93	01/09/2022	121%
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:34.33	247	NT		-
100m Estilos	Tempo Final	5.	1:33.27	222	1:50.39	09/11/2019	140%
200m Estilos	Tempo Final	2.	3:16.96	236	3:17.01	01/09/2022	100%

9

4

5



Campeonato Nacional por Categorias I - SC - 2022-2023
Luanda, 12 - 13/11/2022

								10
Onda Sport Clube								
Arsenio Antonio Manuel, 27/06/2010								4
50m Livres	Tempo Final	6.	38.55	143	38.22	23/10/2022	98%	
100m Livres	Tempo Final	6.	1:27.37	135	1:26.48	23/10/2022	98%	
200m Livres	Tempo Final	7.	3:14.22	133	NT		-	
400m Livres	Tempo Final	3.	6:37.74	151	6:37.56	22/10/2022	100%	
50m Costas	Tempo Final	4.	48.80	94	51.03	22/10/2022	109%	
100m Costas	Tempo Final	4.	1:41.19	108	1:44.91	22/10/2022	107%	
200m Costas	Tempo Final	2.	3:27.13	132	3:40.81	22/10/2022	114%	
100m Estilos	Tempo Final	5.	1:40.33	118	2:25.80	18/12/2021	211%	
Emma Guibert, 15/12/2014								-
50m Livres	Tempo Final	DNF		-	NT		-	
Nataniela Abreu, 16/01/2011								-
50m Livres	Tempo Final	7.	55.77	69	NT		-	
100m Livres	Tempo Final	10.	2:08.56	59	NT		-	
50m Bruços	Tempo Final	7.	1:06.82	78	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	7.	2:25.96	77	NT		-	
Nguenza Janota, 25/12/2016								-
50m Livres	Tempo Final	1.	1:00.28	55	NT		-	
50m Costas	Tempo Final	1.	1:06.85	54	NT		-	
Virgilia Silvana Pongolola, 10/03/2011								6
50m Livres	Tempo Final	5.	39.61	193	40.97	23/10/2022	107%	
100m Livres	Tempo Final	9.	1:32.71	159	1:36.08	23/10/2022	107%	
50m Costas	Tempo Final	8.	54.86	97	53.51	22/10/2022	95%	
100m Costas	Tempo Final	7.	1:55.87	106	2:05.80	22/10/2022	118%	
200m Costas	Tempo Final	4.	4:05.33	113	NT		-	
50m Bruços	Tempo Final	6.	1:00.43	105	1:05.02	20/03/2022	116%	
100m Bruços	Tempo Final	6.	2:09.16	112	2:13.59	22/10/2022	107%	
50m Mariposa	Tempo Final	8.	52.73	98	54.58	19/02/2022	107%	