



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)  
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 36 Femin., 400m Estilos Juvenil  
19/11/2023 - 15:35 Resultados

Recorde Distrital ANDS Open	5:01.38	Ariana Espirito Louro	SFGP	Abrantes	15/05/2021
Recorde Distrital ANDS Juv A	5:12.61	Cátia Iordan Agostinho	CNRN	Guarda	02/12/2016
Recorde Distrital ANDS Juv B	5:16.20	Catia Iordan Agostinho	CNRM	Abrantes	22/11/2015

Juv B: 7:00.00; Juv A: 6:45.00

Pontos: FINA 2023

Lugar	Nome	Ano	Clube	Tempo Final	TReac	Pts
1.	Leonor Sombreiro Martins	10	BUZIOS - Coruche	<b>5:38.22</b>		448
	50m: 37.28 150m: 2:03.15		250m: 3:33.32 350m: 5:01.34			
	100m: 1:20.85 200m: 2:45.12		300m: 4:23.37 400m: 5:38.22			
2.	Maria Leonor Lopes	10	Torres Novas	<b>5:50.38</b>		403
	50m: 37.96 150m: 2:09.72		250m: 3:46.24 350m: 5:14.03			
	100m: 1:21.70 200m: 2:55.32		300m: 4:35.67 400m: 5:50.38			

Prova 36 Femin., 400m Estilos Junior  
19/11/2023 - 15:35 Resultados

Recorde Distrital ANDS Open	5:01.38	Ariana Espirito Louro	SFGP	Abrantes	15/05/2021
Recorde Distrital ANDS Jun16	5:01.38	Ariana Espirito Louro	SFGP	Abrantes	15/05/2021

Jun/Sen: 6:35.00

Pontos: FINA 2023

Lugar	Nome	Ano	Clube	Tempo Final	TReac	Pts
1.	Mariana Mauricio Coelho	07	BUZIOS - Coruche	<b>6:10.52</b>		341
	50m: 40.10 150m: 2:15.44		250m: 3:56.51 350m: 5:32.83			
	100m: 1:30.38 200m: 2:59.34		300m: 4:52.87 400m: 6:10.52			
2.	Carolina Santos Carrilho	08	CLAC-Entroncamento	<b>6:20.34</b>		315
	50m: 41.84 150m: 2:21.13		250m: 4:03.98 350m: 5:39.89			
	100m: 1:31.46 200m: 3:11.51		300m: 4:57.62 400m: 6:20.34			

Prova 36 Femin., 400m Estilos Senior  
19/11/2023 - 15:35 Resultados

Recorde Distrital ANDS Open	5:01.38	Ariana Espirito Louro	SFGP	Abrantes	15/05/2021
Recorde Distrital ANDS Sen	5:06.03	Carolina Silverio Carpinteiro	CNTEJO	Santarém	08/03/2020

Jun/Sen: 6:35.00

Pontos: FINA 2023

Lugar	Nome	Ano	Clube	Tempo Final	TReac	Pts
1.	Margarida Miguel Mendes	06	Viver Santarem	<b>5:48.78</b>		409
	50m: 34.46 150m: 2:00.51		250m: 3:35.91 350m: 5:09.46			
	100m: 1:14.47 200m: 2:43.98		300m: 4:28.04 400m: 5:48.78			

Prova 36 Femin., 400m Estilos Juvenil B  
19/11/2023 - 15:35 Resultados

Recorde Distrital ANDS Open	5:01.38	Ariana Espirito Louro	SFGP	Abrantes	15/05/2021
Recorde Distrital ANDS Juv B	5:16.20	Catia Iordan Agostinho	CNRM	Abrantes	22/11/2015

: 7:00.00

Pontos: FINA 2023

Lugar	Nome	Ano	Clube	Tempo Final	TReac	Pts
1.	Leonor Sombreiro Martins	10	BUZIOS - Coruche	<b>5:38.22</b>		448
	50m: 37.28 150m: 2:03.15		250m: 3:33.32 350m: 5:01.34			
	100m: 1:20.85 200m: 2:45.12		300m: 4:23.37 400m: 5:38.22			
2.	Maria Leonor Lopes	10	Torres Novas	<b>5:50.38</b>		403
	50m: 37.96 150m: 2:09.72		250m: 3:46.24 350m: 5:14.03			
	100m: 1:21.70 200m: 2:55.32		300m: 4:35.67 400m: 5:50.38			