

Torneio Regional de Velocidade e Preparação  
Odemira, 13/1/2024

Prova 4 200m Costas 12 - 16 anos  
13/01/2024 - 10:20 Resultados

|              |         |                          |         |                            |            |
|--------------|---------|--------------------------|---------|----------------------------|------------|
| Rec Reg Open | 2:07.50 | Tiago Pastor ESCADA      | AMINATA | Abrantes                   | 27/11/2016 |
| Rec Reg 16   | 2:09.36 | Ivo Andre MARGARIDO      | VGAC    | Abrantes                   | 01/02/2004 |
| Rec Reg 15   | 2:16.99 | Miguel Maria ROSADO      | AMINATA | Badajoz (ESP)              | 12/06/2010 |
| Rec Reg 14   | 2:19.29 | Andre Alves BASCH        | AMINATA | Sines                      | 12/03/2011 |
| Rec Reg 13   | 2:26.03 | Tiago Pastor ESCADA      | AMINATA | Sto Antonio dos Cavaleiros | 17/03/2012 |
| Rec Reg Open | 2:23.08 | Nicoleta LASCU           | CNLA    | Felgueiras                 | 21/12/2018 |
| Rec Reg 16   | 2:24.48 | Nicoleta LASCU           | CNLA    | Leiria                     | 03/12/2017 |
| Rec Reg 15   | 2:25.58 | Ana Filipa COSTA         | CDAV    | Sines                      | 18/05/2013 |
| Rec Reg 14   | 2:30.77 | Nicoleta LASCU           | CNLA    | Setubal                    | 06/12/2015 |
| Rec Reg 13   | 2:36.33 | Ana Filipa COSTA         | CDAV    | Sines                      | 13/03/2011 |
| Rec Reg 12   | 2:43.99 | Margarida Martins COELHO | ACRZA   | Sines                      | 09/04/2017 |

Pontos: FINA 2023

Lugar Idade Tempo final Pts 50m 100m 150m 200m

12 - 13 anos, Femin.

|     |                            |                             |                |     |       |         |         |         |
|-----|----------------------------|-----------------------------|----------------|-----|-------|---------|---------|---------|
| 1.  | Maria Goncalves OLIVEIR/13 | Ndco                        | <b>2:47.64</b> | 357 | 39.99 | 41.54   | 43.24   | 42.87   |
| 2.  | Ines Diogo MESTRE          | 13 Aljustrelense            | <b>2:55.93</b> | 309 | 40.30 | 44.34   | 46.35   | 44.94   |
| 3.  | Maria Ines LUIS            | 13 Aljustrelense            | <b>3:01.33</b> | 282 | 41.77 | 46.75   | 46.52   | 46.29   |
| 4.  | Maria Brito PALMA          | 12 Zona Azul                | <b>3:10.17</b> | 244 | 46.76 | 48.78   | 48.64   | 45.99   |
| 5.  | Constanca Alves MATOS      | 13 Litoral Alentejano       | <b>3:15.68</b> | 224 | 45.17 | 48.90   | 49.81   | 51.80   |
| 6.  | Teresa Ribeiro ROCHA       | 13 Aminata                  | <b>3:18.35</b> | 215 | 45.73 | 52.14   | 52.56   | 47.92   |
| 7.  | Alice Raquel DIAS          | 13 Grupo Desportivo Mora    | <b>3:18.60</b> | 214 | 48.79 | 50.59   | 51.62   | 47.60   |
| 8.  | Lara Sofia GONCALVES       | 12 Litoral Alentejano       | <b>3:24.49</b> | 196 | 45.64 | 53.95   | 53.82   | 51.08   |
| 9.  | M. BARRADAS                | 13 Zona Azul                | <b>3:25.24</b> | 194 | 48.91 | 51.90   | 53.48   | 50.95   |
| 10. | Carolina Freire PEREIRA    | 13 Litoral Alentejano       | <b>3:29.73</b> | 182 | 45.77 | 54.95   | 56.58   | 52.43   |
| 11. | Margarida Maria BEATO      | 13 GSC Grândola Sports Club | <b>3:30.84</b> | 179 | 47.17 | 54.18   | 55.73   | 53.76   |
| 12. | Carolina Paixao CENICO     | 12 Acmn                     | <b>3:31.99</b> | 176 | 54.03 | 56.57   |         |         |
| 13. | Sofia MEDEIRO HORTA        | 12 Zona Azul                | <b>3:32.18</b> | 176 | 49.81 | 53.75   | 55.97   | 52.65   |
| 14. | Ines Borges COSTA          | 12 Ndco                     | <b>3:33.67</b> | 172 | 52.89 | 55.07   | 56.10   | 49.61   |
| 15. | Sophia Maria PESTANA       | 12 Zona Azul                | <b>3:35.38</b> | 168 | 48.97 | 55.15   | 57.58   | 53.68   |
| 16. | Melanie Munha INACIO       | 13 Litoral Alentejano       | <b>3:37.92</b> | 162 | 50.49 | 54.89   | 56.61   | 55.93   |
| 17. | Daniela Varela SILVA       | 12 Acmn                     | <b>3:38.15</b> | 162 | 51.52 | 55.84   | 57.28   | 53.51   |
| 18. | Mafalda Jesus CALHAU       | 13 Grupo Desportivo Mora    | <b>3:41.07</b> | 155 | 50.15 | 57.09   | 57.21   | 56.62   |
| 19. | Laura Gomes MESTRE         | 12 Aljustrelense            | <b>3:45.21</b> | 147 | 50.40 | 57.63   |         |         |
| 20. | M. MARQUES                 | 13 Acmn                     | <b>3:47.89</b> | 142 | 53.04 | 58.54   | 59.50   | 56.81   |
| 21. | Ariana Nunes BATISTA       | 12 GSC Grândola Sports Club | <b>3:48.90</b> | 140 | 55.54 | 58.87   |         |         |
| 22. | Ines Oliveira GOMES        | 12 Ndco                     | <b>3:52.69</b> | 133 | 54.97 | 58.45   | 58.83   | 1:00.44 |
| 23. | Maria Beatrice BRANDÃO     | 13 Zona Azul                | <b>3:53.09</b> | 132 | 53.44 | 1:00.19 |         |         |
| 24. | Maria Leonor FEIJAO        | 12 Grupo Desportivo Mora    | <b>3:58.61</b> | 123 | 54.87 | 1:01.07 | 1:01.12 | 1:01.55 |
| 25. | Carlota Pola TELES         | 13 Aminata                  | <b>4:00.58</b> | 120 | 53.65 | 1:01.20 |         |         |
| 26. | Catia Mendes FIDALGO       | 12 GSC Grândola Sports Club | <b>4:03.93</b> | 115 | 58.28 | 1:01.44 | 1:02.28 | 1:01.93 |

DSQ C. GUIMARAES 12 GSC Grândola Sports Club

102 - Não completou a prova - SW 10.2

DSQ M. MACHADO 12 Ndco

611 - Perdeu posição dorsal antes da viragem aos 100 metros SW 6.2

DSQ Beatriz Silva MORAIS 12 Ndco

611 - Perdeu posição dorsal antes da viragem aos 50 metros SW 6.2

DSQ L. REBOCHO 12 Zona Azul

615 - Não efectuou movimento contínuo e imediato na viragem aos 100 - SW 6.4

DSQ Filipa Serrao ROSARIO 12 Litoral Alentejano

607 - Mais de uma braçada, na posição ventral, antes da viragem aos 25 m - SW 6.4

13 - 14 anos, Masc.

|    |                        |                  |                |     |       |       |       |       |
|----|------------------------|------------------|----------------|-----|-------|-------|-------|-------|
| 1. | T. JANEIRINHO          | 14 Aminata       | <b>2:50.61</b> | 237 | 40.34 | 44.29 | 45.22 | 40.76 |
| 2. | D. CARAVELINHA         | 14 Aminata       | <b>2:52.16</b> | 230 | 41.86 | 44.61 | 43.83 | 41.86 |
| 3. | Eydan Ortega VAN MELLE | 14 Aljustrelense | <b>2:58.70</b> | 206 | 41.41 | 46.76 | 46.99 | 43.54 |
| 4. | G. CANDEIAS            | 13 Aminata       | <b>3:00.55</b> | 200 | 45.47 | 46.90 |       |       |
| 5. | F. MARQUES             | 14 Zona Azul     | <b>3:05.28</b> | 185 | 41.02 | 46.36 | 49.26 | 48.64 |
| 6. | Carlos Joao SOUSA      | 13 Aminata       | <b>3:15.03</b> | 158 | 46.83 | 50.46 | 50.13 | 47.61 |

Torneio Regional de Velocidade e Preparação  
Odemira, 13/1/2024

Prova 4, Masc., 200m Costas, 13 - 14 anos

| Lugar | Idade   |                              | Tempo final    | Pts | 50m   | 100m  | 150m  | 200m  |
|-------|---|------------------------------|----------------|-----|-------|-------|-------|-------|
| 7.    | Luis Carlos VAZ   | 14 Litoral Alentejano        | <b>3:18.93</b> | 149 | 47.93 | 52.04 | 51.27 | 47.69 |
| 8.    | João Freitas GARCIA   | 13 Zona Azul                 | <b>3:27.70</b> | 131 | 49.03 | 55.42 | 55.97 | 47.28 |
| 9.    | Dinis Andre PINA  | 13 Aminata                   | <b>3:34.25</b> | 119 | 52.62 | 56.62 | 54.86 | 50.15 |
| 10.   | D. LUDOVINO   | 13 Aminata                   | <b>3:43.15</b> | 106 | 52.66 | 58.41 | 57.31 | 54.77 |
| DSQ   | Edgar Van RAMOS   | 14 Aminata                   |                |     |       |       |       |       |
|       | <i>403 - Falsa partida - SW 4.4</i>   |                              |                |     |       |       |       |       |
| DSQ   | Afonso Matos ROMAO  | 13 GSC Grândola Sports Club  |                |     |       |       |       |       |
|       | <i>102 - Não completou a prova - SW 10.2</i>  |                              |                |     |       |       |       |       |
| DSQ   | Gustavo Cardoso SANTO   | 13 Ndco                      |                |     |       |       |       |       |
|       | <i>105 - Não tocou na parede na viragem aos 150 metros - SW 10.4</i>                      |                              |                |     |       |       |       |       |
| DSQ   | Gonçalo Vinhas VELHUC   | 13 Zona Azul                 |                |     |       |       |       |       |
|       | <i>607 - Mais de uma braçada, na posição ventral, antes da viragem aos 150 m - SW 6.4</i> |                              |                |     |       |       |       |       |
| DSQ   | Rui Pedro BONIFÁCIO   | 14 Acmn                      |                |     |       |       |       |       |
|       | <i>611 - Perdeu posição dorsal antes da viragem aos 150 metros SW 6.2</i>                 |                              |                |     |       |       |       |       |
| DSQ   | Vicente Martins GALOPE  | 13 Aljustrelense             |                |     |       |       |       |       |
|       | <i>615 - Não efectuou movimento continuo e imediato na viragem aos 75 - SW 6.4</i>        |                              |                |     |       |       |       |       |
| DSQ   | Tiago Barao GUERREIRO   | 13 Aljustrelense             |                |     |       |       |       |       |
|       | <i>105 - Não tocou na parede na viragem aos 100 metros - SW 10.4</i>                      |                              |                |     |       |       |       |       |
| DSQ   | Bernardo Jose LOUCAO  | 13 Litoral Alentejano        |                |     |       |       |       |       |
|       | <i>403 - Falsa partida - SW 4.4</i>   |                              |                |     |       |       |       |       |
| EXH   | Guilherme Serrano FROIS   | 16 Estremoz / Estremozcarnes | <b>3:22.23</b> | 142 | 47.61 | 51.64 | 53.30 | 49.68 |