



2º Benedita Swim Master
Benedita, 1/12/2024



Prova 31 Grupo A
01/12/2024 - 19:12 Resultados
Femin., 200m Bruços

Rec. Nac A 2:38.13 Catarina Costa, SEQUEIRA CNLX Caldas da Rainha 28/01/2023

Pontos: DSV Masters 04

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Carolina Lourenco, MATOS	98 Benedita	2:58.71	689	9,00
50m: 39.46 39.46	100m: 1:24.57 45.11	150m: 2:11.34 46.77	200m: 2:58.71 47.37	
2. Raquel Fernandes, SANTOS	98 Masters de Almada	3:17.89	507	6,00
50m: 45.21 45.21	100m: 1:35.34 50.13	150m: 2:26.64 51.30	200m: 3:17.89 51.25	

Prova 31 Grupo B
01/12/2024 - 19:12 Resultados
Femin., 200m Bruços

Rec. Nac B 2:46.84 Diana Duarte, GOMES CWP Torres Novas 05/02/2022

Pontos: DSV Masters 04

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Sara Francisco, CRUZ	93 Ba-Leiria	3:03.73	602	7,00
50m: 41.41 41.41	100m: 1:28.06 46.65	150m: 2:15.56 47.50	200m: 3:03.73 48.17	
2. Sara Filipa, PASCOAL	93 Alcobaca	3:56.12	283	2,00
50m: 53.75 53.75	100m: 1:56.19 1:02.44	150m: 2:59.19 1:03.00	200m: 3:56.12 56.93	

Prova 31 Grupo C
01/12/2024 - 19:12 Resultados
Femin., 200m Bruços

Rec. Nac C 2:53.31 Maria Sofia, MARTINS CFP Lousada 03/12/2023

Pontos: DSV Masters 04

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Sara Daniela, RODRIGUES	87 Galitos / Bresimar	3:27.52	461	5,00
50m: 47.74 47.74	100m: 1:40.13 52.39	150m: 2:33.35 53.22	200m: 3:27.52 54.17	

Prova 31 Grupo D
01/12/2024 - 19:12 Resultados
Femin., 200m Bruços

Rec. Nac D 2:53.36 Maria Sofia, MARTINS CFP Caldas da Rainha 27/01/2024

Pontos: DSV Masters 04

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Sara Filipa, CORTEZ	81 Masters de Almada	3:53.86	340	3,00
50m: 55.00 55.00	100m: 1:54.47 59.47	150m: 2:55.53 1:01.06	200m: 3:53.86 58.33	
2. Francisca Pinho, MONTEIRO	82 Sporting Clube de Aveiro	4:04.69	297	1,00
50m: 54.69 54.69	100m: 1:57.04 1:02.35	150m: 3:01.94 1:04.90	200m: 4:04.69 1:02.75	
DNS Joana Isabel, CUNHA	80 Galitos / Bresimar			-



2º Benedita Swim Master
Benedita, 1/12/2024



Prova 31, Femin., 200m Bruços

Prova 31	Femin., 200m Bruços				Grupo F
01/12/2024 - 19:12					Resultados
Rec. Nac F	3:10.13	Maria Helena, CARMO	SAD	Sines	28/01/2017
Pontos: DSV Masters 04					

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Manuela Ribeiro, PEREIRA	71 Ba-Leiria	4:32.67	280	-
50m: 1:03.57 1:03.57	100m: 2:09.17 1:05.60	150m: 3:22.96 1:13.79	200m: 4:32.67	1:09.71

Prova 31	Femin., 200m Bruços				Grupo G
01/12/2024 - 19:12					Resultados
Rec. Nac G	3:23.36	Maria Teresa, ANDRADE	FCP	Vila Franca de Xira	18/01/2020
Pontos: DSV Masters 04					

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Maria Manuela, SEQUEIRA	68 Gafanha da Encarnacao	3:36.94	670	4,00
50m: 49.72 49.72	100m: 1:49.94 1:00.22	150m: 2:41.62 51.68	200m: 3:36.94	55.32
2. Maria Clara, SOUSA	68 Masters de Almada	4:15.92	408	-
50m: 58.63 58.63	100m: 2:03.38 1:04.75	150m: 3:09.77 1:06.39	200m: 4:15.92	1:06.15

Prova 31	Femin., 200m Bruços				Grupo H
01/12/2024 - 19:12					Resultados
Rec. Nac H	3:36.25	Maria Teresa, ANDRADE	FCP	Caldas da Rainha	28/01/2023
Pontos: DSV Masters 04					

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Maria Teresa, CORREIA	61 Óbidos	4:23.76	356	-
50m: 58.71 58.71	100m: 2:05.55 1:06.84	150m: 3:14.66 1:09.11	200m: 4:23.76	1:09.10

Prova 31	Femin., 200m Bruços				19 anos e mais velhos
01/12/2024 - 19:12					Resultados
Rec. Nac A	2:38.13	Catarina Costa, SEQUEIRA	CNLX	Caldas da Rainha	28/01/2023
Rec. Nac B	2:46.84	Diana Duarte, GOMES	CWP	Torres Novas	05/02/2022
Rec. Nac C	2:53.31	Maria Sofia, MARTINS	CFP	Lousada	03/12/2023
Rec. Nac D	2:53.36	Maria Sofia, MARTINS	CFP	Caldas da Rainha	27/01/2024
Rec. Nac F	3:10.13	Maria Helena, CARMO	SAD	Sines	28/01/2017
Rec. Nac G	3:23.36	Maria Teresa, ANDRADE	FCP	Vila Franca de Xira	18/01/2020
Rec. Nac H	3:36.25	Maria Teresa, ANDRADE	FCP	Caldas da Rainha	28/01/2023
Pontos: DSV Masters 04					

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Carolina Lourenco, MATOS	98 Benedita	2:58.71	689	9,00
50m: 39.46 39.46	100m: 1:24.57 45.11	150m: 2:11.34 46.77	200m: 2:58.71	47.37
2. Sara Francisco, CRUZ	93 Ba-Leiria	3:03.73	602	7,00
50m: 41.41 41.41	100m: 1:28.06 46.65	150m: 2:15.56 47.50	200m: 3:03.73	48.17
3. Raquel Fernandes, SANTOS	98 Masters de Almada	3:17.89	507	6,00
50m: 45.21 45.21	100m: 1:35.34 50.13	150m: 2:26.64 51.30	200m: 3:17.89	51.25
4. Sara Daniela, RODRIGUES	87 Galitos / Bresimar	3:27.52	461	5,00
50m: 47.74 47.74	100m: 1:40.13 52.39	150m: 2:33.35 53.22	200m: 3:27.52	54.17
5. Maria Manuela, SEQUEIRA	68 Gafanha da Encarnacao	3:36.94	670	4,00
50m: 49.72 49.72	100m: 1:49.94 1:00.22	150m: 2:41.62 51.68	200m: 3:36.94	55.32
6. Sara Filipa, CORTEZ	81 Masters de Almada	3:53.86	340	3,00
50m: 55.00 55.00	100m: 1:54.47 59.47	150m: 2:55.53 1:01.06	200m: 3:53.86	58.33



2º Benedita Swim Master
Benedita, 1/12/2024



Prova 31, Femin., 200m Bruços, 19 anos e mais velhos

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
7. Sara Filipa, PASCOAL	93 Alcobaca	3:56.12	283	2,00
50m: 53.75 53.75	100m: 1:56.19 1:02.44	150m: 2:59.19 1:03.00	200m: 3:56.12 56.93	
8. Francisca Pinho, MONTEIRO	82 Sporting Clube de Aveiro	4:04.69	297	1,00
50m: 54.69 54.69	100m: 1:57.04 1:02.35	150m: 3:01.94 1:04.90	200m: 4:04.69 1:02.75	
9. Maria Clara, SOUSA	68 Masters de Almada	4:15.92	408	-
50m: 58.63 58.63	100m: 2:03.38 1:04.75	150m: 3:09.77 1:06.39	200m: 4:15.92 1:06.15	
10. Maria Teresa, CORREIA	61 Óbidos	4:23.76	356	-
50m: 58.71 58.71	100m: 2:05.55 1:06.84	150m: 3:14.66 1:09.11	200m: 4:23.76 1:09.10	
11. Manuela Ribeiro, PEREIRA	71 Ba-Leiria	4:32.67	280	-
50m: 1:03.57 1:03.57	100m: 2:09.17 1:05.60	150m: 3:22.96 1:13.79	200m: 4:32.67 1:09.71	
DNS Joana Isabel, CUNHA	80 Galitos / Bresimar			-