



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



Prova 8 Femin., 200m Costas Grupo B
01/12/2024 - 11:33 Resultados

Rec. Nac B 2:25.63 Vania Soares, NEVES VNC Torres Novas 06/02/2022

Pontos: DSV Masters 04

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Rita Ferreira, JORGE	93 Benedita	3:06.07	417	9,00
50m: 44.74 44.74	100m: 1:31.78 47.04	150m: 2:19.81 48.03	200m: 3:06.07 46.26	

Prova 8 Femin., 200m Costas Grupo C
01/12/2024 - 11:33 Resultados

Pontos: DSV Masters 04

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Laurelin Lucinda, MOLEN	87 CCDSerta	3:18.99	336	6,00
50m: 46.27 46.27	100m: 1:37.06 50.79	150m: 2:28.87 51.81	200m: 3:18.99 50.12	

Prova 8 Femin., 200m Costas Grupo D
01/12/2024 - 11:33 Resultados

Rec. Nac D 2:39.07 Ana Paula, GRILO INDALEN Penafiel 20/11/2010

Pontos: DSV Masters 04

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Ana Henriques, PATO	83 Masters de Almada	3:22.78	369	3,00
50m: 45.68 45.68	100m: 1:36.04 50.36	150m: 2:30.00 53.96	200m: 3:22.78 52.78	
2. Sara Filipa, CORTEZ	81 Masters de Almada	3:27.96	342	2,00
50m: 48.53 48.53	100m: 1:41.74 53.21	150m: 2:35.81 54.07	200m: 3:27.96 52.15	

Prova 8 Femin., 200m Costas Grupo E
01/12/2024 - 11:33 Resultados

Rec. Nac E 2:43.05 Gisela Barbosa, COUTINHO FCP Vila Franca de Xira 18/01/2020

Pontos: DSV Masters 04

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Yolanda, RIENDERHOFF	79 Sporting de Espinho	3:18.96	543	7,00
50m: 45.24 45.24	100m: 1:35.17 49.93	150m: 2:27.81 52.64	200m: 3:18.96 51.15	
2. Rita Barata, CORREIA	79 Masters de Almada	3:20.81	528	5,00
50m: 45.81 45.81	100m: 1:37.10 51.29	200m: 3:20.81 1:43.71		
3. Ana Maria, MARTINS	79 Sporting Clube de Aveiro	3:55.50	327	-
50m: 58.28 58.28	100m: 1:58.53 1:00.25	150m: 2:59.04 1:00.51	200m: 3:55.50 56.46	

Prova 8 Femin., 200m Costas Grupo F
01/12/2024 - 11:33 Resultados

Rec. Nac F 2:50.10 Isabel Baptista, FERREIRA ADRCIMM Vila Franca de Xira 18/01/2020

Pontos: DSV Masters 04

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Sandra Cristina, CORREIA	74 Porto	3:32.39	523	-
50m: 50.03 50.03	100m: 1:43.03 53.00	150m: 2:37.64 54.61	200m: 3:32.39 54.75	
2. Eliana Marta, CASTRO	70 Sporting Clube de Aveiro	4:24.88	269	-
50m: 1:02.91 1:02.91	100m: 2:11.73 1:08.82	150m: 3:20.31 1:08.58	200m: 4:24.88 1:04.57	



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



Prova 8, Femin., 200m Costas

Prova 8 Femin., 200m Costas
01/12/2024 - 11:33 Grupo G
Resultados

Pontos: DSV Masters 04

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Ana Paula, GONCALVES	65 Masters de Almada	3:21.72	778	4,00
50m: 48.04 48.04	100m: 1:39.97 51.93	150m: 2:32.19 52.22	200m: 3:21.72 49.53	

Prova 8 Femin., 200m Costas
01/12/2024 - 11:33 Grupo H
Resultados

Rec. Nac H 3:30.25 Rita Cabral, GUIMARAES CFP Caldas da Rainha 28/01/2024

Pontos: DSV Masters 04

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Michelle Annette, MOORE	60 Óbidos	3:31.81	712	1,00
50m: 48.00 48.00	100m: 1:39.75 51.75	150m: 2:35.53 55.78	200m: 3:31.81 56.28	

Prova 8 Femin., 200m Costas
01/12/2024 - 11:33 19 anos e mais velhos
Resultados

Rec. Nac B	2:25.63	Vania Soares, NEVES	VNC	Torres Novas	06/02/2022
Rec. Nac D	2:39.07	Ana Paula, GRILO	INDALEN	Penafiel	20/11/2010
Rec. Nac E	2:43.05	Gisela Barbosa, COUTINHO	FCP	Vila Franca de Xira	18/01/2020
Rec. Nac F	2:50.10	Isabel Baptista, FERREIRA	ADRCIMM	Vila Franca de Xira	18/01/2020
Rec. Nac H	3:30.25	Rita Cabral, GUIMARAES	CFP	Caldas da Rainha	28/01/2024

Pontos: DSV Masters 04

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Rita Ferreira, JORGE	93 Benedita	3:06.07	417	9,00
50m: 44.74 44.74	100m: 1:31.78 47.04	150m: 2:19.81 48.03	200m: 3:06.07 46.26	
2. Yolanda, RIENDERHOFF	79 Sporting de Espinho	3:18.96	543	7,00
50m: 45.24 45.24	100m: 1:35.17 49.93	150m: 2:27.81 52.64	200m: 3:18.96 51.15	
3. Laurelin Lucinda, MOLEN	87 CCDSerta	3:18.99	336	6,00
50m: 46.27 46.27	100m: 1:37.06 50.79	150m: 2:28.87 51.81	200m: 3:18.99 50.12	
4. Rita Barata, CORREIA	79 Masters de Almada	3:20.81	528	5,00
50m: 45.81 45.81	100m: 1:37.10 51.29	200m: 3:20.81 1:43.71		
5. Ana Paula, GONCALVES	65 Masters de Almada	3:21.72	778	4,00
50m: 48.04 48.04	100m: 1:39.97 51.93	150m: 2:32.19 52.22	200m: 3:21.72 49.53	
6. Ana Henriques, PATO	83 Masters de Almada	3:22.78	369	3,00
50m: 45.68 45.68	100m: 1:36.04 50.36	150m: 2:30.00 53.96	200m: 3:22.78 52.78	
7. Sara Filipa, CORTEZ	81 Masters de Almada	3:27.96	342	2,00
50m: 48.53 48.53	100m: 1:41.74 53.21	150m: 2:35.81 54.07	200m: 3:27.96 52.15	
8. Michelle Annette, MOORE	60 Óbidos	3:31.81	712	1,00
50m: 48.00 48.00	100m: 1:39.75 51.75	150m: 2:35.53 55.78	200m: 3:31.81 56.28	
9. Sandra Cristina, CORREIA	74 Porto	3:32.39	523	-
50m: 50.03 50.03	100m: 1:43.03 53.00	150m: 2:37.64 54.61	200m: 3:32.39 54.75	
10. Ana Maria, MARTINS	79 Sporting Clube de Aveiro	3:55.50	327	-
50m: 58.28 58.28	100m: 1:58.53 1:00.25	150m: 2:59.04 1:00.51	200m: 3:55.50 56.46	
11. Eliana Marta, CASTRO	70 Sporting Clube de Aveiro	4:24.88	269	-
50m: 1:02.91 1:02.91	100m: 2:11.73 1:08.82	150m: 3:20.31 1:08.58	200m: 4:24.88 1:04.57	