

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

Progressão de Atletas (Detalhes)

Todas as provas

Prova	Jornada	Lugar	Tempo total	Pts	Tp inscr.	Data inscr.	%	RP
Acr Zona Azul								22
Constança Severino RODRIGUES, 2010 (15 anos), Femin.								-
50m Costas	Tempo Final	22.	42.79	205	42.10	01/01/1800	97%	
50m Bruços	Tempo Final	7.	44.40	260	42.48	01/01/1800	92%	
50m Mariposa	Tempo Final	21.	38.72	249	37.25	01/01/1800	93%	
100m Estilos	Tempo Final	18.	1:27.87	265	1:27.75	01/01/1800	100%	
Guilherme Nunes BRAIZINHA, 2012 (13 anos), Masc.								1
200m Livres	Tempo Final	8.	3:14.54	133	3:29.52	23/11/2024	116%	
200m Bruços	Tempo Final	11.	4:02.28	121	NT	01/01/1800	-	
Joao Freitas GARCIA, 2011 (14 anos), Masc.								3
200m Costas	Tempo Final	5.	3:02.80	192	3:15.15	24/11/2024	114%	
200m Bruços	Tempo Final	6.	3:29.30	189	3:32.07	01/01/1800	103%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	3:07.07	201	3:21.99	01/01/1800	117%	
Leonor Neves MARINHEIRO, 2010 (15 anos), Femin.								-
50m Livres	Tempo Final	17.	34.42	295	32.67	23/11/2024	90%	
200m Livres	Tempo Final	EXH	2:41.76	317	2:40.11	23/11/2024	98%	
50m Costas	Tempo Final	16.	39.47	261	38.79	24/11/2024	97%	
50m Mariposa	Tempo Final	31.	44.42	165	42.05	01/01/1800	90%	
Luana Alexandra REBOCHO, 2012 (13 anos), Femin.								4
200m Livres	Tempo Final	11.	3:11.96	189	3:25.91	01/01/1800	115%	
200m Costas	Tempo Final	7.	3:12.44	236	3:21.77	24/11/2024	110%	
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:25.41	281	3:35.49	01/01/1800	110%	
200m Estilos	Tempo Final	8.	3:20.64	224	3:26.36	01/01/1800	106%	
Madalena Vidinha BARRADAS, 2011 (14 anos), Femin.								1
50m Livres	Tempo Final	20.	34.87	284	34.07	23/11/2024	95%	
50m Costas	Tempo Final	11.	38.86	274	44.12	23/11/2024	129%	
50m Bruços	Tempo Final	4.	40.85	334	40.50	24/11/2024	98%	
200m Bruços	Tempo Final	EXH	3:19.40	307	3:18.42	24/11/2024	99%	
Maria Beatrice BRANDAO, 2011 (14 anos), Femin.								3
50m Livres	Tempo Final	31.	37.42	230	37.78	23/11/2024	102%	
50m Costas	Tempo Final	19.	41.64	222	43.01	24/11/2024	107%	
50m Mariposa	Tempo Final	33.	46.11	147	38.89	01/01/1800	71%	
100m Estilos	Tempo Final	23.	1:35.97	204	1:46.59	01/01/1800	123%	
Maria Brito PALMA, 2012 (13 anos), Femin.								4
200m Livres	Tempo Final	2.	2:44.54	301	2:49.96	01/01/1800	107%	
200m Costas	Tempo Final	1.	2:58.28	296	2:59.11	01/01/1800	101%	
200m Bruços	Tempo Final	6.	3:36.44	240	3:49.68	01/01/1800	113%	
200m Estilos	Tempo Final	1.	3:02.97	295	3:06.09	01/01/1800	103%	
Sofia MEDEIRO HORTA, 2012 (13 anos), Femin.								3
400m Livres	Tempo Final	8.	6:13.34	237	6:24.84	23/11/2024	106%	
200m Costas	Tempo Final	4.	3:07.43	255	3:12.87	24/11/2024	106%	
200m Estilos	Tempo Final	7.	3:20.16	225	3:26.42	01/01/1800	106%	
Sophia Maria PESTANA, 2012 (13 anos), Femin.								3
200m Livres	Tempo Final	6.	2:54.61	252	2:57.45	01/01/1800	103%	
200m Costas	Tempo Final	6.	3:11.02	241	3:15.02	24/11/2024	104%	
200m Bruços	Tempo Final	10.	3:46.86	208	NT	01/01/1800	-	
200m Estilos	Tempo Final	5.	3:15.73	241	3:21.00	01/01/1800	105%	
Tomas OLIVEIRA SANTOS, 2012 (13 anos), Masc.								-
200m Livres	Tempo Final	7.	3:14.15	134	3:13.97	23/11/2024	100%	
200m Costas	Tempo Final	7.	3:15.93	156	NT	01/01/1800	-	
200m Bruços	Tempo Final	10.	4:01.34	123	NT	01/01/1800	-	

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

Aminata-Evora Clube de Natacao								18
Antonio Peixe BICAS, 2008 (17 anos), Masc.								-
50m Livres	Tempo Final	5.	26.61	434	25.60	29/11/2024	93%	
50m Costas	Tempo Final	2.	29.57	418	29.53	09/11/2024	100%	
50m Mariposa	Tempo Final	4.	28.59	440	27.93	08/11/2024	95%	
Catarina Isabel ALVES, 2006 (19 anos), Femin.								-
50m Bruços	Tempo Final	1.	37.16	444	35.89	01/01/1800	93%	
50m Mariposa	Tempo Final	3.	31.22	476	30.50	23/11/2024	95%	
100m Estilos	Tempo Final	2.	1:13.37	456	NT	01/01/1800	-	
Diogo Miguel CARAVELINHA, 2010 (15 anos), Masc.								1
50m Livres	Tempo Final	25.	30.37	292	29.55	23/11/2024	95%	
50m Bruços	Tempo Final	9.	37.86	286	37.31	24/11/2024	97%	
50m Mariposa	Tempo Final	22.	33.29	278	NT	01/01/1800	-	
400m Estilos	Tempo Final	EXH	5:44.52	316	6:56.69	01/01/1800	146%	
Edgar Van RAMOS, 2010 (15 anos), Masc.								2
400m Livres	Tempo Final	EXH	5:11.13	317	5:31.34	23/11/2024	113%	
50m Costas	Tempo Final	20.	35.30	245	37.66	27/10/2024	114%	
50m Bruços	Tempo Final	12.	42.24	206	40.59	24/11/2024	92%	
50m Mariposa	Tempo Final	30.	37.93	188	NT	01/01/1800	-	
Filipa Maria PEREIRA, 2006 (19 anos), Femin.								1
50m Livres	Tempo Final	1.	30.63	419	30.18	10/11/2024	97%	
50m Costas	Tempo Final	2.	33.61	424	33.94	09/11/2024	102%	
50m Mariposa	Tempo Final	4.	32.27	431	31.27	23/11/2024	94%	
Guilherme Martins CANDEIAS, 2011 (14 anos), Masc.								4
400m Livres	Tempo Final	1.	5:10.70	318	5:30.08	27/10/2024	113%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:07.50	263	3:32.53	01/01/1800	128%	
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:44.00	298	2:46.39	23/11/2024	103%	
400m Estilos	Tempo Final	1.	5:57.18	284	6:23.38		115%	
Guilherme Rosado GOMES, 2007 (18 anos), Masc.								2
50m Livres	Tempo Final	14.	27.55	391	27.78	01/01/1800	102%	
50m Costas	Tempo Final	18.	34.87	254	33.35	09/11/2024	91%	
50m Bruços	Tempo Final	6.	36.23	326	36.20	01/01/1800	100%	
50m Mariposa	Tempo Final	14.	30.61	358	30.95	01/01/1800	102%	
Leonor Correia NUNES, 2008 (17 anos), Femin.								-
50m Bruços	Tempo Final	2.	37.24	442	36.87	08/11/2024	98%	
50m Mariposa	Tempo Final	2.	31.13	480	30.60	23/11/2024	97%	
100m Estilos	Tempo Final	1.	1:12.66	470	NT	01/01/1800	-	
Marcelo SILVA, 2002 (23 anos), Masc.								1
50m Livres	Tempo Final	23.	29.79	309	29.26	23/11/2024	96%	
50m Bruços	Tempo Final	8.	37.35	298	37.63	24/11/2024	102%	
50m Mariposa	Tempo Final	21.	33.09	283	31.95	23/11/2024	93%	
Mariana Isabel BENTO, 2012 (13 anos), Femin.								2
400m Livres	Tempo Final	4.	5:57.22	271	NT	01/01/1800	-	
200m Costas	Tempo Final	3.	3:07.09	256	3:04.30	27/10/2024	97%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:20.66	301	3:24.55	27/10/2024	104%	
200m Estilos	Tempo Final	2.	3:04.07	290	3:05.16	12/01/2025	101%	
Mariana Rosado GOMES, 2010 (15 anos), Femin.								-
50m Livres	Tempo Final	2.	31.12	400	30.58	06/12/2024	97%	
50m Mariposa	Tempo Final	8.	34.16	363	33.33	27/10/2024	95%	
100m Estilos	Tempo Final	7.	1:19.31	361	1:19.11	01/01/1800	99%	
Nelson Manuel FLORINDO, 2012 (13 anos), Masc.								-
200m Costas	Tempo Final	WDR	-	-	3:53.22	27/10/2024	-	
Pedro Caeiro MARQUES, 2009 (16 anos), Masc.								2
50m Livres	Tempo Final	19.	28.85	341	28.45	23/11/2024	97%	
50m Mariposa	Tempo Final	17.	31.56	327	33.68	01/01/1800	114%	
100m Estilos	Tempo Final	7.	1:11.16	332	1:10.89	24/11/2024	99%	
400m Estilos	Tempo Final	EXH	5:28.82	364	5:35.46		104%	
Ricardo Paixao CANSADO, 2007 (18 anos), Masc.								-
100m Estilos	Tempo Final	WDR	-	-	1:11.29	24/11/2024	-	
Teresa Ribeiro ROCHA, 2011 (14 anos), Femin.								3
50m Livres	Tempo Final	15.	32.84	340	42.05	01/01/1800	164%	
50m Costas	Tempo Final	12.	38.99	271	39.80	24/11/2024	104%	
50m Mariposa	Tempo Final	14.	36.53	297	NT	01/01/1800	-	
200m Estilos	Tempo Final	EXH	3:00.66	306	3:05.41	23/11/2024	105%	
Tiago Delfim PEREIRA, 2007 (18 anos), Masc.								-
50m Livres	Tempo Final	3.	26.16	457	25.49	10/11/2024	95%	
50m Costas	Tempo Final	1.	28.12	486	27.05	13/12/2024	93%	
50m Mariposa	Tempo Final	2.	28.20	458	27.60	23/11/2024	96%	
Tiago Martins BARROSO, 2009 (16 anos), Masc.								-
50m Livres	Tempo Final	20.	29.10	332	28.60	23/11/2024	97%	
50m Costas	Tempo Final	11.	32.07	327	31.93	09/11/2024	99%	
50m Mariposa	Tempo Final	11.	29.84	387	29.83	23/11/2024	100%	
200m Estilos	Tempo Final	EXH	2:34.12	359	2:32.87	27/10/2024	98%	
Tiago Romaneiro JANEIRINHO, 2010 (15 anos), Masc.								-
50m Livres	Tempo Final	13.	27.54	392	27.42	24/11/2024	99%	
50m Costas	Tempo Final	15.	33.47	288	33.06	24/11/2024	98%	
100m Estilos	Tempo Final	9.	1:12.88	309	NT	01/01/1800	-	

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

Vasco Francisco PEREIRA, 2007 (18 anos), Masc.

50m Livres	Tempo Final	11.	27.34	400	27.03	27/10/2024	98%
50m Bruços	Tempo Final	2.	34.04	393	33.72	08/11/2024	98%
50m Mariposa	Tempo Final	6.	29.21	412	28.28	08/11/2024	94%

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

Assoc. Nadadores Salvad. Grandola - Seagull Rescue

Inês ROCHA, 2012 (13 anos), Femin.

400m Livres	Tempo Final	6.	6:09.18	245	NT	01/01/1800	-
200m Mariposa	Tempo Final	1.	3:25.05	198	NT	01/01/1800	-
400m Estilos	Tempo Final	4.	7:03.04	229	NT		-

Inês SILVÉRIO, 2011 (14 anos), Femin.

50m Bruços	Tempo Final	21.	50.67	175	NT	01/01/1800	-
50m Mariposa	Tempo Final	32.	44.57	163	NT	01/01/1800	-
100m Estilos	Tempo Final	24.	1:37.54	194	NT	01/01/1800	-

João DIAS, 2012 (13 anos), Masc.

200m Livres	Tempo Final	9.	3:18.84	124	NT	01/01/1800	-
200m Bruços	Tempo Final	13.	4:15.67	103	NT	01/01/1800	-
200m Estilos	Tempo Final	9.	3:49.95	108	NT	01/01/1800	-

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

Atletico Clube Montemor-o-Novo								22
Beatriz Coelho SANTOS, 2010 (15 anos), Femin.								1
50m Livres	Tempo Final	3.	31.15	398	31.88	23/11/2024	105%	
50m Costas	Tempo Final	9.	38.30	286	37.88	24/11/2024	98%	
50m Bruços	Tempo Final	9.	45.22	246	44.02	24/11/2024	95%	
Carolina Isaias RAIMUNDO, 2008 (17 anos), Femin.								-
50m Livres	Tempo Final	25.	35.65	266	NT	01/01/1800	-	
50m Costas	Tempo Final	18.	40.21	247	NT		-	
50m Bruços	Tempo Final	18.	49.60	187	NT	01/01/1800	-	
50m Mariposa	Tempo Final	26.	41.81	198	NT	01/01/1800	-	
Carolina Paixao CENICO, 2012 (13 anos), Femin.								3
200m Livres	Tempo Final	5.	2:54.47	252	3:08.97	01/01/1800	117%	
400m Livres	Tempo Final	5.	6:02.25	260	6:23.57	01/01/1800	112%	
400m Estilos	Tempo Final	3.	7:01.68	231	7:07.59		103%	
Catarina Esteves OLIVEIRA, 2010 (15 anos), Femin.								-
50m Livres	Tempo Final	30.	37.40	230	NT	01/01/1800	-	
50m Costas	Tempo Final	27.	44.75	179	NT		-	
50m Bruços	Tempo Final	17.	49.40	189	NT	01/01/1800	-	
Claudia Fale SILVA, 2008 (17 anos), Femin.								2
50m Livres	Tempo Final	19.	34.72	288	32.53	23/11/2024	88%	
50m Costas	Tempo Final	6.	37.12	314	37.53	24/11/2024	102%	
50m Mariposa	Tempo Final	22.	39.67	232	40.18	23/11/2024	103%	
100m Estilos	Tempo Final	14.	1:24.97	294	NT	01/01/1800	-	
Daniela Varela SILVA, 2012 (13 anos), Femin.								2
200m Livres	Tempo Final	10.	3:08.47	200	3:27.03	01/01/1800	121%	
200m Costas	Tempo Final	9.	3:16.39	222	3:38.15	01/01/1800	123%	
200m Estilos	Tempo Final	14.	3:37.01	177	3:31.70	23/11/2024	95%	
Madalena Isabel MARQUES, 2011 (14 anos), Femin.								1
50m Livres	Tempo Final	26.	35.95	259	NT	01/01/1800	-	
50m Costas	Tempo Final	20.	41.94	218	43.36	24/11/2024	107%	
50m Bruços	Tempo Final	16.	48.94	194	NT	01/01/1800	-	
50m Mariposa	Tempo Final	27.	41.92	196	NT	01/01/1800	-	
Maria Leonor CALCAO, 2013 (12 anos), Femin.								2
200m Livres	Tempo Final	15.	3:15.32	180	3:28.78	23/11/2024	114%	
200m Bruços	Tempo Final	19.	4:05.75	164	NT	01/01/1800	-	
200m Estilos	Tempo Final	17.	3:49.10	150	4:00.37	01/01/1800	110%	
Maria Leonor LADEIRAS, 2010 (15 anos), Femin.								4
50m Livres	Tempo Final	10.	32.12	363	33.55	23/11/2024	109%	
50m Costas	Tempo Final	17.	40.18	248	41.44	27/10/2024	106%	
50m Mariposa	Tempo Final	17.	37.54	273	38.53	23/11/2024	105%	
100m Estilos	Tempo Final	10.	1:23.40	311	1:26.59	24/11/2024	108%	
Maria Lua PISCO, 2007 (18 anos), Femin.								1
50m Livres	Tempo Final	9.	32.11	364	NT	01/01/1800	-	
50m Mariposa	Tempo Final	7.	34.10	365	NT	01/01/1800	-	
100m Estilos	Tempo Final	6.	1:17.95	381	1:20.68	24/11/2024	107%	
Marta Charneca VIEIRA, 2010 (15 anos), Femin.								-
50m Livres	Tempo Final	29.	37.32	231	NT	01/01/1800	-	
50m Costas	Tempo Final	33.	50.06	128	NT		-	
50m Bruços	Tempo Final	19.	49.95	183	NT	01/01/1800	-	
50m Mariposa	Tempo Final	36.	49.17	121	NT	01/01/1800	-	
Matilde Silveira BONIFÁCIO, 2013 (12 anos), Femin.								-
200m Livres	Tempo Final	24.	3:54.09	104	NT	01/01/1800	-	
200m Estilos	Tempo Final	23.	4:22.44	100	NT	01/01/1800	-	
Rodrigo Alexandre RAPOSO, 2010 (15 anos), Masc.								1
50m Livres	Tempo Final	29.	32.43	240	31.31	23/11/2024	93%	
50m Mariposa	Tempo Final	29.	36.31	214	40.62	01/01/1800	125%	
100m Estilos	Tempo Final	12.	1:23.99	201	NT	01/01/1800	-	
Rodrigo Miguel SILVA, 2010 (15 anos), Masc.								-
50m Livres	Tempo Final	16.	28.31	361	28.00	24/11/2024	98%	
50m Mariposa	Tempo Final	12.	30.32	369	30.10	23/11/2024	99%	
100m Estilos	Tempo Final	5.	1:10.91	335	1:10.13	24/11/2024	98%	
Roman Perez CRESPO, 2012 (13 anos), Masc.								1
200m Livres	Tempo Final	5.	2:55.57	181	2:59.20	23/11/2024	104%	
200m Costas	Tempo Final	8.	3:22.49	141	NT	01/01/1800	-	
200m Estilos	Tempo Final	8.	3:24.46	154	3:23.98	23/11/2024	100%	
Salvador Pinto FALCAO, 2009 (16 anos), Masc.								-
50m Livres	Tempo Final	26.	30.73	282	29.35	23/11/2024	91%	
50m Mariposa	Tempo Final	20.	32.98	286	NT	01/01/1800	-	
100m Estilos	Tempo Final	13.	1:24.03	201	1:22.46	24/11/2024	96%	
Santiago Pinto FALCAO, 2007 (18 anos), Masc.								-
50m Livres	Tempo Final	2.	26.10	460	25.68	23/11/2024	97%	
50m Costas	Tempo Final	8.	31.04	361	31.01	24/11/2024	100%	
50m Mariposa	Tempo Final	10.	29.74	391	29.34	23/11/2024	97%	
Sofia Moreira DIAS, 2010 (15 anos), Femin.								1
50m Livres	Tempo Final	13.	32.71	344	33.21	23/11/2024	103%	
50m Costas	Tempo Final	14.	39.38	263	NT		-	
50m Mariposa	Tempo Final	19.	38.22	259	NT	01/01/1800	-	

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

100m Estilos	Tempo Final	15.	1:25.66	287	NT	01/01/1800	-	
Teresa Filipe BANHA, 2012 (13 anos), Femin.								3
200m Livres	Tempo Final	7.	3:01.50	224	3:26.93	01/01/1800	130%	
400m Livres	Tempo Final	9.	6:22.50	221	6:25.35	23/11/2024	101%	
200m Bruços	Tempo Final	12.	3:47.87	205	3:55.65	01/01/1800	107%	

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

Centro Rep. Inst. Rec. Aljustrelense								12
Angelo Holovryak TERESA, 2004 (21 anos), Masc.								-
50m Costas	Tempo Final	4.	29.89	404	NT		-	
100m Estilos	Tempo Final	3.	1:06.82	401	NT	01/01/1800	-	
Bernardo Andre SANTOS, 2011 (14 anos), Masc.								1
200m Livres	Tempo Final	6.	3:01.83	163	3:07.27	23/11/2024	106%	
400m Livres	Tempo Final	5.	6:18.51	176	NT	01/01/1800	-	
Carolina Neves MESTRE, 2013 (12 anos), Femin.								-
400m Livres	Tempo Final	13.	6:57.37	170	NT	01/01/1800	-	
200m Bruços	Tempo Final	24.	4:24.10	132	NT	01/01/1800	-	
Catarina Moreira FERNANDES, 2009 (16 anos), Femin.								1
50m Costas	Tempo Final	1.	32.88	452	33.76	09/11/2024	105%	
50m Mariposa	Tempo Final	1.	31.09	482	30.57	23/11/2024	97%	
100m Estilos	Tempo Final	3.	1:14.02	444	NT	01/01/1800	-	
Eydan Sayil VAN MELLE, 2010 (15 anos), Masc.								-
50m Costas	Tempo Final	17.	34.50	263	34.28	24/11/2024	99%	
50m Bruços	Tempo Final	12.	42.24	206	NT	01/01/1800	-	
50m Mariposa	Tempo Final	24.	33.99	262	NT	01/01/1800	-	
Ines Diogo MESTRE, 2011 (14 anos), Femin.								2
50m Livres	Tempo Final	5.	31.22	396	31.59	24/11/2024	102%	
400m Livres	Tempo Final	EXH	5:10.44	413	5:33.22	01/01/1800	115%	
50m Mariposa	Tempo Final	6.	33.74	377	NT	01/01/1800	-	
Ines Sofia LOPES, 2010 (15 anos), Femin.								2
50m Livres	Tempo Final	12.	32.35	356	32.72	19/10/2024	102%	
50m Costas	Tempo Final	7.	37.30	310	NT	01/01/1800	-	
50m Mariposa	Tempo Final	12.	35.13	334	36.67	23/11/2024	109%	
200m Mariposa	Tempo Final	EXH	3:14.04	234	NT	01/01/1800	-	
Iris Pena COSTA, 2009 (16 anos), Femin.								-
50m Livres	Tempo Final	24.	35.61	266	NT	01/01/1800	-	
50m Costas	Tempo Final	24.	42.94	203	41.91	01/01/1800	95%	
100m Estilos	Tempo Final	22.	1:33.48	220	NT	01/01/1800	-	
Joana Afonso BANZA, 2009 (16 anos), Femin.								-
50m Livres	Tempo Final	7.	31.43	388	31.10	19/10/2024	98%	
50m Costas	Tempo Final	4.	35.81	350	NT	01/01/1800	-	
50m Mariposa	Tempo Final	15.	36.62	295	35.74	20/10/2024	95%	
Joao Benedito MESTRE, 2009 (16 anos), Masc.								1
50m Livres	Tempo Final	28.	31.53	261	31.41	23/11/2024	99%	
50m Costas	Tempo Final	21.	36.28	226	36.32	24/11/2024	100%	
50m Mariposa	Tempo Final	31.	38.61	178	NT	01/01/1800	-	
100m Estilos	Tempo Final	14.	1:24.70	196	NT		-	
Joao Rosario KOEHLER, 2000 (25 anos), Masc.								-
50m Costas	Tempo Final	5.	29.97	401	NT		-	
Laura Gomes MESTRE, 2012 (13 anos), Femin.								1
200m Livres	Tempo Final	14.	3:14.60	182	3:17.30	23/11/2024	103%	
400m Livres	Tempo Final	12.	6:49.41	180	NT	01/01/1800	-	
200m Bruços	Tempo Final	11.	3:46.94	208	3:46.00	24/11/2024	99%	
Leonor Barao GUERREIRO, 2010 (15 anos), Femin.								1
200m Costas	Tempo Final	EXH	2:41.74	397	2:54.93	01/01/1800	117%	
100m Estilos	Tempo Final	9.	1:21.71	330	NT	01/01/1800	-	
Mafalda Alvaro FRAZAO, 2013 (12 anos), Femin.								-
200m Livres	Tempo Final	25.	3:57.88	99	NT	01/01/1800	-	
400m Livres	Tempo Final	15.	8:04.19	109	NT	01/01/1800	-	
200m Bruços	Tempo Final	22.	4:22.13	135	NT	01/01/1800	-	
Margarida Nunes ANTONIO, 2004 (21 anos), Femin.								1
50m Livres	Tempo Final	8.	31.48	386	30.94	23/11/2024	97%	
50m Costas	Tempo Final	5.	36.39	334	36.90	19/10/2024	103%	
50m Mariposa	Tempo Final	10.	34.78	344	33.98	23/11/2024	95%	
Margarida Silva SANTOS, 2007 (18 anos), Femin.								-
50m Livres	Tempo Final	14.	32.80	341	32.25	19/10/2024	97%	
50m Costas	Tempo Final	10.	38.60	279	37.42	19/10/2024	94%	
100m Estilos	Tempo Final	13.	1:24.50	299	NT	01/01/1800	-	
Maria Ines LUIS, 2011 (14 anos), Femin.								-
50m Livres	Tempo Final	6.	31.35	391	30.56	19/10/2024	95%	
200m Costas	Tempo Final	EXH	2:48.77	350	2:43.33	24/11/2024	94%	
100m Estilos	Tempo Final	12.	1:23.56	309	NT	01/01/1800	-	
Miguel Pereira PESSOA, 2012 (13 anos), Masc.								-
200m Livres	Tempo Final	11.	4:01.18	69	NT	01/01/1800	-	
400m Livres	Tempo Final	8.	8:19.14	76	NT	01/01/1800	-	
Pedro Isidoro ARSENIO, 2009 (16 anos), Masc.								-
50m Mariposa	Tempo Final	27.	34.81	243	NT	01/01/1800	-	
100m Estilos	Tempo Final	8.	1:12.62	312	NT	01/01/1800	-	
400m Estilos	Tempo Final	EXH	6:26.73	223	NT		-	
Pedro Valadeiro LUIS, 2000 (25 anos), Masc.								-
100m Estilos	Tempo Final	4.	1:10.54	340	NT	01/01/1800	-	

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

Rafael Curtinha LUIS, 2006 (19 anos), Masc.								-
50m Livres	Tempo Final	4.	26.39	445	25.17	01/01/1800	91%	
50m Mariposa	Tempo Final	5.	28.78	431	28.06	23/11/2024	95%	
Sofia Gonçalves TEIXEIRA, 2012 (13 anos), Femin.								-
200m Livres	Tempo Final	22.	3:45.75	116	NT	01/01/1800	-	
200m Bruços	Tempo Final	23.	4:23.41	133	NT	01/01/1800	-	
Tiago Barao GUERREIRO, 2011 (14 anos), Masc.								1
200m Livres	Tempo Final	3.	2:53.67	187	2:53.90	23/11/2024	100%	
400m Livres	Tempo Final	4.	6:17.25	178	NT	01/01/1800	-	
Vicente Martins GALOPE, 2011 (14 anos), Masc.								1
200m Livres	Tempo Final	1.	2:32.84	274	2:30.94	23/11/2024	98%	
200m Costas	Tempo Final	2.	2:50.44	238	2:52.15	01/01/1800	102%	
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:27.17	195	NT		-	

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

Clube de Futebol de Estremoz								17
Antonio Presado COSTA, 2012 (13 anos), Masc.								1
200m Livres	Tempo Final	4.	2:55.32	182	NT		-	
200m Bruços	Tempo Final	5.	3:28.32	191	3:44.97	24/11/2024	117%	
200m Estilos	Tempo Final	6.	3:16.06	174	NT	01/01/1800	-	
Carolina Sofia FONSECA, 2007 (18 anos), Femin.								2
50m Bruços	Tempo Final	3.	38.62	396	37.87	24/11/2024	96%	
50m Mariposa	Tempo Final	5.	32.49	422	33.79	01/01/1800	108%	
100m Estilos	Tempo Final	4.	1:16.00	411	1:20.32	01/01/1800	112%	
Catarina Ferro FERNANDES, 2007 (18 anos), Femin.								-
50m Livres	Tempo Final	21.	35.18	276	34.38	23/11/2024	96%	
50m Bruços	Tempo Final	11.	45.97	235	44.19	24/11/2024	92%	
50m Mariposa	Tempo Final	30.	43.64	174	42.27	01/01/1800	94%	
Filipe Manuel PARREIRA, 2010 (15 anos), Masc.								4
50m Livres	Tempo Final	31.	34.21	204	37.48	27/10/2024	120%	
50m Costas	Tempo Final	26.	44.00	126	46.28		111%	
50m Bruços	Tempo Final	16.	46.62	153	51.25	27/10/2024	121%	
50m Mariposa	Tempo Final	33.	41.66	142	47.56	01/01/1800	130%	
Guilherme Serrano FROIS, 2008 (17 anos), Masc.								1
50m Livres	Tempo Final	30.	32.85	231	32.77	23/11/2024	100%	
50m Costas	Tempo Final	23.	37.34	207	37.84	24/11/2024	103%	
50m Mariposa	Tempo Final	32.	39.35	168	NT	01/01/1800	-	
Madalena Miguens PUCARINHAS, 2009 (16 anos), Femin.								2
50m Costas	Tempo Final	3.	35.32	365	35.63	27/10/2024	102%	
50m Mariposa	Tempo Final	11.	34.90	340	35.98	01/01/1800	106%	
100m Estilos	Tempo Final	8.	1:21.07	338	1:18.82	01/01/1800	95%	
Miguel Martins RATO, 2008 (17 anos), Masc.								2
50m Livres	Tempo Final	7.	26.86	422	26.05	23/11/2024	94%	
50m Costas	Tempo Final	7.	30.97	363	32.25	24/11/2024	108%	
50m Mariposa	Tempo Final	9.	29.67	393	30.45	23/11/2024	105%	
Nuno Filipe SARAMAGO, 2006 (19 anos), Masc.								1
50m Livres	Tempo Final	1.	25.63	486	25.16	23/11/2024	96%	
50m Costas	Tempo Final	3.	29.64	415	29.85	24/11/2024	101%	
50m Mariposa	Tempo Final	3.	28.23	457	28.00	23/11/2024	98%	
Rita Isabel OLIVEIRA, 2010 (15 anos), Femin.								2
50m Mariposa	Tempo Final	18.	37.79	268	38.88	01/01/1800	106%	
100m Estilos	Tempo Final	16.	1:25.94	284	1:25.70	01/01/1800	99%	
400m Estilos	Tempo Final	EXH	6:37.60	276	6:42.36	01/01/1800	102%	
Tiago Alexandre SARAMAGO, 2009 (16 anos), Masc.								2
50m Livres	Tempo Final	21.	29.19	329	29.22	23/11/2024	100%	
50m Costas	Tempo Final	9.	31.43	348	31.23	24/11/2024	99%	
50m Mariposa	Tempo Final	18.	32.01	313	39.39	01/01/1800	151%	

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

Clube de Natação de Beja									5
Ana Francisca BARRETO, 2009 (16 anos), Femin.									-
50m Livres	Tempo Final	EXH	35.25	275	35.15	24/11/2024	99%		
100m Estilos	Tempo Final	EXH	1:23.87	305	1:22.57	23/11/2024	97%		
Bruna Freitas MARTINS, 2007 (18 anos), Femin.									-
50m Bruços	Tempo Final	EXH	41.92	309	40.25	23/11/2024	92%		
100m Estilos	Tempo Final	EXH	1:21.86	328	1:21.44	23/11/2024	99%		
Carolina Pedrosa RICARDO, 2008 (17 anos), Femin.									-
50m Livres	Tempo Final	EXH	32.45	352	32.04		97%		
100m Estilos	Tempo Final	EXH	1:15.51	419	1:15.21	19/10/2024	99%		
Catarina Carocinho GONCALVES, 2010 (15 anos), Femin.									-
50m Livres	Tempo Final	EXH	40.54	180	38.66	23/11/2024	91%		
100m Estilos	Tempo Final	EXH	1:39.31	184	1:38.50		98%		
Isabel Lopes INACIO, 2011 (14 anos), Femin.									1
50m Bruços	Tempo Final	EXH	48.70	197	48.86	01/01/1800	101%		
100m Estilos	Tempo Final	EXH	1:36.66	199	NT		-		
Joao Dinis GUERREIRO, 2009 (16 anos), Masc.									2
50m Livres	Tempo Final	EXH	32.45	239	32.80	23/11/2024	102%		
100m Estilos	Tempo Final	EXH	1:25.61	190	1:27.08	23/11/2024	103%		
Luis Pedro PINTO, 2009 (16 anos), Masc.									-
50m Livres	Tempo Final	EXH	37.40	156	NT		-		
Matilde Charrua BEXIGA, 2010 (15 anos), Femin.									1
50m Bruços	Tempo Final	EXH	51.92	163	52.39	24/11/2024	102%		
100m Estilos	Tempo Final	EXH	1:37.06	197	NT		-		
Matilde Maria RODRIGUES, 2009 (16 anos), Femin.									1
50m Livres	Tempo Final	EXH	35.79	262	34.85	23/11/2024	95%		
100m Estilos	Tempo Final	EXH	1:29.81	249	1:31.70		104%		
Sofia Lampreia CORTES, 2008 (17 anos), Femin.									-
50m Bruços	Tempo Final	EXH	44.39	261	44.19	20/10/2024	99%		
100m Estilos	Tempo Final	EXH	1:20.45	346	1:20.10	19/10/2024	99%		
Tomas Mamede CEGONHO, 2008 (17 anos), Masc.									-
50m Livres	Tempo Final	EXH	26.92	419	25.35	02/11/2024	89%		
100m Estilos	Tempo Final	EXH	1:05.23	431	1:03.99	23/11/2024	96%		

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

Clube de Natação do Litoral Alentejano								46
Alice Cardoso SILVA, 2013 (12 anos), Femin.								2
400m Livres	Tempo Final	11.	6:45.48	185	7:51.47	01/01/1800	135%	
200m Costas	Tempo Final	13.	3:33.37	173	NT	01/01/1800	-	
200m Bruços	Tempo Final	13.	3:50.40	199	3:55.83	27/10/2024	105%	
200m Estilos	Tempo Final	13.	3:36.69	177	3:32.23	23/11/2024	96%	
Alice Estrela GUERRINHA, 2013 (12 anos), Femin.								1
200m Livres	Tempo Final	12.	3:14.17	183	3:21.45	23/11/2024	108%	
200m Costas	Tempo Final	16.	3:42.35	153	NT	01/01/1800	-	
200m Estilos	Tempo Final	21.	3:56.59	136	NT	01/01/1800	-	
Antonio Francisco RAMOS, 2011 (14 anos), Masc.								2
200m Costas	Tempo Final	1.	2:50.34	238	2:59.39	27/10/2024	111%	
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:16.20	229	3:11.16	24/11/2024	95%	
200m Mariposa	Tempo Final	1.	3:29.63	132	NT	01/01/1800	-	
200m Estilos	Tempo Final	2.	2:54.74	246	2:54.87	23/11/2024	100%	
Beatriz Santos GUERREIRO, 2011 (14 anos), Femin.								2
50m Costas	Tempo Final	32.	49.99	128	51.66	23/11/2024	107%	
50m Bruços	Tempo Final	24.	55.96	130	59.59	01/01/1800	113%	
50m Mariposa	Tempo Final	37.	50.28	114	45.42	23/11/2024	82%	
100m Estilos	Tempo Final	25.	1:44.21	159	1:43.52	24/11/2024	99%	
Bernardo Jose LOUCAO, 2011 (14 anos), Masc.								3
200m Livres	Tempo Final	2.	2:42.12	230	2:44.59	23/11/2024	103%	
200m Costas	Tempo Final	3.	2:54.52	221	2:59.61	27/10/2024	106%	
200m Bruços	Tempo Final	8.	3:38.40	166	3:47.39	01/01/1800	108%	
200m Estilos	Tempo Final	3.	3:06.42	203	3:04.87	27/10/2024	98%	
Carolina Freire PEREIRA, 2011 (14 anos), Femin.								1
50m Livres	Tempo Final	18.	34.65	289	38.74	24/11/2024	125%	
50m Costas	Tempo Final	15.	39.46	262	39.20	24/11/2024	99%	
50m Bruços	Tempo Final	20.	50.31	179	48.09	23/11/2024	91%	
Diana Sofia ROSADO, 2013 (12 anos), Femin.								2
200m Livres	Tempo Final	17.	3:16.88	175	NT	01/01/1800	-	
200m Costas	Tempo Final	11.	3:26.78	190	3:34.42	27/10/2024	108%	
200m Bruços	Tempo Final	15.	3:56.96	183	3:56.23	24/11/2024	99%	
200m Estilos	Tempo Final	12.	3:34.02	184	3:45.46	23/11/2024	111%	
Diogo Luis PINTO, 2007 (18 anos), Masc.								3
50m Costas	Tempo Final	6.	30.26	390	30.79	09/11/2024	104%	
50m Bruços	Tempo Final	1.	33.90	398	35.68	10/11/2024	111%	
100m Estilos	Tempo Final	1.	1:06.14	413	1:06.99	08/11/2024	103%	
Filipa Serrao ROSARIO, 2012 (13 anos), Femin.								4
400m Livres	Tempo Final	10.	6:27.54	212	6:54.90	27/10/2024	115%	
200m Costas	Tempo Final	8.	3:12.97	234	3:28.14	27/10/2024	116%	
200m Bruços	Tempo Final	8.	3:43.20	219	4:02.66	01/01/1800	118%	
200m Estilos	Tempo Final	6.	3:18.83	230	3:19.88	23/11/2024	101%	
Hugo Filipe CORREIA, 1999 (26 anos), Masc.								-
50m Livres	Tempo Final	6.	26.83	424	26.07	24/11/2024	94%	
50m Bruços	Tempo Final	4.	35.68	341	34.57	01/01/1800	94%	
50m Mariposa	Tempo Final	1.	27.75	481	27.17	23/11/2024	96%	
Lara Amorim PEREIRA, 2013 (12 anos), Femin.								2
200m Livres	Tempo Final	3.	2:44.81	299	2:45.09	23/11/2024	100%	
400m Livres	Tempo Final	3.	5:47.87	293	6:07.93	27/10/2024	112%	
200m Bruços	Tempo Final	7.	3:38.33	234	NT	01/01/1800	-	
400m Estilos	Tempo Final	1.	6:39.94	271	NT	-	-	
Lara Sofia GONCALVES, 2012 (13 anos), Femin.								3
200m Livres	Tempo Final	4.	2:54.28	253	3:08.08	01/01/1800	116%	
200m Costas	Tempo Final	2.	3:04.27	268	3:11.99	27/10/2024	109%	
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:29.21	266	3:30.88	24/11/2024	102%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	3:11.59	257	3:09.11	23/11/2024	97%	
Luis Carlos VAZ, 2010 (15 anos), Masc.								2
50m Costas	Tempo Final	24.	37.47	205	41.63	23/11/2024	123%	
50m Bruços	Tempo Final	15.	45.37	166	46.34	27/10/2024	104%	
200m Bruços	Tempo Final	EXH	3:22.90	207	3:21.28	-	98%	
Maria Teresa ALVES, 2010 (15 anos), Femin.								2
50m Livres	Tempo Final	35.	45.02	132	46.15	23/11/2024	105%	
50m Costas	Tempo Final	34.	54.42	99	55.81	01/01/1800	105%	
50m Bruços	Tempo Final	26.	1:02.95	91	58.90	24/11/2024	88%	
50m Mariposa	Tempo Final	40.	58.46	72	NT	01/01/1800	-	
Marta Santos SILVA, 2010 (15 anos), Femin.								2
50m Costas	Tempo Final	21.	42.43	210	44.42	27/10/2024	110%	
50m Bruços	Tempo Final	14.	47.86	208	47.37	27/10/2024	98%	
50m Mariposa	Tempo Final	28.	41.99	195	43.61	01/01/1800	108%	
100m Estilos	Tempo Final	20.	1:31.02	239	NT	01/01/1800	-	
Melanie Munha INACIO, 2011 (14 anos), Femin.								3
50m Costas	Tempo Final	23.	42.88	204	44.41	24/11/2024	107%	
50m Bruços	Tempo Final	10.	45.68	239	48.65	23/11/2024	113%	
200m Bruços	Tempo Final	EXH	3:34.81	245	3:46.44	01/01/1800	111%	

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

Miguel Alexandre PALMA, 2006 (19 anos), Masc.								2
50m Livres	Tempo Final	27.	30.92	277	31.48	24/11/2024	104%	
50m Costas	Tempo Final	18.	34.87	254	36.07		107%	
50m Mariposa	Tempo Final	19.	32.10	311	32.03	23/11/2024	100%	
Sara Sofia OLIVEIRA, 2010 (15 anos), Femin.								4
50m Bruços	Tempo Final	6.	44.37	261	46.37	24/11/2024	109%	
200m Bruços	Tempo Final	EXH	3:29.20	266	3:33.26	24/11/2024	104%	
50m Mariposa	Tempo Final	23.	39.82	229	41.86	23/11/2024	111%	
100m Estilos	Tempo Final	21.	1:32.60	227	1:42.01	01/01/1800	121%	
Tiago Silva GONCALVES, 2012 (13 anos), Masc.								1
200m Livres	Tempo Final	10.	3:31.56	103	3:39.05	27/10/2024	107%	
200m Estilos	Tempo Final	10.	4:03.66	91	3:49.18	23/11/2024	88%	
Tiago Torpes PARDAL, 2012 (13 anos), Masc.								1
400m Livres	Tempo Final	7.	6:40.59	148	NT	01/01/1800	-	
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:26.20	197	3:34.75	24/11/2024	108%	
200m Estilos	Tempo Final	7.	3:17.45	171	3:15.16	23/11/2024	98%	
Valentina Guerrero NAVA, 2012 (13 anos), Femin.								2
200m Livres	Tempo Final	12.	3:14.17	183	3:22.14	27/10/2024	108%	
200m Costas	Tempo Final	12.	3:27.41	188	NT	01/01/1800	-	
200m Bruços	Tempo Final	9.	3:45.50	212	3:49.01	27/10/2024	103%	
200m Estilos	Tempo Final	11.	3:31.19	192	NT	01/01/1800	-	
Vicente Ataíde RAMOS, 2012 (13 anos), Masc.								2
400m Livres	Tempo Final	6.	6:24.08	168	7:17.61	01/01/1800	130%	
200m Costas	Tempo Final	6.	3:13.80	161	3:38.29	27/10/2024	127%	
200m Bruços	Tempo Final	12.	4:02.36	121	NT	01/01/1800	-	

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

Grup. Desp. Rec. Trab. C. M. Mora								17
Alice Raquel DIAS, 2011 (14 anos), Femin.								4
50m Livres	Tempo Final	16.	33.91	309	35.11	01/01/1800	107%	
50m Mariposa	Tempo Final	24.	40.44	219	45.20	01/01/1800	125%	
100m Estilos	Tempo Final	17.	1:27.00	274	1:28.55	24/11/2024	104%	
400m Estilos	Tempo Final	EXH	6:47.56	256	7:05.83		109%	
Carolina Carneiro VINAGRE, 2013 (12 anos), Femin.								-
200m Costas	Tempo Final	18.	3:51.52	135	NT	01/01/1800	-	
Dinis Alexandre CAEIRO, 2009 (16 anos), Masc.								3
50m Livres	Tempo Final	12.	27.51	393	29.45	01/01/1800	115%	
50m Costas	Tempo Final	13.	32.70	309	33.51	24/11/2024	105%	
100m Estilos	Tempo Final	10.	1:14.21	292	1:19.20	01/01/1800	114%	
Diogo Miguel ROSADO, 2007 (18 anos), Masc.								1
50m Livres	Tempo Final	9.	27.23	405	26.56	01/01/1800	95%	
50m Costas	Tempo Final	10.	31.71	338	30.81	24/11/2024	94%	
50m Mariposa	Tempo Final	13.	30.53	361	30.91	01/01/1800	103%	
Gabriel Ieze DEBLONDE, 2007 (18 anos), Masc.								3
50m Livres	Tempo Final	15.	28.14	367	28.34	23/11/2024	101%	
50m Bruços	Tempo Final	5.	36.19	327	37.09	24/11/2024	105%	
50m Mariposa	Tempo Final	16.	31.44	331	43.29	01/01/1800	190%	
Guilherme Oliveira MARQUES, 2008 (17 anos), Masc.								1
50m Livres	Tempo Final	8.	27.20	407	27.26	01/01/1800	100%	
50m Mariposa	Tempo Final	7.	29.27	410	28.99	23/11/2024	98%	
100m Estilos	Tempo Final	2.	1:06.65	404	1:06.35	24/11/2024	99%	
Maria Leonor FEIJAO, 2012 (13 anos), Femin.								3
200m Livres	Tempo Final	23.	3:51.95	107	4:04.06	01/01/1800	111%	
400m Livres	Tempo Final	14.	7:53.41	116	8:17.84	01/01/1800	111%	
200m Costas	Tempo Final	15.	3:41.20	155	3:58.61	01/01/1800	116%	
Shi ZIQI, 2010 (15 anos), Femin.								1
50m Livres	Tempo Final	33.	41.07	174	40.46	23/11/2024	97%	
50m Costas	Tempo Final	31.	49.54	132	49.98	24/11/2024	102%	
50m Mariposa	Tempo Final	35.	48.62	126	NT	01/01/1800	-	
100m Estilos	Tempo Final	26.	1:50.78	132	1:50.26	24/11/2024	99%	
Tomas Nunes NOGUEIRA, 2012 (13 anos), Masc.								1
400m Livres	Tempo Final	3.	6:01.18	202	NT	01/01/1800	-	
200m Costas	Tempo Final	4.	2:57.41	211	3:02.45	27/10/2024	106%	
200m Bruços	Tempo Final	9.	3:48.88	144	NT	01/01/1800	-	
200m Estilos	Tempo Final	5.	3:10.46	190	3:06.98	23/11/2024	96%	

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

GSC Grândola Sports Club								52
Alice Figueiredo LEITAO, 2007 (18 anos), Femin.								1
50m Livres	Tempo Final	22.	35.32	273	35.09	20/04/2024	99%	
50m Costas	Tempo Final	26.	44.57	181	44.55	01/03/2024	100%	
50m Mariposa	Tempo Final	29.	43.60	174	43.30	20/05/2024	99%	
100m Estilos	Tempo Final	19.	1:30.10	246	1:32.40	18/02/2024	105%	
Alice Fortunato CORREIA, 2013 (12 anos), Femin.								1
200m Livres	Tempo Final	20.	3:23.26	159	3:26.84	23/11/2024	104%	
200m Bruços	Tempo Final	20.	4:07.56	160	NT	01/01/1800	-	
200m Estilos	Tempo Final	16.	3:42.21	164	3:39.46	23/11/2024	98%	
Ariana Nunes BATISTA, 2012 (13 anos), Femin.								3
200m Livres	Tempo Final	8.	3:04.82	212	3:43.54	23/06/2024	146%	
200m Costas	Tempo Final	10.	3:19.12	213	3:48.90	13/01/2024	132%	
200m Estilos	Tempo Final	9.	3:28.32	200	3:26.62	23/11/2024	98%	
400m Estilos	Tempo Final	5.	7:21.21	202	8:00.75	18/05/2024	119%	
Camila Filipa CUSTODIO, 2011 (14 anos), Femin.								3
50m Livres	Tempo Final	23.	35.40	271	34.27	02/11/2024	94%	
50m Costas	Tempo Final	29.	46.13	163	49.18	18/05/2024	114%	
50m Bruços	Tempo Final	15.	48.92	195	49.87	23/11/2024	104%	
50m Mariposa	Tempo Final	25.	41.30	205	46.43	24/11/2024	126%	
Carolina Ferreira GUIMARAES, 2012 (13 anos), Femin.								3
200m Livres	Tempo Final	18.	3:18.91	170	3:27.38	23/11/2024	109%	
200m Bruços	Tempo Final	14.	3:51.19	197	4:25.19	13/01/2024	132%	
200m Estilos	Tempo Final	19.	3:50.83	147	3:57.40	23/11/2024	106%	
Catia Mendes FIDALGO, 2012 (13 anos), Femin.								4
200m Livres	Tempo Final	19.	3:20.28	167	3:23.85	23/11/2024	104%	
200m Costas	Tempo Final	14.	3:36.87	164	4:03.93	01/01/1800	127%	
200m Bruços	Tempo Final	25.	4:35.41	116	5:26.44	13/01/2024	140%	
200m Estilos	Tempo Final	18.	3:50.38	147	3:54.83	23/11/2024	104%	
Cristiana Gamito RODRIGUES, 2006 (19 anos), Femin.								2
50m Livres	Tempo Final	27.	36.19	254	35.86	13/01/2024	98%	
50m Costas	Tempo Final	25.	43.40	196	43.56	13/01/2024	101%	
50m Bruços	Tempo Final	13.	46.78	223	46.89	13/01/2024	100%	
Diana Domingos SANTOS, 2012 (13 anos), Femin.								3
200m Livres	Tempo Final	9.	3:06.97	205	3:17.48	23/11/2024	112%	
200m Costas	Tempo Final	17.	3:44.91	147	NT	01/01/1800	-	
200m Bruços	Tempo Final	17.	4:02.10	171	4:06.07	25/04/2024	103%	
200m Estilos	Tempo Final	15.	3:38.19	174	3:42.16	23/11/2024	104%	
Eduardo Filipe CHAINHO, 2010 (15 anos), Masc.								2
50m Costas	Tempo Final	25.	38.37	191	47.55	20/05/2024	154%	
50m Bruços	Tempo Final	14.	43.71	185	41.08	24/11/2024	88%	
50m Mariposa	Tempo Final	28.	35.48	230	38.07	24/11/2024	115%	
100m Estilos	Tempo Final	15.	1:27.22	180	NT	01/01/1800	-	
Guilherme Jose JACINTO, 2006 (19 anos), Masc.								4
50m Costas	Tempo Final	16.	34.30	267	34.33	13/01/2024	100%	
50m Bruços	Tempo Final	11.	41.79	212	43.33	13/01/2024	108%	
50m Mariposa	Tempo Final	26.	34.13	258	35.52	01/01/1800	108%	
100m Estilos	Tempo Final	11.	1:15.47	278	1:17.39	18/02/2024	105%	
Joana Viegas GOMES, 2011 (14 anos), Femin.								3
50m Livres	Tempo Final	28.	36.59	246	41.19	27/10/2024	127%	
50m Costas	Tempo Final	30.	47.79	147	54.11	27/10/2024	128%	
50m Bruços	Tempo Final	22.	51.45	167	55.43	27/10/2024	116%	
50m Mariposa	Tempo Final	38.	51.10	108	NT	01/01/1800	-	
Joao Pedro PORTO, 2009 (16 anos), Masc.								2
50m Livres	Tempo Final	24.	29.95	304	29.39	23/11/2024	96%	
50m Costas	Tempo Final	22.	36.99	213	39.20	26/11/2023	112%	
50m Bruços	Tempo Final	10.	38.01	282	37.48	24/11/2024	97%	
50m Mariposa	Tempo Final	25.	34.06	260	36.11	25/11/2023	112%	
Leonor Luz PEDRO, 2007 (18 anos), Femin.								1
50m Livres	Tempo Final	32.	39.41	196	40.76	13/01/2024	107%	
50m Costas	Tempo Final	28.	45.55	170	45.34	13/01/2024	99%	
50m Bruços	Tempo Final	23.	52.44	158	50.96	23/11/2024	94%	
50m Mariposa	Tempo Final	34.	47.86	132	44.55	11/05/2024	87%	
Mafalda Costa NUNES, 2012 (13 anos), Femin.								3
200m Livres	Tempo Final	1.	2:41.63	317	2:46.02	27/10/2024	106%	
400m Livres	Tempo Final	1.	5:37.78	321	5:53.60	02/11/2024	110%	
200m Costas	Tempo Final	5.	3:08.70	250	NT	01/01/1800	-	
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:26.05	278	3:41.58	25/04/2024	116%	
Margarida Maria BEATO, 2011 (14 anos), Femin.								4
50m Bruços	Tempo Final	5.	40.89	333	41.30	24/11/2024	102%	
50m Mariposa	Tempo Final	20.	38.35	256	44.50	11/05/2024	135%	
100m Estilos	Tempo Final	11.	1:23.47	310	1:27.04	24/11/2024	109%	
400m Estilos	Tempo Final	1.	6:45.09	261	7:10.17	18/05/2024	113%	
Maria Espada RUFINO, 2010 (15 anos), Femin.								3
50m Livres	Tempo Final	11.	32.31	357	33.97	27/10/2024	111%	
50m Costas	Tempo Final	12.	38.99	271	42.55	27/10/2024	119%	
50m Bruços	Tempo Final	8.	44.87	252	46.63	27/10/2024	108%	
50m Mariposa	Tempo Final	16.	37.46	275	NT	01/01/1800	-	

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

Maria Vitoria HRYNIV, 2013 (12 anos), Femin.								1
200m Livres	Tempo Final	21.	3:36.95	131	3:39.58	23/11/2024	102%	
200m Bruços	Tempo Final	21.	4:14.88	147	NT	01/01/1800	-	
200m Estilos	Tempo Final	22.	4:07.74	119	4:01.46	01/01/1800	95%	
Mateus Duarte HELENO, 2010 (15 anos), Masc.								4
50m Livres	Tempo Final	18.	28.60	350	31.30	27/10/2024	120%	
50m Costas	Tempo Final	14.	32.87	304	35.57	23/11/2024	117%	
50m Bruços	Tempo Final	7.	36.80	311	39.57	23/11/2024	116%	
50m Mariposa	Tempo Final	8.	29.35	406	30.32	23/11/2024	107%	
Raquel Trejeira GUERREIRO, 2011 (14 anos), Femin.								-
50m Livres	Tempo Final	34.	44.76	134	NT	01/01/1800	-	
50m Bruços	Tempo Final	25.	58.04	116	NT	01/01/1800	-	
50m Mariposa	Tempo Final	39.	53.44	94	NT	01/01/1800	-	
Sofia Espada PASSECHNIKOFF, 2010 (15 anos), Femin.								2
50m Costas	Tempo Final	8.	37.93	295	39.38	24/11/2024	108%	
50m Bruços	Tempo Final	12.	46.02	234	44.90	24/11/2024	95%	
50m Mariposa	Tempo Final	13.	35.54	322	37.59	28/06/2024	112%	
200m Mariposa	Tempo Final	1.	3:21.46	209	3:17.64	02/11/2024	96%	
Sofia Oliveira PEREIRA, 2012 (13 anos), Femin.								3
200m Livres	Tempo Final	16.	3:16.13	177	3:27.65	23/11/2024	112%	
200m Bruços	Tempo Final	18.	4:03.66	168	4:54.48	13/01/2024	146%	
200m Estilos	Tempo Final	20.	3:54.25	140	4:32.06	11/05/2024	135%	

Torneio Regional de Velocidade e Preparação
Grândola, 25/1/2025

Núcleo Desportivo e Cultural de Odemira								16
Afonso Silva RODRIGUES, 2009 (16 anos), Masc.								1
50m Livres	Tempo Final	17.	28.41	357	28.91	24/11/2024	104%	
50m Costas	Tempo Final	12.	32.67	309	32.45	09/11/2024	99%	
100m Estilos	Tempo Final	6.	1:11.11	332	1:09.56	24/11/2024	96%	
Eduardo Ramos ESTEVAO, 2006 (19 anos), Masc.								1
50m Livres	Tempo Final	10.	27.29	403	26.72	23/11/2024	96%	
50m Bruços	Tempo Final	3.	35.46	348	34.07	01/01/1800	92%	
50m Mariposa	Tempo Final	15.	30.63	358	31.64	01/01/1800	107%	
Francisco Reis MAGUAS, 2006 (19 anos), Masc.								1
50m Livres	Tempo Final	22.	29.70	312	29.13	01/01/1800	96%	
50m Mariposa	Tempo Final	23.	33.88	264	33.99	01/01/1800	101%	
Gustavo Cardoso SANTOS, 2011 (14 anos), Masc.								3
400m Livres	Tempo Final	2.	5:37.29	249	6:15.08	01/01/1800	124%	
200m Bruços	Tempo Final	7.	3:33.49	178	3:56.85	01/01/1800	123%	
400m Estilos	Tempo Final	2.	6:30.78	216	7:08.40		120%	
Ines Borges COSTA, 2012 (13 anos), Femin.								3
400m Livres	Tempo Final	2.	5:46.18	298	6:29.53	01/01/1800	127%	
200m Bruços	Tempo Final	5.	3:35.09	244	3:43.58	27/10/2024	108%	
200m Estilos	Tempo Final	3.	3:08.98	268	3:15.64	23/11/2024	107%	
400m Estilos	Tempo Final	2.	6:45.00	261	NT		-	
Ines Oliveira GOMES, 2012 (13 anos), Femin.								3
400m Livres	Tempo Final	7.	6:10.05	244	6:46.56	01/01/1800	121%	
200m Bruços	Tempo Final	16.	3:57.67	181	4:04.81	27/10/2024	106%	
200m Estilos	Tempo Final	10.	3:30.43	194	3:39.66	23/11/2024	109%	
Leonor Duarte GONCALVES, 2010 (15 anos), Femin.								3
50m Livres	Tempo Final	4.	31.21	396	31.74	23/11/2024	103%	
50m Mariposa	Tempo Final	9.	34.64	348	35.48	18/01/2025	105%	
100m Estilos	Tempo Final	5.	1:17.44	388	1:21.31	08/11/2024	110%	
Miguel Mendes CUNHA, 2012 (13 anos), Masc.								1
200m Livres	Tempo Final	12.	4:06.88	65	4:11.91	27/10/2024	104%	
200m Costas	Tempo Final	9.	5:14.16	38	NT	01/01/1800	-	