

Prova 30	Femin., 200m Costas				Masters Startlist
25/01/2026 - 14:40					
RN A(25-29)	2:25.91	NEVES, Vania Soares	CFP	Mealhada	20/01/2019
RN B(30-34)	2:25.63	NEVES, Vania Soares	VNC	Torres Novas	06/02/2022
RN C(35-39)	2:27.80	NEVES, Vania Soares	VNC	Torres Novas	26/01/2025
RN D(40-44)	2:39.07	GRILLO, Ana Paula	INDALEN	Penafiel	20/11/2010
RN E(45-49)	2:43.05	COUTINHO, Gisela Barbosa	FCP	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN F(50-54)	2:47.20	COUTINHO, Gisela Barbosa	CFP	Torres Novas	26/01/2025
RN G(55-59)	2:53.12	KRAEVA, Elena Nikolaevna	ADRCIMM	Vila Franca de Xira	21/01/2018
RN H(60-64)	3:30.13	ANDRADE, Maria Teresa	FCP	Paços de Ferreira	07/12/2025
RN I(65-69)	3:46.86	FERREIRA, Ana Maria	SAD	Benedita	03/04/2016
RN J(70-74)	4:46.04	MONTEIRO, Isabel Costa	AAC	Torres Novas	26/01/2025
RN K(75-79)	5:11.80	SA, Nair Gomes	ANE	Caldas da Rainha	01/12/2018
RN L(80-84)	5:03.54	SA, Nair Gomes	ANE	Vila Franca de Xira	18/01/2020
RN M(85-89)	59:00.00	, start			01/01/1800

Pista	Nome	Licença	Idade	Cat	Clube	Tp inscrição
Série 1 de 8						
2	SANTOS, Debora Filipa	132091	34	B	Cfp	4:58.05 :.:
3	RIBEIRO, Violante Isabel	124926	59	G	Sad	4:23.48 :.:
4	MESQUITA, Isabel Maria	222704	51	F	Natacao de Valongo	4:17.40 :.:
5	DIAS, Maria Alexandra	219156	61	H	Cfp	4:22.40 :.:
6	MONTEIRO, Isabel Costa	11174	73	J	Académica de Coimbra	4:46.04 :.:
7	MARIA, Cidalia Conceicao	211933	62	H	CNLeiria - VOID	5:37.79 :.:

Série 2 de 8						
1	FREITAS, Carmen Joao	223875	46	E	Natacao de Valongo	4:14.34 :.:
2	CARDOSO, Helena Maria	205207	60	H	Cfp	4:11.21 :.:
3	NEVES, Isabel Carolina	202850	46	E	Cfp	3:57.37 :.:
4	MARTINS, Ana Maria	123246	47	E	Sporting Clube de Aveiro	3:51.62 :.:
5	SOUZA, Maria Clara	100682	58	G	Clube Natacao Masters de Almada	3:53.53 :.:
6	SOUZA, Mariana Guedes	224390	28	A	Natacao de Valongo	4:03.33 :.:
7	OLIVEIRA, Cristina Maria	217798	66	I	Natacao de Valongo	4:13.21 :.:
8	ALMEIDA, Ana Paula	153497	68	I	Cfp	4:16.84 :.:

Série 3 de 8						
1	RIBEIRO, Helena Isabel	122493	52	F	Lagoa Academico Clube	3:48.82 :.:
2	MENDES, Marcia Teresa	225816	52	F	Cfp	3:43.97 :.:
3	GONCALVES, Ana Paula	215679	61	H	Clube Natacao Masters de Almada	3:34.87 :.:
4	CORREIA, Sandra Cristina	212315	52	F	Porto	3:32.39 :.:
5	MONTEIRO, Ana Sofia	206852	30	B	Natacao de Valongo	3:33.27 :.:
6	FRIAES, Maria Manuel	204549	61	H	Porto	3:37.80 :.:
7	OLIVEIRA, Maria Manuela	208451	52	F	Sporting de Espinho	3:47.95 :.:
WDF8	AVELANS, Carla Susana	130741	51	F	Cfp	3:51.44 :.:

Prova 30, Femin., 200m Costas

Série 4 de 8

1	MOORE, Michelle Annette	212338	66	I	Obidos Criativa, EEM	3:31.81	_____
2	ANDRADE, Maria Teresa	203942	63	H	Porto	3:30.13	_____
3	CORTEZ, Sara Filipa	215343	45	E	Clube Natacao Masters de Almada	3:27.96	_____
4	FOUGO, Rita Claudia	24051	38	C	Natacao da Maia	3:25.84	_____
5	GUIMARAES, Rita Cabral	104341	62	H	Cfp	3:27.87	_____
6	COSTA, Marta Sofia	206938	55	G	Universitario do Porto	3:28.36	_____
7	BLANCO, Catarina Araujo	124701	55	G	Cfp	3:30.42	_____
8	GONCALVES, Patricia Isabel	207946	48	E	Cfp	3:31.86	_____

Série 5 de 8

1	CORREIA, Rita Barata	100467	47	E	Clube Natacao Masters de Almada	3:16.44	_____
2	PATO, Ana Henriques	204148	43	D	Clube Natacao Masters de Almada	3:14.67	_____
3	SANTOS, Raquel Fernandes	111454	28	A	Clube Natacao Masters de Almada	3:11.71	_____
4	LOPES, Maria Carolina	12501	39	C	Braga	3:06.00	_____
5	GASPAR, Joana Margarida	109118	43	D	CCD Associacao De Nadadores Do	3:08.17s	_____
6	RIENDERHOFF, Yolanda	207733	47	E	Sporting de Espinho	3:12.73	_____
DNS7	AFONSO, Salome Dias	216833	31	B	Cfp	3:15.01	_____
8	GONCALVES, Francisca Isabel	218666	28	A	Cfp	3:25.78	_____

Série 6 de 8

1	PRIOR, Ana Filipa	105895	49	E	Laranjeiro	3:04.63	_____
2	COSTA, Maria Luisa	119218	52	F	Porto	3:04.17	_____
3	PINHO, Catarina Dias	24405	32	B	Nacional de Natação	3:03.94	_____
4	LEMONS, Ines Sousa	217777	34	B	Porto	2:56.97	_____
5	BAPTISTA, Liliana Elisabete	120495	48	E	Leixoes Sport Club	3:03.37	_____
6	MATOS, Carolina Ferreira	203814	35	C	Gafanha da Encarnação	3:04.04	_____
7	FONSECA, Maria Ana	129912	44	D	Cfp	3:04.35	_____
8	BRUNO, Marta Garanhoto	206622	33	B	Adrcimm	3:05.05	_____

Série 7 de 8

1	FERREIRA, Beatriz Marques	122579	26	A	Cfp	2:56.57	_____
2	GONCALVES, Flavia Daniela	26907	30	B	Caa	2:52.41	_____
3	DIAS, Maria Beatriz	108045	27	A	Clube Naval Povoense	2:49.68	_____
4	DOMINGUES, Monica Seara	110972	26	A	Alcobaca	2:45.75	_____
5	ROSA, Danielle Kisiel	227373	32	B	Natacao de Valongo	2:48.61	_____
WDF6	LEAL, Ana Paris	12985	42	D	Grupo dos Amigos da Natacao-AC	2:50.08	_____
7	LYNES, Helen Anne	223647	48	E	Individual ANDL	2:53.76	_____
8	KING, Amanda Yuen-Ying	227631	32	B	Cfp	2:56.82	_____

Série 8 de 8

1	SANTOS, Mariana Moura	100102	43	D	Lagoa Academico Clube	2:43.23	_____
WDF2	AFONSO, Sofia Martiniano	14756	42	D	Cfp	2:42.83	_____
3	LOUSA, Irina Filipa	102467	31	B	Porto	2:39.02	_____
4	NEVES, Vania Soares	12380	36	C	Viana Natacao	2:27.80	_____
DNS5	LUCAS, Mariana Sa	204193	42	D	Litoral Alentejano	2:38.39	_____
6	SANTOS, Alexandra Jesus	117408	26	A	Leixoes Sport Club	2:40.07	_____
7	COUTINHO, Gisela Barbosa	211764	51	F	Cfp	2:43.05	_____
8	PAULINO, Bruna Elisabete	102345	29	A	Alcobaca	2:45.65	_____