



3º Benedita Swim Master
Benedita, 30/11/2025



Prova 31
30/11/2025 - 18:42

Femin., 200m Bruços

Grupo A
Resultados

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

Pontos: AQUA Master 2024

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Raquel Fernandes, SANTOS	98 Masters de Almada	3:14.09	446	9,00
50m: 44.91 44.91	100m: 1:34.09 49.18	150m: 2:24.63 50.54	200m: 3:14.09 49.46	

Prova 31
30/11/2025 - 18:42

Femin., 200m Bruços

Grupo B
Resultados

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

Pontos: AQUA Master 2024

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Catarina Isabel, BARGADO	93 Lisboa PoolSharks	3:29.98	342	9,00
50m: 48.66 48.66	100m: 1:43.02 54.36	200m: 3:29.98 1:46.96		
2. Sara Filipa, PASCOAL	93 Alcobaca	4:06.34	212	7,00
50m: 56.05 56.05	100m: 1:59.26 1:03.21	150m: 3:04.16 1:04.90	200m: 4:06.34 1:02.18	

Prova 31
30/11/2025 - 18:42

Femin., 200m Bruços

Grupo C
Resultados

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

Pontos: AQUA Master 2024

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Catarina Lopes, SERRAZINA	87 Benedita	3:54.91	263	9,00
50m: 52.37 52.37	100m: 1:51.59 59.22	150m: 2:53.09 1:01.50	200m: 3:54.91 1:01.82	

Prova 31
30/11/2025 - 18:42

Femin., 200m Bruços

Grupo D
Resultados

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

Pontos: AQUA Master 2024

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Maria Sofia, MARTINS	84 Clube Fluvial Portuense	2:59.69	609	9,00
50m: 41.08 41.08	100m: 1:27.22 46.14	150m: 2:13.62 46.40	200m: 2:59.69 46.07	
2. Sara Filipa, CORTEZ	81 Masters de Almada	3:56.93	265	7,00
50m: 55.31 55.31	100m: 1:55.50 1:00.19	150m: 2:55.92 1:00.42	200m: 3:56.93 1:01.01	
3. Francisca Pinho, MONTEIRO	82 Sporting Clube de Aveiro	4:10.34	225	6,00
50m: 54.66 54.66	100m: 1:57.44 1:02.78	150m: 3:03.94 1:06.50	200m: 4:10.34 1:06.40	

Prova 31
30/11/2025 - 18:42

Femin., 200m Bruços

Grupo E
Resultados

Pontos: AQUA Master 2024

Lugar	Ano	Tempo final	Pts	Pts Tor
1. Ana Claudia, GOMES	76 Académica de Coimbra	4:00.83	265	9,00
50m: 55.00 55.00	100m: 1:56.72 1:01.72	150m: 2:59.79 1:03.07	200m: 4:00.83 1:01.04	



3º Benedita Swim Master
Benedita, 30/11/2025



Prova 31, Femin., 200m Bruços

Prova 31	Femin., 200m Bruços				Grupo F
30/11/2025 - 18:42					Resultados
Rec. Nac F	3:10.13	Maria Helena, CARMO	SAD	Sines	28/01/2017
Pontos: AQUA Master 2024					

Lugar	Ano							Tempo final		Pts	Pts Tor
1. Maria Ines, CUNHA	72 Galitos / Bresimar							3:18.25		540	9,00
50m: 43.25 43.25	100m: 1:33.40	50.15	150m: 2:25.40	52.00	200m: 3:18.25	52.85					
2. Manuela Ribeiro, PEREIRA	71 Ba Leiria / Sk Coffee							4:38.31		195	7,00
50m: 1:01.67 1:01.67	100m: 2:11.34	1:09.67	150m: 3:24.21	1:12.87	200m: 4:38.31	1:14.10					

Prova 31	Femin., 200m Bruços				Grupo G
30/11/2025 - 18:42					Resultados
Rec. Nac G	3:23.36	Maria Teresa, ANDRADE	FCP	Vila Franca de Xira	18/01/2020
Pontos: AQUA Master 2024					

Lugar	Ano							Tempo final		Pts	Pts Tor
1. Maria Manuela, SEQUEIRA	68		Gafanha da Encarnacao					3:37.33		452	9,00
50m:	49.97	49.97	100m:	1:45.47	55.50	150m:	2:41.87	56.40	200m:	3:37.33	55.46