

Prova 19 Masc., 400m Livres ABS
07/03/2026 - 10:40 Resultados

Recordes Nacionais 25m Open	3:42.57	Jose Paulo, Lopes	POR	Abu Dhabi (UAE)	16/12/2021
Recordes Nacionais 25m SEN	3:42.57	Jose Paulo, Lopes	POR	Abu Dhabi (UAE)	16/12/2021
Recordes Nacionais 25m JUN 18	3:50.52	Adriano Miguel, Niz	CFV	Fafe	26/06/2004
Recordes Nacionais 25m JUN 17	3:52.60	Rui Silva, Pereira	ADRCIMM	Tomar	14/12/2024
Recordes Nacionais 25m JUV A	3:58.45	Rui Silva, Pereira	ADRCIMM	Sines	17/12/2023
Recordes Nacionais 25m JUV B	4:01.42	Rui Silva, Pereira	POR	Tomar	15/01/2023

TAC Juvenis B JUV B: 5:28.81 / TAC Juvenis A JUV A: 5:18.19 / TAC Juniores JUN: 5:12.19 / TAC Séniores SEN: 5:08.19

Pontos: AQUA 2025

Lugar	Nome	Idade	Licença	Clube	Tempo Final	AQUA
Juvenis ANALEN						
1.	Tiago Romaneiro, Janeirinho	16	208921	Aminata	4:32.54	472
	TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho					
	50m: 31.05	31.05	150m: 1:38.35	34.10	250m: 2:47.39	34.79
	100m: 1:04.25	33.20	200m: 2:12.60	34.25	300m: 3:22.08	34.69
	350m: 3:57.94	35.86	400m: 4:32.54	34.60		
2.	Bernardo Jose, Loucao	15	218507	Litoral Alentejano	4:41.70	427
	TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho					
	50m: 32.81	32.81	150m: 1:45.05	36.18	250m: 2:57.15	35.50
	100m: 1:08.87	36.06	200m: 2:21.65	36.60	300m: 3:33.63	36.48
	350m: 4:09.23	35.60	400m: 4:41.70	32.47		
3.	Gustavo Cardoso, Santos	15	220031	Ndco	4:53.71	377
	TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho					
	50m: 31.49	31.49	150m: 1:43.54	36.87	250m: 2:59.15	38.10
	100m: 1:06.67	35.18	200m: 2:21.05	37.51	300m: 3:37.86	38.71
	350m: 4:16.45	38.59	400m: 4:53.71	37.26		
4.	Antonio Francisco, Ramos	15	220016	Litoral Alentejano	4:55.23	371
	TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho					
	50m: 33.02	33.02	150m: 1:46.30	37.19	250m: 3:02.99	38.71
	100m: 1:09.11	36.09	200m: 2:24.28	37.98	300m: 3:41.49	38.50
	350m: 4:19.53	38.04	400m: 4:55.23	35.70		
5.	Rodrigo Santos, Souza	16	214685	Acmn	5:14.38	307
	TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho					
	50m: 34.86	34.86	150m: 1:53.56	39.37	250m: 3:13.45	39.99
	100m: 1:14.19	39.33	200m: 2:33.46	39.90	300m: 3:54.30	40.85
	350m: 4:35.38	41.08	400m: 5:14.38	39.00		

Juvenis ANICentro

1.	Jose Miguel, Pais	16	208376	Natacao do Fundao / YesEnergy	4:36.65	451
	TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho					
	50m: 29.15	29.15	150m: 1:36.39	34.26	250m: 2:48.14	36.16
	100m: 1:02.13	32.98	200m: 2:11.98	35.59	300m: 3:24.83	36.69
	350m: 4:01.49	36.66	400m: 4:36.65	35.16		
2.	Duarte Jose, Matos	16	220426	CCDSerta	4:45.32	411
	TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho					
	50m: 32.43	32.43	150m: 1:44.29	36.55	250m: 2:57.57	36.63
	100m: 1:07.74	35.31	200m: 2:20.94	36.65	300m: 3:34.12	36.55
	350m: 4:09.77	35.65	400m: 4:45.32	35.55		
3.	Afonso Jose, Alves	15	214560	CCDSerta	4:53.30	378
	TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho					
	50m: 33.16	33.16	150m: 1:46.09	36.68	250m: 2:59.99	37.28
	100m: 1:09.41	36.25	200m: 2:22.71	36.62	300m: 3:37.42	37.43
	350m: 4:15.76	38.34	400m: 4:53.30	37.54		
4.	Afonso Ferreira, Filipe	16	214552	CCDSerta	5:08.02	327
	TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho					
	50m: 33.68	33.68	150m: 1:49.97	39.16	250m: 3:10.07	40.35
	100m: 1:10.81	37.13	200m: 2:29.72	39.75	300m: 3:50.42	40.35
	350m: 4:30.46	40.04	400m: 5:08.02	37.56		

Prova 19, Masc., 400m Livres, Juvenis ANICentro

Lugar	Nome	Idade	Licença	Clube	Tempo Final	AQUA
5.	David Martinho, Vicente <i>TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho</i>	15	219242	Portalegre	5:11.62	315
	50m: 34.78 34.78 150m: 1:54.27 39.62 250m: 3:13.97 39.57 350m: 4:33.73 39.82					
	100m: 1:14.65 39.87 200m: 2:34.40 40.13 300m: 3:53.91 39.94 400m: 5:11.62 37.89					

Absolutos ANALEN

1.	Tiago Manuel, Azinheirinha <i>TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho</i>	28	123043	Acmn	4:27.04	502
	50m: 30.07 30.07 150m: 1:36.26 33.62 250m: 2:44.16 33.82 350m: 3:53.37 34.87					
	100m: 1:02.64 32.57 200m: 2:10.34 34.08 300m: 3:18.50 34.34 400m: 4:27.04 33.67					
2.	Pedro Caeiro, Marques <i>TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho</i>	17	212615	Aminata	4:34.97	459
	50m: 31.01 31.01 150m: 1:39.76 34.96 250m: 2:50.42 35.65 350m: 4:00.82 35.02					
	100m: 1:04.80 33.79 200m: 2:14.77 35.01 300m: 3:25.80 35.38 400m: 4:34.97 34.15					
3.	Afonso Silva, Rodrigues <i>TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho</i>	17	208670	Ndco	4:42.64	423
	50m: 31.30 31.30 150m: 1:41.05 35.51 250m: 2:53.07 36.13 350m: 4:06.58 37.09					
	100m: 1:05.54 34.24 200m: 2:16.94 35.89 300m: 3:29.49 36.42 400m: 4:42.64 36.06					
4.	Samuel Andre, Mariano <i>TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho</i>	24	132931	Litoral Alentejano	4:44.61	414
	50m: 30.85 30.85 150m: 1:38.74 34.01 250m: 2:50.91 36.51 350m: 4:07.24 38.54					
	100m: 1:04.73 33.88 200m: 2:14.40 35.66 300m: 3:28.70 37.79 400m: 4:44.61 37.37					
5.	Francisco Reis, Maguas <i>TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho</i>	20	204910	Ndco	4:49.70	393
	50m: 32.85 32.85 150m: 1:44.37 36.09 250m: 2:58.35 37.33 350m: 4:10.69 35.32					
	100m: 1:08.28 35.43 200m: 2:21.02 36.65 300m: 3:35.37 37.02 400m: 4:49.70 39.01					

Absolutos ANICentro

1.	Afonso Maria, Bento <i>TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho</i>	17	211118	AN Albicastrense	4:27.09	501
	50m: 29.33 29.33 150m: 1:34.12 33.13 250m: 2:42.85 34.62 350m: 3:53.56 35.60					
	100m: 1:00.99 31.66 200m: 2:08.23 34.11 300m: 3:17.96 35.11 400m: 4:27.09 33.53					
2.	Tomas Verissimo, Silva <i>TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho</i>	17	220440	Natacao do Fundao / YesEnergy	4:39.66	437
	50m: 30.53 30.53 150m: 1:39.41 35.14 250m: 2:51.71 35.93 350m: 4:04.20 36.12					
	100m: 1:04.27 33.74 200m: 2:15.78 36.37 300m: 3:28.08 36.37 400m: 4:39.66 35.46					
3.	Romulo Artur, Silva <i>TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho</i>	18	205494	Eléctrico	4:45.54	410
	50m: 32.11 32.11 150m: 1:42.38 35.85 250m: 2:56.34 37.34 350m: 4:10.64 36.75					
	100m: 1:06.53 34.42 200m: 2:19.00 36.62 300m: 3:33.89 37.55 400m: 4:45.54 34.90					
4.	Manuel Maria, Sanguinho <i>TAC Reg Verão, Reguengos de Monsaraz 03 a 05 Julho</i>	17	209031	Elvense	5:04.08	340
	50m: 32.62 32.62 150m: 1:49.26 39.54 250m: 3:07.63 39.19 350m: 4:26.61 39.63					
	100m: 1:09.72 37.10 200m: 2:28.44 39.18 300m: 3:46.98 39.35 400m: 5:04.08 37.47					