



Progressão de Atletas (Detalhes)

Todas as provas

Prova	Jornada	Lugar	Tempo total	Pts	Tp inscr.	Data	%	RP
Academia Cult Rec Concelho Castro Daire								
ALMEIDA, Albino David, 29-01-1999								
200m Livres	Tempo Final	9.	2:48.15	206	NT		-	-
400m Livres	Tempo Final	20.	6:00.49	205	NT		-	-
100m Costas	Tempo Final	3.	1:29.40	164	NT		-	-
MAXIMO, Joao Luis, 23-08-1998								
200m Livres	Tempo Final	10.	2:29.59	293	NT		-	-
400m Livres	Tempo Final	18.	5:21.89	288	NT		-	-
100m Costas	Tempo Final	2.	1:19.08	237	NT		-	-
200m Estilos	Tempo Final	13.	2:50.96	266	NT		-	-
MENESES, Daniel Estevao, 15-06-1999								
200m Livres	Tempo Final	14.	2:54.39	185	NT		-	-
400m Livres	Tempo Final	21.	6:01.66	203	NT		-	-
100m Costas	Tempo Final	4.	1:30.31	159	NT		-	-
200m Estilos	Tempo Final	17.	3:13.19	184	NT		-	-
MENESES, Diogo Estevao, 15-06-1999								
200m Livres	Tempo Final	16.	3:05.36	154	NT		-	-
400m Livres	Tempo Final	28.	6:26.53	166	NT		-	-
100m Mariposa	Tempo Final	8.	1:45.93	95	NT		-	-
200m Estilos	Tempo Final	23.	3:28.89	146	NT		-	-
RELVA, Tiago Alexandre, 03-01-1996								
200m Livres	Tempo Final	5.	2:25.78	316	NT		-	-
400m Livres	Tempo Final	12.	5:16.43	304	NT		-	-
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:15.36	266	NT		-	-
200m Estilos	Tempo Final	11.	2:49.96	271	NT		-	-
RODRIGUES, Antonio Ferreira, 26-09-1998								
200m Livres	Tempo Final	14.	2:57.70	174	NT		-	-
400m Livres	Tempo Final	26.	6:14.21	183	NT		-	-
100m Costas	Tempo Final	5.	1:35.81	133	NT		-	-
200m Estilos	Tempo Final	22.	3:24.45	156	NT		-	-



Académico De Viseu Futebol Clube								53
CARDOSO, Antonio Pedro, 06-07-1997								4
200m Livres	Tempo Final	5.	2:22.20	341	2:22.31	20-11-2011	100%	
400m Livres	Tempo Final	6.	4:55.41	373	5:20.93		118%	
100m Costas	Tempo Final	1.	1:17.40	252	1:17.62		101%	
200m Estilos	Tempo Final	12.	2:47.95	281	2:50.38		103%	
CARVALHO, Alessandro Diogo, 28-02-1996								1
400m Livres	Tempo Final	3.	4:30.19	488	4:27.84	19-11-2011	98%	
100m Costas	Tempo Final	2.	1:08.70	361	1:07.68		97%	
200m Mariposa	Tempo Final	2.	2:18.72	486	2:16.46	06-11-2011	97%	
200m Estilos	Tempo Final	3.	2:22.69	459	2:24.35	06-11-2011	102%	
COSTA, Jose Diogo, 25-06-1996								3
200m Livres	Tempo Final	3.	2:11.68	429	2:13.33	05-11-2011	103%	
400m Livres	Tempo Final	5.	4:39.48	441	4:57.38		113%	
100m Costas	Tempo Final	4.	1:13.93	290	1:14.55		102%	
COUTO, Sara Barreira, 15-08-1998								4
100m Livres	Tempo Final	7.	1:12.00	355	1:17.25		115%	
200m Livres	Tempo Final	8.	2:37.20	353	2:42.72	05-11-2011	107%	
400m Livres	Tempo Final	16.	5:29.38	362	6:01.21		120%	
200m Estilos	Tempo Final	20.	3:00.93	326	3:09.64		110%	
CUNHA, Filipe Fonte, 09-01-1998								-
400m Livres	Tempo Final	22.	5:40.73	243	NT		-	
200m Costas	Tempo Final	5.	2:59.87	205	NT		-	
100m Mariposa	Tempo Final	10.	1:23.35	196	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	17.	2:57.03	240	NT		-	
CUNHA, Goncalo Santos, 16-02-1999								-
200m Costas	Tempo Final	6.	2:58.81	208	NT		-	
FERREIRA, Antonio Francisco, 16-04-1998								4
400m Livres	Tempo Final	8.	4:51.18	390	5:04.77	16-10-2011	110%	
200m Costas	Tempo Final	3.	2:35.22	319	2:36.50	05-11-2011	102%	
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:11.32	314	1:16.74		116%	
200m Estilos	Tempo Final	7.	2:37.42	341	2:41.60	21-01-2012	105%	
FIGUEIREDO, Rui Pedro, 15-04-1997								1
100m Livres	Tempo Final	2.	1:01.34	393	59.65	19-11-2011	95%	
400m Livres	Tempo Final	3.	4:45.60	413	4:46.79		101%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:00.32	299	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	2.	2:29.85	396	2:29.84	06-11-2011	100%	
GABRIEL, Jose Luis, 18-07-1996								1
400m Livres	Tempo Final	1.	4:17.08	566	4:18.08		101%	
100m Costas	Tempo Final	1.	1:04.10	445	1:03.04		97%	
200m Mariposa	Tempo Final	1.	2:18.31	490	2:13.52	19-11-2011	93%	
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:15.49	536	2:09.06	17-12-2011	91%	
GARCIA, Pedro Rafael, 09-06-1996								-
400m Livres	Tempo Final	9.	4:51.69	388	4:42.63	19-11-2011	94%	
200m Costas	Tempo Final	2.	2:38.56	299	NT		-	
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:08.98	347	1:08.25	19-11-2011	98%	
200m Estilos	Tempo Final	7.	2:34.76	359	2:30.85	06-11-2011	95%	
LOPES, Beatriz Sanches, 01-01-1997								-
200m Livres	Tempo Final	EXH	2:55.00	256	NT		-	
100m Costas	Tempo Final	EXH	1:24.42	280	NT		-	
MACHADO, Madalena Amaro, 25-04-1998								4
100m Livres	Tempo Final	3.	1:09.79	390	1:11.25	19-11-2011	104%	
400m Livres	Tempo Final	5.	5:07.10	447	5:37.36		121%	
200m Mariposa	Tempo Final	1.	2:49.30	363	2:56.59	19-11-2011	109%	
200m Estilos	Tempo Final	6.	2:51.56	383	2:53.58	06-11-2011	102%	
MARTINS, Claudia Isabel, 26-04-2000								3
100m Livres	Tempo Final	1.	1:14.40	322	1:17.41	21-01-2012	108%	
400m Livres	Tempo Final	5.	5:40.57	328	6:33.47		133%	
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:29.46	265	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	5.	3:05.19	304	3:17.87	15-10-2011	114%	
MONTEIRO, Guilherme Filipe, 09-08-1999								3
100m Livres	Tempo Final	6.	1:14.36	220	1:16.37		105%	
400m Livres	Tempo Final	13.	5:39.90	245	6:09.87		118%	
200m Costas	Tempo Final	4.	2:52.09	234	2:52.02	22-01-2012	100%	
200m Estilos	Tempo Final	10.	3:02.28	220	3:09.90	15-10-2011	109%	
MOURA, Andre Magalhaes, 19-04-1998								4
100m Livres	Tempo Final	5.	1:04.50	338	1:06.67		107%	
400m Livres	Tempo Final	9.	4:52.08	386	5:08.53	16-10-2011	112%	
200m Bruços	Tempo Final	2.	2:44.85	392	2:48.35	06-11-2011	104%	
200m Estilos	Tempo Final	3.	2:31.75	381	2:33.91	06-11-2011	103%	



NUNES, Ricardo Filipe, 10-12-1997								3
200m Livres	Tempo Final	7.	2:27.37	306	2:25.29	20-11-2011	97%	
400m Livres	Tempo Final	11.	5:11.70	318	5:22.52		107%	
100m Mariposa	Tempo Final	4.	1:12.98	293	1:19.65		119%	
200m Estilos	Tempo Final	8.	2:43.07	307	2:48.50		107%	
PIRES, Viviana Raquel, 28-06-2000								2
100m Livres	Tempo Final	3.	1:22.50	236	1:24.38	06-11-2011	105%	
400m Livres	Tempo Final	12.	6:01.49	274	NT		-	
200m Costas	Tempo Final	2.	3:03.65	280	3:08.80	05-11-2011	106%	
RODRIGUES, Rafaela Ferreira, 03-01-1998								2
200m Livres	Tempo Final	5.	2:29.08	414	2:28.74	20-11-2011	100%	
400m Livres	Tempo Final	7.	5:12.07	426	5:14.03	19-11-2011	101%	
100m Costas	Tempo Final	5.	1:20.74	320	1:20.46	19-11-2011	99%	
200m Estilos	Tempo Final	8.	2:53.00	373	2:56.90	06-11-2011	105%	
SANTOS, Pedro Ribeiro, 13-05-1996								4
400m Livres	Tempo Final	2.	4:26.81	507	4:27.45	19-11-2011	100%	
200m Costas	Tempo Final	1.	2:20.50	430	2:22.98	05-11-2011	104%	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:11.59	468	1:11.81		101%	
200m Estilos	Tempo Final	2.	2:16.56	523	2:24.04	06-11-2011	111%	
SILVA, Hernani Rafael, 25-06-1998								3
200m Livres	Tempo Final	8.	2:26.96	309	2:28.76	22-01-2012	102%	
400m Livres	Tempo Final	20.	5:25.03	280	5:50.79	16-10-2011	116%	
100m Costas	Tempo Final	4.	1:23.70	199	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	14.	2:52.54	259	2:58.40	06-11-2011	107%	
TEIXEIRA, Joao Pedro, 23-01-1999								3
100m Livres	Tempo Final	3.	1:11.23	251	1:13.76	21-01-2012	107%	
400m Livres	Tempo Final	8.	5:29.22	269	6:49.22		155%	
200m Costas	Tempo Final	5.	2:58.38	210	2:56.49	05-11-2011	98%	
200m Estilos	Tempo Final	5.	2:55.56	246	2:58.78	06-11-2011	104%	
TEIXEIRA, Jose Guilherme, 23-01-1999								4
400m Livres	Tempo Final	16.	5:52.39	220	6:53.44		138%	
200m Costas	Tempo Final	7.	3:01.23	200	3:03.61	22-01-2012	103%	
100m Mariposa	Tempo Final	4.	1:30.59	153	1:39.76		121%	
200m Estilos	Tempo Final	15.	3:05.62	208	3:12.23	06-11-2011	107%	



Assoc. Ed. Fisica e Desp. de Tondela								1
ALMIRO, Antonio Leitao, 04-08-1997								-
100m Livres	Tempo Final	6.	1:10.82	255	1:07.31	19-11-2011	90%	
400m Livres	Tempo Final	17.	5:48.14	228	NT		-	
200m Costas	Tempo Final	5.	3:01.34	200	2:56.85	05-11-2011	95%	
200m Estilos	Tempo Final	16.	3:04.47	212	NT		-	
LOPES, Eva Mota, 18-09-2000								-
400m Livres	Tempo Final	29.	6:57.88	177	NT		-	
200m Bruços	Tempo Final	6.	3:58.43	179	3:44.00	22-01-2012	88%	
100m Mariposa	Tempo Final	7.	1:54.85	110	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	23.	3:45.32	169	NT		-	
MIROTO, Francisca Almiro, 26-10-1999								1
200m Livres	Tempo Final	10.	2:50.69	276	2:46.92	22-01-2012	96%	
400m Livres	Tempo Final	18.	5:57.40	283	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	8.	1:39.46	250	1:43.71	05-11-2011	109%	
200m Estilos	Tempo Final	18.	3:14.83	261	NT		-	



Associação de Natação de Aveiro

Dia Olimpico INF-JUV
Viseu, 4- - 5-2-2012

Assoc. Ed. Fisica e Desp. S. Pedro do Sul									1
COUTINHO, Diogo Manuel, 05-11-1998									-
200m Livres	Tempo Final	13.	2:46.60	212	NT			-	
400m Livres	Tempo Final	25.	5:59.72	206	NT			-	
100m Mariposa	Tempo Final	11.	1:36.06	128	NT			-	
200m Estilos	Tempo Final	21.	3:10.37	193	NT			-	
MALVA, Barbara Neto, 28-12-1999									-
200m Livres	Tempo Final	15.	3:09.16	202	NT			-	
400m Livres	Tempo Final	24.	6:35.21	210	NT			-	
100m Bruços	Tempo Final	10.	1:48.21	194	NT			-	
RODRIGUES, António Tiago, 20-05-1998									1
400m Livres	Tempo Final	16.	5:18.86	297	6:10.46	22-01-2011	135%	-	
100m Mariposa	Tempo Final	8.	1:21.20	212	NT			-	
RUAS, Marta Martins, 27-10-1998									-
200m Livres	Tempo Final	14.	3:24.36	160	NT			-	
400m Livres	Tempo Final	31.	7:12.46	160	NT			-	
100m Bruços	Tempo Final	8.	1:45.12	212	NT			-	
200m Estilos	Tempo Final	28.	3:31.59	204	NT			-	



Associação Estamos Juntos							47
ALBERGUEIRO, Rita Correia, 29-03-2000							4
400m Livres	Tempo Final	13.	6:03.62	269	6:40.28	121%	
200m Costas	Tempo Final	1.	2:54.37	327	3:03.19	110%	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:32.68	309	1:39.81	116%	
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:56.38	352	3:09.84	116%	
ALMEIDA, Paulo Filipe, 09-03-1999							1
200m Livres	Tempo Final	6.	2:39.06	243	2:35.95	96%	
400m Livres	Tempo Final	10.	5:38.52	248	5:47.98	106%	
100m Costas	Tempo Final	2.	1:24.99	190	1:24.62	99%	
ANACLETO, Inês Casimiro, 22-12-1999							4
400m Livres	Tempo Final	13.	5:46.60	311	5:56.83	106%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:35.31	244	3:38.74	103%	
100m Mariposa	Tempo Final	5.	1:25.67	265	1:38.14	131%	
200m Estilos	Tempo Final	11.	2:58.61	339	3:03.01	105%	
BRITO, Francisca Andrade, 03-08-2000							4
400m Livres	Tempo Final	23.	6:32.35	214	6:39.00	103%	
100m Costas	Tempo Final	5.	1:33.37	206	1:38.36	111%	
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:26.27	277	3:27.82	102%	
200m Estilos	Tempo Final	17.	3:27.34	217	3:30.95	104%	
CAMACHO, Diogo Henrique, 07-01-1999							2
100m Livres	Tempo Final	4.	1:11.80	245	1:18.27	119%	
400m Livres	Tempo Final	14.	5:45.29	233	6:36.22	132%	
200m Costas	Tempo Final	3.	2:49.37	245	2:45.27	95%	
200m Estilos	Tempo Final	12.	3:03.77	214	NT	-	
FREITAS, Carina Bento, 09-10-1999							2
400m Livres	Tempo Final	25.	6:43.78	196	6:50.02	103%	
100m Costas	Tempo Final	2.	1:30.03	230	1:29.09	98%	
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:40.12	228	NT	-	
200m Estilos	Tempo Final	19.	3:17.20	252	3:23.54	107%	
GUAL, André Freitas, 25-10-1999							4
200m Livres	Tempo Final	2.	2:25.54	318	2:38.96	119%	
400m Livres	Tempo Final	2.	5:09.59	324	5:45.61	125%	
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:21.80	208	1:34.23	133%	
200m Estilos	Tempo Final	2.	2:49.89	272	2:54.47	105%	
MACEDO, Xavier Costa, 31-03-1999							2
400m Livres	Tempo Final	25.	6:07.22	194	6:40.56	119%	
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:56.76	132	3:49.56	94%	
100m Mariposa	Tempo Final	5.	1:30.96	151	1:54.89	160%	
MARQUES, João Azevedo, 20-06-1996							1
100m Livres	Tempo Final	5.	1:13.03	233	1:13.56	101%	
MARTINS, Beatriz Teixeira, 09-05-2000							3
400m Livres	Tempo Final	1.	5:27.10	370	5:56.92	119%	
100m Costas	Tempo Final	1.	1:24.33	280	1:34.29	125%	
200m Estilos	Tempo Final	3.	3:03.48	313	3:20.65	120%	
MELO, João Soares, 07-09-1998							4
200m Livres	Tempo Final	3.	2:19.80	359	2:22.89	104%	
400m Livres	Tempo Final	12.	4:59.91	357	5:26.56	119%	
100m Mariposa	Tempo Final	7.	1:14.52	275	1:16.57	106%	
200m Estilos	Tempo Final	11.	2:45.64	293	2:46.72	101%	
NEVES, Nuno André, 21-02-1997							3
200m Livres	Tempo Final	4.	2:19.16	364	2:23.48	106%	
400m Livres	Tempo Final	9.	5:06.06	335	5:16.53	107%	
100m Mariposa	Tempo Final	6.	1:15.80	261	1:18.73	108%	
PEREIRA, Inês Eira, 16-06-1999							4
100m Livres	Tempo Final	3.	1:12.27	351	1:19.54	121%	
400m Livres	Tempo Final	15.	5:50.78	300	6:23.80	120%	
200m Costas	Tempo Final	4.	2:58.67	304	3:01.10	103%	
200m Estilos	Tempo Final	12.	3:02.60	317	3:18.74	118%	
PINHO, Raquel Moreira, 18-09-1998							3
200m Livres	Tempo Final	11.	2:46.97	295	2:52.13	106%	
400m Livres	Tempo Final	26.	6:03.68	269	6:01.29	99%	
100m Costas	Tempo Final	6.	1:25.68	267	1:25.90	101%	
200m Estilos	Tempo Final	21.	3:02.40	318	3:16.28	116%	
SANTOS, João Pedro, 23-02-1997							3
200m Livres	Tempo Final	8.	2:29.02	296	2:36.37	110%	
400m Livres	Tempo Final	16.	5:26.65	276	5:57.14	120%	
100m Mariposa	Tempo Final	8.	1:22.22	205	1:21.58	98%	
200m Estilos	Tempo Final	14.	2:52.65	259	3:13.23	125%	



VALENTE, Gil Vital, 07-01-1998

3

100m Livres	Tempo Final	7.	1:13.87	225	1:15.60	105%
400m Livres	Tempo Final	23.	5:45.37	233	6:13.62	117%
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:11.46	250	3:13.82	102%





Clube de Vouzela								11
MONTEIRO, Beatriz Natalia, 14-02-1998								4
100m Livres	Tempo Final	8.	1:12.39	349	1:14.99	06-11-2011	107%	
400m Livres	Tempo Final	20.	5:33.40	349	6:35.72	22-01-2011	141%	
200m Costas	Tempo Final	5.	2:55.19	322	2:56.96	22-01-2012	102%	
200m Estilos	Tempo Final	18.	2:59.85	332	3:12.57	15-05-2011	115%	
PEREIRA, Maria Lurdes, 04-05-1998								3
400m Livres	Tempo Final	10.	5:17.59	404	5:46.76	22-01-2011	119%	
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:15.42	326	3:12.87	22-01-2012	97%	
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:19.90	327	1:20.10		101%	
200m Estilos	Tempo Final	11.	2:54.69	362	3:03.68	15-05-2011	111%	
SOUSA, Sara Patricia, 01-09-1999								4
100m Livres	Tempo Final	1.	1:04.00	506	1:04.11	21-01-2012	100%	
400m Livres	Tempo Final	2.	4:50.67	527	5:08.41	04-12-2011	113%	
200m Costas	Tempo Final	1.	2:29.58	518	2:40.60	24-07-2011	115%	
200m Estilos	Tempo Final	2.	2:37.46	495	2:46.10	15-05-2011	111%	



Clube Desportivo de Campinho								19
FERREIRA, Beatriz Marques, 12-12-2000								1
400m Livres	Tempo Final	22.	6:30.38	217	NT	-	-	
200m Costas	Tempo Final	7.	3:22.21	209	3:17.95	22-01-2012	96%	
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:42.57	228	1:51.05	06-11-2011	117%	
GONCALVES, Nuno Ricardo, 20-11-1996								3
100m Livres	Tempo Final	1.	1:00.87	402	1:01.54	19-11-2011	102%	
400m Livres	Tempo Final	8.	4:45.51	413	5:12.37	-	120%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	2:46.19	382	2:45.92	22-01-2012	100%	
200m Estilos	Tempo Final	5.	2:31.11	386	2:39.65	-	112%	
LARANJEIRA, Joao Jose, 07-12-1998								3
100m Livres	Tempo Final	2.	1:00.09	418	1:03.47	06-11-2011	112%	
400m Livres	Tempo Final	6.	4:46.49	409	4:58.28	-	108%	
200m Costas	Tempo Final	1.	2:26.33	381	2:27.14	22-01-2012	101%	
PINTOR, Hugo Rafael, 06-04-1996								2
100m Livres	Tempo Final	6.	1:13.40	229	1:14.91	21-01-2012	104%	
400m Livres	Tempo Final	16.	6:09.23	191	NT	-	-	
200m Bruços	Tempo Final	5.	3:26.94	198	3:44.28	06-11-2011	117%	
200m Estilos	Tempo Final	15.	3:09.98	194	NT	-	-	
RODRIGUES, Ana Luis, 10-08-2000								3
200m Livres	Tempo Final	7.	2:52.62	267	3:07.55	16-10-2011	118%	
400m Livres	Tempo Final	14.	6:04.03	268	NT	-	-	
100m Mariposa	Tempo Final	4.	1:40.48	164	1:51.16	22-01-2012	122%	
200m Estilos	Tempo Final	9.	3:13.62	266	3:14.99	21-01-2012	101%	
SILVA, Miguel Aguiar, 22-07-1999								2
200m Livres	Tempo Final	10.	2:48.43	205	2:50.42	22-01-2012	102%	
400m Livres	Tempo Final	23.	6:03.03	201	NT	-	-	
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:35.90	194	1:43.45	05-11-2011	116%	
TAVARES, Tiago Manuel, 10-07-1999								2
100m Livres	Tempo Final	7.	1:16.64	201	1:27.97	06-11-2011	132%	
400m Livres	Tempo Final	27.	6:25.03	168	NT	-	-	
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:24.34	205	3:27.51	22-01-2012	103%	
200m Estilos	Tempo Final	21.	3:17.59	172	NT	-	-	
TEIXEIRA, Francisco Marques, 12-01-1998								3
100m Livres	Tempo Final	8.	1:14.82	216	1:22.24	15-05-2011	121%	
400m Livres	Tempo Final	24.	5:51.71	221	6:14.11	16-10-2011	113%	
200m Bruços	Tempo Final	5.	3:32.86	182	NT	-	-	
200m Estilos	Tempo Final	20.	3:08.30	199	3:24.72	15-05-2011	118%	



Clube Desportivo Estarreja								32
ARROJADO, Ana Miguel, 24-05-1999								2
400m Livres	Tempo Final	16.	5:53.99	292	6:11.24	16-10-2011	110%	
200m Costas	Tempo Final	6.	3:15.36	232	3:16.79	05-11-2011	101%	
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:36.59	273	1:34.19	21-01-2012	95%	
200m Estilos	Tempo Final	16.	3:12.69	270	3:11.78		99%	
AZEVEDO, Nuno Miguel, 12-02-1999								2
400m Livres	Tempo Final	15.	5:48.88	226	NT		-	
200m Costas	Tempo Final	8.	3:14.85	161	3:10.32	22-01-2012	95%	
100m Bruços	Tempo Final	7.	1:45.40	146	1:53.48	05-11-2011	116%	
200m Estilos	Tempo Final	19.	3:15.24	179	3:58.29		149%	
CORREIA, Ricardo Alexandre, 23-06-1997								1
400m Livres	Tempo Final	13.	5:16.85	302	5:15.83		99%	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:29.44	240	1:32.65		107%	
200m Estilos	Tempo Final	13.	2:48.96	276	2:42.59	21-01-2012	93%	
FERREIRA, Rosario Fatima, 19-08-1998								-
200m Livres	Tempo Final	9.	2:37.45	351	2:36.12	05-11-2011	98%	
400m Livres	Tempo Final	18.	5:32.29	353	5:25.48	19-11-2011	96%	
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:32.21	314	1:28.97		93%	
200m Estilos	Tempo Final	17.	2:58.65	339	2:54.02		95%	
FIGUEIRA, Pedro Daniel, 23-06-1998								3
200m Livres	Tempo Final	6.	2:23.88	329	2:25.28	05-11-2011	102%	
400m Livres	Tempo Final	13.	5:04.19	342	5:15.54		108%	
100m Mariposa	Tempo Final	4.	1:12.54	298	1:12.03	21-01-2012	99%	
200m Estilos	Tempo Final	12.	2:47.07	286	2:51.61		106%	
LOPES, Ariana Santos, 30-08-2000								2
100m Livres	Tempo Final	2.	1:19.60	263	1:29.06	06-11-2011	125%	
400m Livres	Tempo Final	15.	6:05.35	265	NT		-	
200m Costas	Tempo Final	6.	3:21.53	212	3:32.47	05-11-2011	111%	
200m Estilos	Tempo Final	15.	3:26.14	220	NT		-	
LOPES, Barbara Sofia, 08-07-1998								3
200m Livres	Tempo Final	1.	2:20.20	498	2:21.21	20-11-2011	101%	
400m Livres	Tempo Final	3.	5:00.51	477	5:07.78		105%	
100m Costas	Tempo Final	3.	1:17.93	355	1:18.27		101%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	2:49.26	398	2:46.77		97%	
LOPES, Tiago Gabriel, 11-11-1999								3
200m Livres	Tempo Final	5.	2:35.28	262	2:43.01	16-10-2011	110%	
400m Livres	Tempo Final	6.	5:21.38	290	NT		-	
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:17.94	240	1:25.17	05-11-2011	119%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	2:52.62	259	2:52.74	21-01-2012	100%	
PINHO, Jessica Pinto, 26-05-1998								3
100m Livres	Tempo Final	6.	1:11.34	365	1:17.43	06-11-2011	118%	
400m Livres	Tempo Final	17.	5:30.80	358	5:42.16	19-11-2011	107%	
200m Costas	Tempo Final	4.	2:53.59	331	2:52.48	22-01-2012	99%	
200m Estilos	Tempo Final	24.	3:05.88	301	3:08.27	19-11-2011	103%	
RAMOS, Carlos Daniel, 08-12-1996								3
400m Livres	Tempo Final	7.	4:44.38	418	4:47.22	19-11-2011	102%	
100m Costas	Tempo Final	3.	1:11.23	324	1:13.88		108%	
200m Bruços	Tempo Final	2.	2:53.59	335	2:54.70	14-01-2012	101%	
200m Estilos	Tempo Final	8.	2:34.82	359	2:34.17	06-11-2011	99%	
SANHUDO, Gabriela Silva, 18-05-1999								2
400m Livres	Tempo Final	14.	5:48.55	306	6:56.66	16-10-2011	143%	
100m Mariposa	Tempo Final	7.	1:32.96	207	1:44.52	05-11-2011	126%	
200m Estilos	Tempo Final	15.	3:10.69	278	NT		-	
SILVA, Beatriz Valente, 11-07-1998								4
400m Livres	Tempo Final	23.	5:38.55	334	5:42.78	19-11-2011	103%	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:30.96	327	1:34.76	05-11-2011	109%	
200m Mariposa	Tempo Final	2.	3:01.21	296	3:01.74	22-01-2012	101%	
200m Estilos	Tempo Final	15.	2:58.38	340	3:00.68	19-11-2011	103%	
SILVA, Maria Joao, 15-09-2000								-
200m Livres	Tempo Final	13.	3:18.73	175	NT		-	
400m Livres	Tempo Final	27.	6:53.28	183	NT		-	
100m Costas	Tempo Final	6.	1:40.73	164	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	22.	3:43.17	174	NT		-	
TAVARES, Sara Brandao, 12-03-1998								4
200m Livres	Tempo Final	7.	2:34.25	374	2:35.99	22-01-2012	102%	
400m Livres	Tempo Final	11.	5:18.63	400	5:27.06	19-11-2011	105%	
100m Bruços	Tempo Final	6.	1:33.50	301	1:34.56	05-11-2011	102%	
200m Estilos	Tempo Final	13.	2:56.47	351	3:08.05		114%	



Clube Desportivo Feirense								47
ALMEIDA, Andre Santos, 22-07-1999								3
100m Livres	Tempo Final	5.	1:13.70	226	1:14.76	21-01-2012	103%	
400m Livres	Tempo Final	11.	5:39.70	245	5:54.26		109%	
200m Estilos	Tempo Final	9.	3:01.41	223	3:08.73	15-10-2011	108%	
ARAUJO, Tiago Filipe, 07-12-1996								3
200m Livres	Tempo Final	6.	2:26.58	311	2:33.43		110%	
400m Livres	Tempo Final	14.	5:20.38	292	5:22.71		101%	
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:15.50	399	1:16.80	05-11-2011	103%	
200m Estilos	Tempo Final	9.	2:40.76	321	2:34.87	06-11-2011	93%	
BARBOSA, Tiago Oliveira, 20-07-1999								2
100m Livres	Tempo Final	2.	1:10.48	259	1:11.35	06-11-2011	102%	
400m Livres	Tempo Final	9.	5:35.18	255	5:56.28	03-12-2011	113%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:13.81	241	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	6.	2:55.76	245	2:54.70	21-01-2012	99%	
BASTOS, Catarina Alves, 07-03-1998								4
100m Livres	Tempo Final	10.	1:19.28	266	1:20.86	06-11-2011	104%	
400m Livres	Tempo Final	28.	6:13.56	248	6:31.80		110%	
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:25.68	280	3:26.32	22-01-2012	101%	
200m Estilos	Tempo Final	26.	3:13.90	265	3:20.18	06-11-2011	107%	
COELHO, Alexandre Cerqueira, 11-04-1998								3
100m Livres	Tempo Final	6.	1:09.71	267	1:15.32	06-11-2011	117%	
400m Livres	Tempo Final	21.	5:38.12	249	6:05.30	16-10-2011	117%	
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:06.79	269	3:03.58	22-01-2012	97%	
200m Estilos	Tempo Final	16.	2:55.69	245	3:08.35		115%	
COELHO, Ines Pinho, 22-06-1999								3
200m Livres	Tempo Final	7.	2:34.18	374	2:34.39	22-01-2012	100%	
400m Livres	Tempo Final	11.	5:34.39	346	5:34.22	11-12-2011	100%	
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:21.72	305	1:28.71		118%	
200m Estilos	Tempo Final	8.	2:55.85	355	3:06.24		112%	
COELHO, Maria Ines, 10-07-1998								1
200m Livres	Tempo Final	10.	2:38.70	343	2:34.50		95%	
400m Livres	Tempo Final	22.	5:37.07	338	5:38.39		101%	
100m Costas	Tempo Final	1.	1:16.67	373	1:15.59		97%	
COIMBRA, Daniel Baptista, 04-05-1996								2
100m Livres	Tempo Final	3.	1:04.22	342	1:05.22	06-11-2011	103%	
400m Livres	Tempo Final	11.	5:15.51	306	5:08.53		96%	
200m Costas	Tempo Final	3.	2:41.39	284	2:41.81		101%	
200m Estilos	Tempo Final	12.	2:50.42	269	2:44.78		93%	
CORREIA, Andre Filipe, 19-05-1997								2
400m Livres	Tempo Final	15.	5:26.56	276	5:22.31		97%	
200m Bruços	Tempo Final	2.	3:03.30	285	3:05.73		103%	
100m Mariposa	Tempo Final	7.	1:21.19	212	1:20.32		98%	
200m Estilos	Tempo Final	11.	2:47.35	284	2:48.62	21-01-2012	102%	
DIAS, Joao Pedro, 15-02-1996								3
100m Livres	Tempo Final	2.	1:03.14	360	1:03.71	21-01-2012	102%	
400m Livres	Tempo Final	13.	5:20.12	293	5:40.41	03-12-2011	113%	
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:08.56	262	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	10.	2:48.22	280	2:55.48		109%	
DOMINGUES, Tomas Mota, 05-07-1999								2
200m Livres	Tempo Final	11.	2:48.61	204	2:53.00		105%	
400m Livres	Tempo Final	24.	6:03.72	200	6:31.99	03-12-2011	116%	
200m Estilos	Tempo Final	13.	3:04.43	212	2:58.29	15-10-2011	93%	
MELO, Marisa Silva, 27-06-2000								3
400m Livres	Tempo Final	11.	6:01.45	274	6:19.90	04-12-2011	110%	
100m Costas	Tempo Final	2.	1:29.50	234	1:39.46		123%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:23.18	290	3:16.05	22-01-2012	93%	
200m Estilos	Tempo Final	10.	3:15.45	259	3:24.36	15-10-2011	109%	
MOTA, Telma Alves, 23-05-1998								4
200m Livres	Tempo Final	13.	3:08.99	203	3:26.75	04-12-2011	120%	
400m Livres	Tempo Final	30.	6:39.68	203	7:03.10	04-12-2011	112%	
100m Costas	Tempo Final	8.	1:31.65	218	1:32.18		101%	
200m Estilos	Tempo Final	27.	3:22.37	233	3:28.46	21-01-2012	106%	
OLIVEIRA, Lino Ricardo, 23-03-1999								4
200m Livres	Tempo Final	7.	2:45.57	216	2:52.49	16-10-2011	109%	
400m Livres	Tempo Final	19.	5:55.42	214	6:06.48	03-12-2011	106%	
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:30.55	231	1:33.05	21-01-2012	106%	
200m Estilos	Tempo Final	16.	3:07.32	202	3:08.81	15-10-2011	102%	
PEREIRA, Sara Gabriela, 11-12-2000								3
100m Livres	Tempo Final	4.	1:22.97	232	1:30.05	06-11-2011	118%	
400m Livres	Tempo Final	18.	6:19.95	236	7:42.41	04-12-2011	148%	



Associação de Natação de Aveiro

Dia Olimpico INF-JUV
Viseu, 4- - 5-2-2012

200m Costas	Tempo Final	5.	3:21.41	212	3:20.74	22-01-2012	99%	
200m Estilos	Tempo Final	14.	3:25.67	222	3:34.76	15-10-2011	109%	
PINHO, Ines Santos, 09-04-1998								
400m Livres	Tempo Final	25.	5:49.54	303	6:04.74		109%	2
100m Costas	Tempo Final	7.	1:25.70	267	1:21.70		91%	
200m Bruços	Tempo Final	6.	3:30.42	261	3:40.86		110%	
200m Estilos	Tempo Final	25.	3:07.44	293	3:03.54		96%	
SILVA, Ana Teresa, 24-09-2000								
400m Livres	Tempo Final	24.	6:42.06	199	7:06.77	04-12-2011	113%	3
200m Bruços	Tempo Final	4.	3:48.25	204	3:43.65	22-01-2012	96%	
100m Mariposa	Tempo Final	8.	1:56.09	106	1:59.83	03-12-2011	107%	
200m Estilos	Tempo Final	19.	3:35.43	193	3:36.96	15-10-2011	101%	



Clube Galitos de Aveiro								47
AMADOR, Rita Costa, 14-01-1999								4
200m Livres	Tempo Final	1.	2:18.59	516	2:21.31	05-11-2011	104%	
400m Livres	Tempo Final	1.	4:45.64	556	4:51.78	11-12-2011	104%	
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:13.52	419	1:15.57	22-01-2012	106%	
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:35.94	510	2:40.28	21-01-2012	106%	
CARVALHO, Gabriel Vidal, 29-12-1999								4
400m Livres	Tempo Final	5.	5:21.07	291	5:36.99	03-12-2011	110%	
200m Costas	Tempo Final	1.	2:42.15	280	2:47.87	22-01-2012	107%	
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:37.15	187	1:39.88	05-11-2011	106%	
200m Estilos	Tempo Final	11.	3:03.68	215	3:07.27	15-10-2011	104%	
CARVALHO, Ricardo Jorge, 16-03-1999								2
200m Livres	Tempo Final	1.	2:21.43	346	2:24.75	16-10-2011	105%	
400m Livres	Tempo Final	1.	5:02.22	348	5:22.79	04-06-2011	114%	
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:19.08	230	1:15.66	05-11-2011	92%	
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:42.89	308	2:41.98	21-01-2012	99%	
FERREIRA, Rafael Rocha, 24-06-1996								-
200m Livres	Tempo Final	2.	2:11.23	434	2:07.58	18-12-2011	95%	
400m Livres	Tempo Final	4.	4:30.69	485	4:21.55	18-12-2011	93%	
100m Costas	Tempo Final	5.	1:14.80	280	1:14.26	14-05-2011	99%	
200m Estilos	Tempo Final	6.	2:34.75	359	2:30.93	15-05-2011	95%	
GORDINHO, Andre Oliveira, 09-03-1998								2
200m Livres	Tempo Final	11.	2:34.13	267	2:33.57	05-11-2011	99%	
400m Livres	Tempo Final	17.	5:18.87	297	5:22.46	03-12-2011	102%	
100m Costas	Tempo Final	1.	1:16.33	263	1:17.11	21-01-2012	102%	
200m Estilos	Tempo Final	15.	2:55.40	247	2:49.08	06-11-2011	93%	
LOURENCO, Eliana Dirce, 13-05-2000								4
200m Livres	Tempo Final	5.	2:49.36	282	2:58.78	16-10-2011	111%	
400m Livres	Tempo Final	7.	5:44.87	316	6:15.09	04-12-2011	118%	
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:28.69	239	1:29.76	22-01-2012	102%	
200m Estilos	Tempo Final	6.	3:07.87	291	3:18.66	15-10-2011	112%	
MARIEIRO, Rita Goncalves, 15-01-2000								4
200m Livres	Tempo Final	1.	2:35.20	367	2:39.19	22-01-2012	105%	
400m Livres	Tempo Final	4.	5:35.19	344	6:06.37	04-06-2011	119%	
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:28.96	236	1:33.66	05-11-2011	111%	
200m Estilos	Tempo Final	2.	3:01.43	323	3:08.09	15-10-2011	107%	
MARQUES, Carla Laranjeira, 17-10-2000								3
200m Livres	Tempo Final	2.	2:43.27	315	3:06.84	16-10-2011	131%	
400m Livres	Tempo Final	2.	5:29.06	363	6:52.67	04-06-2011	157%	
100m Costas	Tempo Final	4.	1:32.59	212	1:32.31	21-01-2012	99%	
200m Estilos	Tempo Final	8.	3:12.02	273	3:39.52	15-10-2011	131%	
MARTINS, Maria Teresa, 23-08-1998								2
100m Livres	Tempo Final	1.	1:03.84	510	1:03.68	11-12-2011	99%	
400m Livres	Tempo Final	2.	4:54.67	506	4:56.62	19-11-2011	101%	
200m Costas	Tempo Final	1.	2:37.46	444	2:31.09	22-01-2012	92%	
200m Estilos	Tempo Final	2.	2:41.40	460	2:45.57	05-02-2011	105%	
MONTEIRO, Patricia Cabral, 06-11-1999								4
400m Livres	Tempo Final	17.	5:54.71	290	6:19.86	16-10-2011	115%	
200m Costas	Tempo Final	5.	3:05.88	270	3:07.85	22-01-2012	102%	
100m Bruços	Tempo Final	7.	1:39.02	253	1:41.87	14-05-2011	106%	
200m Estilos	Tempo Final	17.	3:12.98	269	3:26.57	06-11-2011	115%	
OLIVEIRA, Afonso Branco, 15-11-1998								3
200m Livres	Tempo Final	7.	2:26.39	312	2:26.89	05-11-2011	101%	
400m Livres	Tempo Final	14.	5:06.29	335	5:13.48	16-10-2011	105%	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:20.93	324	1:20.88	21-01-2012	100%	
200m Estilos	Tempo Final	8.	2:39.35	329	2:43.05	06-11-2011	105%	
ROCHA, Leonor Figo, 30-07-1998								1
200m Livres	Tempo Final	2.	2:24.32	457	2:24.70		101%	
400m Livres	Tempo Final	6.	5:09.62	436	5:02.85	13-03-2011	96%	
100m Costas	Tempo Final	4.	1:18.00	355	1:16.14	29-05-2011	95%	
200m Estilos	Tempo Final	5.	2:49.89	394	2:43.13	15-05-2011	92%	
RODRIGUES, Ana Miguel, 23-06-2000								4
200m Livres	Tempo Final	8.	2:52.64	267	3:00.32	16-10-2011	109%	
400m Livres	Tempo Final	9.	5:58.46	281	6:19.86	04-12-2011	112%	
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:42.56	228	1:44.62	21-01-2012	104%	
200m Estilos	Tempo Final	13.	3:20.04	241	3:29.70	15-10-2011	110%	
SANTOS, Diogo Rafael, 07-11-1998								4
200m Livres	Tempo Final	1.	2:13.60	411	2:15.60	22-01-2012	103%	
400m Livres	Tempo Final	1.	4:39.71	440	4:47.90	16-10-2011	106%	
100m Mariposa	Tempo Final	5.	1:13.31	289	1:18.18	15-10-2011	114%	
200m Estilos	Tempo Final	6.	2:36.98	344	2:50.62	15-05-2011	118%	



Associação de Natação de Aveiro

Dia Olimpico INF-JUV
Viseu, 4- - 5-2-2012

SARMENTO, Joao Miguel, 04-01-1998							4
200m Livres	Tempo Final	9.	2:29.09	296	2:40.56	116%	
400m Livres	Tempo Final	15.	5:13.62	312	5:27.53	109%	
100m Mariposa	Tempo Final	9.	1:23.18	197	1:24.78	104%	
200m Estilos	Tempo Final	18.	2:59.86	229	3:12.87	115%	
VIEIRA, Pedro Miguel, 13-01-1998							2
200m Livres	Tempo Final	4.	2:20.19	356	2:20.15	100%	
400m Livres	Tempo Final	7.	4:50.83	391	4:58.67	105%	
100m Costas	Tempo Final	3.	1:20.00	228	1:19.00	98%	
200m Estilos	Tempo Final	10.	2:44.57	299	2:45.14	101%	



Clube Natacao de Vagos								23
ABREU, Bruno Ribau, 10-05-1997								3
100m Livres	Tempo Final	4.	1:04.23	342	1:07.90	29-05-2011	112%	
400m Livres	Tempo Final	14.	5:25.27	279	5:49.53	03-12-2011	115%	
200m Costas	Tempo Final	4.	2:55.00	222	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	15.	2:55.43	247	3:11.89	23-01-2011	120%	
GRAVATO, Mara Borba, 17-04-1999								2
200m Livres	Tempo Final	12.	2:59.84	236	2:58.10	22-01-2012	98%	
400m Livres	Tempo Final	20.	6:13.66	248	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	9.	1:46.89	201	1:52.56	05-11-2011	111%	
200m Estilos	Tempo Final	21.	3:23.02	231	3:46.53	05-02-2011	125%	
JESUS, Andreia Avila, 17-03-2000								-
100m Livres	Tempo Final	6.	1:32.52	167	NT		-	
400m Livres	Tempo Final	28.	6:53.49	183	NT		-	
MALTA, Inês Carolina, 31-07-1998								3
100m Livres	Tempo Final	5.	1:11.11	369	1:16.66	19-11-2011	116%	
400m Livres	Tempo Final	13.	5:22.88	385	5:40.37	19-11-2011	111%	
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:22.70	292	3:23.52	06-11-2011	101%	
200m Estilos	Tempo Final	14.	2:56.93	349	2:56.59	21-01-2012	100%	
MARQUES, Rafaela Vieira, 25-07-1998								3
200m Livres	Tempo Final	6.	2:33.36	380	2:41.10	20-11-2011	110%	
400m Livres	Tempo Final	21.	5:35.94	341	5:58.96	04-12-2011	114%	
100m Costas	Tempo Final	2.	1:17.53	361	1:21.35	21-01-2012	110%	
MARTINS, Goncalo Neves, 10-05-1999								2
200m Livres	Tempo Final	17.	3:09.81	143	3:22.71	16-10-2011	114%	
400m Livres	Tempo Final	26.	6:17.62	178	NT		-	
100m Mariposa	Tempo Final	9.	1:50.67	84	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	22.	3:24.30	156	3:38.64	15-10-2011	115%	
MONTEIRO, Ines Rosado, 03-04-2000								4
200m Livres	Tempo Final	4.	2:47.28	293	2:56.90	16-10-2011	112%	
400m Livres	Tempo Final	6.	5:44.76	316	6:05.95	04-12-2011	113%	
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:31.90	214	1:35.16	09-07-2011	107%	
200m Estilos	Tempo Final	7.	3:08.43	289	3:15.65	15-10-2011	108%	
PIMENTEL, Joana Gravato, 11-12-1999								3
200m Livres	Tempo Final	9.	2:41.30	327	2:39.96	21-01-2012	98%	
400m Livres	Tempo Final	12.	5:39.67	330	6:05.55	16-10-2011	116%	
100m Costas	Tempo Final	1.	1:26.57	259	1:29.61	06-11-2011	107%	
200m Estilos	Tempo Final	13.	3:03.95	310	3:30.15	15-05-2011	131%	
QUINTANEIRO, Leonardo Pereira, 13-05-1997								3
100m Livres	Tempo Final	5.	1:06.77	304	1:12.53	01-05-2011	118%	
400m Livres	Tempo Final	12.	5:12.39	315	5:38.90	03-12-2011	118%	
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:08.01	264	NT		-	
200m Estilos	Tempo Final	9.	2:45.56	293	2:51.24	29-05-2011	107%	



Coop. Art. Desp. Educativa e Social								11
JESUS, Jose Diogo, 06-07-1999								2
200m Livres	Tempo Final	13.	2:51.46	194	2:49.79		98%	
400m Livres	Tempo Final	17.	5:53.12	218	6:25.47		119%	
100m Mariposa	Tempo Final	7.	1:44.97	98	1:39.59		90%	
200m Estilos	Tempo Final	20.	3:16.49	175	3:18.84		102%	
MARTELO, Paulo Miguel, 18-12-1996								2
200m Livres	Tempo Final	4.	2:25.36	319	2:23.78	20-11-2011	98%	
400m Livres	Tempo Final	10.	5:12.76	314	5:16.15	19-11-2011	102%	
100m Costas	Tempo Final	6.	1:17.10	255	1:17.07	21-01-2012	100%	
200m Estilos	Tempo Final	14.	2:52.23	261	2:52.85	19-11-2011	101%	
MIRA, Daniela Filipa, 27-09-1999								2
200m Livres	Tempo Final	5.	2:31.97	391	2:30.50		98%	
400m Livres	Tempo Final	3.	5:11.63	428	5:12.73		101%	
100m Mariposa	Tempo Final	6.	1:27.02	253	1:27.86		102%	
200m Estilos	Tempo Final	14.	3:04.31	308	3:02.78		98%	
PRATAS, Ana Carolina, 29-05-2000								3
200m Livres	Tempo Final	9.	3:01.66	229	NT		-	
400m Livres	Tempo Final	16.	6:11.34	253	6:19.34		104%	
100m Costas	Tempo Final	3.	1:32.08	215	1:36.16		109%	
200m Estilos	Tempo Final	18.	3:29.65	209	3:38.12		108%	
SOARES, Ines Carolina, 26-01-1998								2
400m Livres	Tempo Final	15.	5:28.76	364	5:21.77	29-05-2011	96%	
200m Costas	Tempo Final	8.	2:58.22	306	2:53.39	22-01-2012	95%	
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:33.36	302	1:35.76	14-05-2011	105%	
200m Estilos	Tempo Final	12.	2:56.13	354	2:56.92	06-11-2011	101%	



Gafanha da Encarnacao								12
BAPTISTA, Bruna Neves, 05-10-1998								-
200m Livres	Tempo Final	12.	3:03.90	220	NT	-	-	
400m Livres	Tempo Final	29.	6:25.80	225	NT	-	-	
100m Bruços	Tempo Final	9.	1:46.15	206	NT	-	-	
BENTO, Regina Lopes, 04-11-2000								1
200m Livres	Tempo Final	14.	3:33.05	142	3:22.62	22-01-2012	90%	
400m Livres	Tempo Final	30.	7:02.68	171	7:09.24	04-12-2011	103%	
100m Costas	Tempo Final	8.	1:49.90	126	NT	-	-	
200m Estilos	Tempo Final	25.	3:52.20	154	NT	-	-	
BOLA, Ana Francisca, 30-04-2000								1
200m Livres	Tempo Final	12.	3:15.80	183	3:10.52	05-11-2011	95%	
400m Livres	Tempo Final	25.	6:44.49	195	7:00.29	04-12-2011	108%	
100m Mariposa	Tempo Final	6.	1:45.81	140	NT	-	-	
200m Estilos	Tempo Final	24.	3:45.34	169	NT	-	-	
FIGUEIRAS, Joel Sousa, 18-01-1999								3
200m Livres	Tempo Final	12.	2:49.93	199	2:55.85	05-11-2011	107%	
400m Livres	Tempo Final	22.	6:01.85	203	6:17.57	03-12-2011	109%	
100m Mariposa	Tempo Final	6.	1:41.84	107	1:41.23	04-12-2011	99%	
200m Estilos	Tempo Final	18.	3:14.05	182	3:16.68	06-11-2011	103%	
MELO, Edgar Ribau, 14-10-1999								1
400m Livres	Tempo Final	29.	7:07.72	123	7:27.85	03-12-2011	110%	
100m Bruços	Tempo Final	6.	1:37.74	184	NT	-	-	
PEREIRA, Joana Santos, 12-04-2000								2
400m Livres	Tempo Final	17.	6:18.28	239	6:46.47	04-12-2011	115%	
200m Costas	Tempo Final	4.	3:15.01	234	3:17.94	22-01-2012	103%	
100m Bruços	Tempo Final	6.	1:43.90	219	NT	-	-	
200m Estilos	Tempo Final	16.	3:26.93	218	NT	-	-	
PRIOR, Laura Santos, 31-07-1998								2
400m Livres	Tempo Final	19.	5:33.23	350	5:54.26	04-12-2011	113%	
200m Costas	Tempo Final	6.	2:56.50	315	NT	-	-	
100m Bruços	Tempo Final	7.	1:34.64	290	1:39.13	19-11-2011	110%	
200m Estilos	Tempo Final	16.	2:58.50	340	NT	-	-	
SANTOS, Sara Miguel, 09-07-1999								2
100m Livres	Tempo Final	4.	1:19.14	267	1:21.03	21-01-2012	105%	
400m Livres	Tempo Final	22.	6:21.38	233	7:10.52	04-12-2011	127%	
200m Bruços	Tempo Final	3.	3:51.55	196	NT	-	-	
200m Estilos	Tempo Final	22.	3:32.87	200	NT	-	-	



Ginasio Clube de Vila Real								26
AFONSO, Alexandra Lopes, 04-02-1999								4
400m Livres	Tempo Final	EXH	5:40.91	327	5:59.88	19-11-2011	111%	
100m Costas	Tempo Final	EXH	1:22.45	300	1:29.01		117%	
200m Bruços	Tempo Final	EXH	3:14.59	330	3:15.78	20-11-2011	101%	
200m Estilos	Tempo Final	EXH	3:01.35	324	3:11.30	20-11-2011	111%	
CABRAL, Rita Baptista, 09-04-2000								3
100m Livres	Tempo Final	EXH	1:14.54	320	1:16.66	12-11-2011	106%	
400m Livres	Tempo Final	EXH	5:57.33	284	6:08.56	19-11-2011	106%	
200m Costas	Tempo Final	EXH	3:02.06	287	3:18.98	20-11-2011	119%	
200m Estilos	Tempo Final	EXH	3:15.10	260	NT		-	
FONSECA, Miguel Angelo, 14-02-1999								4
200m Livres	Tempo Final	EXH	2:32.80	275	2:46.88	20-11-2011	119%	
400m Livres	Tempo Final	EXH	5:27.95	273	5:54.48	19-11-2011	117%	
100m Costas	Tempo Final	EXH	1:15.80	269	1:19.66	12-11-2011	110%	
200m Estilos	Tempo Final	EXH	2:51.16	266	3:27.73		147%	
LOPES, Nuno Tiago, 16-04-1998								4
200m Livres	Tempo Final	EXH	2:23.30	333	2:29.26	20-11-2011	108%	
400m Livres	Tempo Final	EXH	4:59.65	358	5:20.87	19-11-2011	115%	
100m Mariposa	Tempo Final	EXH	1:18.99	231	1:24.70	12-11-2011	115%	
200m Estilos	Tempo Final	EXH	2:46.07	291	2:56.00	20-11-2011	112%	
NOBREGA, Catarina Azevedo, 10-06-1999								3
200m Livres	Tempo Final	EXH	2:35.22	367	2:36.95	29-01-2012	102%	
400m Livres	Tempo Final	EXH	5:24.55	379	5:37.41	19-11-2011	108%	
100m Mariposa	Tempo Final	EXH	1:34.89	195	1:38.59	20-11-2011	108%	
200m Estilos	Tempo Final	EXH	3:14.69	262	NT		-	
SANTOS, Catarina Monteiro, 09-04-1999								4
400m Livres	Tempo Final	EXH	5:13.50	420	5:29.73	19-11-2011	111%	
100m Costas	Tempo Final	EXH	1:18.13	353	1:25.84	20-11-2011	121%	
200m Bruços	Tempo Final	EXH	3:13.31	337	3:37.07		126%	
200m Estilos	Tempo Final	EXH	2:47.87	408	2:53.22	12-11-2011	106%	
SOUSA, Carolina, 28-04-1999								4
100m Livres	Tempo Final	EXH	1:10.06	385	1:14.28	19-11-2011	112%	
400m Livres	Tempo Final	EXH	5:24.56	379	5:41.88	19-11-2011	111%	
200m Costas	Tempo Final	EXH	2:49.16	358	2:59.89	20-11-2011	113%	
200m Estilos	Tempo Final	EXH	3:01.40	324	3:27.63		131%	



Sport Algés e �gueda							30
FIGUEIREDO, Maria Luis, 17-08-1998							3
100m Livres	Tempo Final	4.	1:10.59	377	1:15.52	114%	
400m Livres	Tempo Final	9.	5:14.80	415	5:14.85	100%	
200m Costas	Tempo Final	3.	2:51.69	342	2:48.53	96%	
200m Estilos	Tempo Final	9.	2:53.22	372	2:56.54	104%	
LEAL, Beatriz Olaio, 26-08-2000							1
400m Livres	Tempo Final	26.	6:46.23	193	NT	-	
100m Costas	Tempo Final	7.	1:43.05	153	NT	-	
200m Bruços	Tempo Final	7.	4:20.49	137	4:43.86	119%	
MARQUES, Ana Beatriz, 26-10-2000							3
100m Livres	Tempo Final	5.	1:29.29	186	1:36.01	116%	
400m Livres	Tempo Final	19.	6:22.68	231	NT	-	
200m Bruços	Tempo Final	5.	3:51.43	196	3:58.94	107%	
200m Estilos	Tempo Final	21.	3:39.26	183	3:47.78	108%	
MARQUES, Ana Catarina, 20-04-1998							3
100m Livres	Tempo Final	9.	1:16.97	291	1:20.07	108%	
400m Livres	Tempo Final	27.	6:05.83	264	6:22.06	109%	
200m Bruços	Tempo Final	5.	3:26.08	278	3:19.03	93%	
200m Estilos	Tempo Final	22.	3:05.40	303	3:12.22	107%	
MELO, Joao Gabriel, 09-02-1999							3
200m Livres	Tempo Final	3.	2:27.56	305	2:34.74	110%	
400m Livres	Tempo Final	3.	5:13.45	312	NT	-	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:30.11	235	1:30.63	101%	
200m Estilos	Tempo Final	3.	2:52.19	261	2:59.12	108%	
MELO, Joao Ismael, 07-05-1997							4
100m Livres	Tempo Final	3.	1:03.35	356	1:03.74	101%	
400m Livres	Tempo Final	7.	4:57.31	366	4:58.67	101%	
200m Costas	Tempo Final	3.	2:33.41	330	2:40.90	110%	
200m Estilos	Tempo Final	7.	2:38.09	337	2:40.60	103%	
OLIVEIRA, Gabriela Martins, 30-11-1999							3
200m Livres	Tempo Final	13.	3:02.05	227	3:07.08	05-11-2011	106%
400m Livres	Tempo Final	21.	6:14.14	247	6:37.86	04-12-2011	113%
100m Mariposa	Tempo Final	8.	1:35.06	194	1:53.71	14-05-2011	143%
200m Estilos	Tempo Final	20.	3:21.88	235	3:10.18	21-01-2012	89%
OLIVEIRA, Tiago Abrantes, 01-05-1998							4
200m Livres	Tempo Final	5.	2:20.68	352	2:34.74	121%	
400m Livres	Tempo Final	10.	4:54.68	376	4:56.55	101%	
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:11.09	317	1:12.76	105%	
200m Estilos	Tempo Final	5.	2:36.15	350	2:39.43	104%	
POSSE, Barbara Outeiro, 31-07-2000							2
400m Livres	Tempo Final	8.	5:53.15	294	7:12.16	150%	
200m Costas	Tempo Final	3.	3:13.96	237	NT	-	
100m Mariposa	Tempo Final	5.	1:43.47	150	1:46.41	106%	
200m Estilos	Tempo Final	12.	3:17.81	249	3:12.79	95%	
RIBEIRO, Beatriz Almeida, 21-12-1999							-
200m Livres	Tempo Final	14.	3:06.64	211	NT	-	
400m Livres	Tempo Final	23.	6:24.21	228	NT	-	
100m Costas	Tempo Final	3.	1:39.67	170	NT	-	
SANTIAGO, Eduardo Augusto, 30-04-1998							2
100m Livres	Tempo Final	4.	1:00.73	405	1:01.43	102%	
400m Livres	Tempo Final	11.	4:55.82	372	5:24.30	120%	
200m Costas	Tempo Final	4.	2:35.90	315	2:35.19	99%	
TAVARES, Micaela Sofia, 23-03-2000							2
200m Livres	Tempo Final	6.	2:51.46	272	3:03.27	114%	
400m Livres	Tempo Final	10.	5:59.26	279	NT	-	
100m Bruços	Tempo Final	5.	1:43.11	224	1:42.63	99%	
200m Estilos	Tempo Final	11.	3:15.96	257	3:31.44	116%	
TELHADO, Carlota Ramos, 19-09-1998							-
400m Livres	Tempo Final	WDR	-	-	5:15.78	-	



Sporting Clube de Aveiro								42
BALSEIRO, Catarina Costa, 11-05-1999								4
200m Livres	Tempo Final	2.	2:28.64	418	2:33.81	05-11-2011	107%	
400m Livres	Tempo Final	4.	5:14.42	417	5:32.81		112%	
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:29.62	342	1:39.27		123%	
200m Estilos	Tempo Final	3.	2:46.68	417	2:47.83	21-01-2012	101%	
BASTOS, Ana Beatriz, 19-02-2000								4
200m Livres	Tempo Final	11.	3:06.46	211	3:17.24	16-10-2011	112%	
400m Livres	Tempo Final	20.	6:26.62	224	6:48.78	04-12-2011	112%	
100m Bruços	Tempo Final	7.	1:56.34	156	1:57.15	05-11-2011	101%	
200m Estilos	Tempo Final	20.	3:36.77	189	3:41.99	15-10-2011	105%	
CASTANHO, Jose Eduardo, 30-06-1998								4
200m Livres	Tempo Final	12.	2:34.40	266	2:34.84	22-01-2012	101%	
400m Livres	Tempo Final	19.	5:22.78	286	5:40.08	16-10-2011	111%	
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:37.04	188	1:42.55	14-05-2011	112%	
200m Estilos	Tempo Final	19.	3:00.08	228	3:16.06		119%	
DIAS, Andre Nunes, 17-10-1999								2
200m Livres	Tempo Final	15.	2:54.60	184	3:06.81	05-11-2011	114%	
400m Livres	Tempo Final	18.	5:54.77	215	6:24.34	03-12-2011	117%	
DIAS, Carlos Andre, 04-12-1996								-
100m Livres	Tempo Final	4.	1:07.46	295	NT		-	
400m Livres	Tempo Final	15.	5:23.77	283	NT		-	
200m Bruços	Tempo Final	3.	2:57.55	313	2:53.64	22-01-2012	96%	
200m Estilos	Tempo Final	13.	2:51.43	264	NT		-	
FELIX, Marta Silva, 11-11-1999								4
100m Livres	Tempo Final	2.	1:11.35	365	1:17.57		118%	
400m Livres	Tempo Final	8.	5:22.65	385	5:40.15	04-12-2011	111%	
200m Costas	Tempo Final	2.	2:43.34	398	2:45.90	10-12-2011	103%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	2:50.63	389	3:06.25		119%	
FERREIRA, Rita Maria, 22-05-1998								2
100m Livres	Tempo Final	2.	1:05.66	468	1:05.34	11-12-2011	99%	
400m Livres	Tempo Final	1.	4:52.59	517	4:57.18	11-12-2011	103%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	3:03.51	394	3:02.34	19-11-2011	99%	
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:39.76	474	2:42.53	12-11-2011	103%	
FONSECA, Teresa Carvalho, 09-02-1999								4
200m Livres	Tempo Final	8.	2:39.84	336	2:55.15	27-02-2011	120%	
400m Livres	Tempo Final	10.	5:30.66	358	6:38.81		145%	
100m Mariposa	Tempo Final	4.	1:23.12	290	1:24.02	21-01-2012	102%	
200m Estilos	Tempo Final	9.	2:56.71	350	3:08.62		114%	
MACHADO, Elsa Andrade, 11-03-2000								-
200m Livres	Tempo Final	10.	3:05.86	213	NT		-	
400m Livres	Tempo Final	21.	6:28.46	221	NT		-	
MESQUITA, Margarida Bento, 05-05-1999								3
400m Livres	Tempo Final	7.	5:20.16	395	5:36.31	16-10-2011	110%	
200m Costas	Tempo Final	3.	2:53.58	331	2:51.21		97%	
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:19.77	328	1:27.22		120%	
200m Estilos	Tempo Final	10.	2:56.82	349	3:04.48		109%	
PALHINHA, Andre Martins, 11-03-1999								3
100m Livres	Tempo Final	1.	1:08.33	284	1:13.87	26-03-2011	117%	
400m Livres	Tempo Final	7.	5:24.30	282	5:59.65	03-12-2011	123%	
200m Costas	Tempo Final	2.	2:48.10	251	2:46.66	22-01-2012	98%	
200m Estilos	Tempo Final	7.	2:56.19	243	2:59.21		103%	
PINTO, Teresa Miguel, 27-02-1998								2
200m Livres	Tempo Final	4.	2:27.33	429	2:34.12		109%	
400m Livres	Tempo Final	8.	5:12.30	425	5:22.67	04-12-2011	107%	
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:31.54	321	1:29.10	21-01-2012	95%	
200m Estilos	Tempo Final	10.	2:54.12	366	2:52.67	15-05-2011	98%	
ROCHA, Francisco Sousa, 30-10-1997								3
100m Livres	Tempo Final	1.	1:01.03	399	1:01.41	19-11-2011	101%	
400m Livres	Tempo Final	4.	4:46.93	407	4:48.33	19-11-2011	101%	
200m Costas	Tempo Final	1.	2:23.36	405	2:22.87	22-01-2012	99%	
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:29.67	397	2:34.28		106%	
RODRIGUES, Ana Rita, 01-06-1999								-
200m Livres	Tempo Final	11.	2:56.59	249	NT		-	
400m Livres	Tempo Final	19.	6:01.00	275	NT		-	
100m Bruços	Tempo Final	6.	1:38.38	258	NT		-	
SALDANHA, Antonio Manuel, 23-07-1997								3
200m Livres	Tempo Final	6.	2:26.79	310	2:37.66	05-11-2011	115%	
400m Livres	Tempo Final	10.	5:07.81	330	5:28.81	03-12-2011	114%	
100m Costas	Tempo Final	2.	1:19.71	231	1:21.18	19-11-2011	104%	
200m Estilos	Tempo Final	10.	2:45.77	292	2:42.10	21-01-2012	96%	



TRIGO, Hugo Guilherme, 21-10-1997

4

200m Livres	Tempo Final	2.	2:12.79	419	2:18.20		108%
400m Livres	Tempo Final	2.	4:43.36	423	4:52.96	19-11-2011	107%
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:05.81	399	1:06.06	05-11-2011	101%
200m Estilos	Tempo Final	5.	2:35.40	355	2:38.17		104%



Sporting Clube de Espinho								53
BAPTISTA, Joao Paulo, 11-06-1996								3
200m Livres	Tempo Final	1.	2:08.48	462	2:10.88	05-11-2011	104%	
400m Livres	Tempo Final	6.	4:40.87	434	4:56.64		112%	
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:13.20	438	1:12.91	10-12-2011	99%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	2:26.66	422	2:28.96	12-11-2011	103%	
BRANCO, Joao Miguel, 12-03-1998								3
100m Livres	Tempo Final	3.	1:00.65	406	1:01.80	06-11-2011	104%	
400m Livres	Tempo Final	5.	4:46.43	409	4:57.21	03-12-2011	108%	
200m Mariposa	Tempo Final	1.	2:48.12	273	2:36.29	22-01-2012	86%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	2:34.65	360	2:41.51		109%	
CASTELO, Sara Ramos, 28-08-1999								4
200m Livres	Tempo Final	6.	2:33.02	383	2:33.90		101%	
400m Livres	Tempo Final	5.	5:14.50	416	5:33.78	04-12-2011	113%	
100m Bruços	Tempo Final	4.	1:29.80	340	1:31.13	05-11-2011	103%	
200m Estilos	Tempo Final	6.	2:52.53	376	2:54.06	21-01-2012	102%	
COSTA, Andre Lima, 15-04-1997								1
200m Livres	Tempo Final	3.	2:13.53	412	2:14.21	05-11-2011	101%	
400m Livres	Tempo Final	5.	4:53.35	381	4:47.73	12-11-2011	96%	
100m Mariposa	Tempo Final	2.	1:09.80	335	1:07.28		93%	
200m Estilos	Tempo Final	6.	2:36.24	349	2:33.06	21-01-2012	96%	
COSTA, Bernardo Ferro, 17-10-1997								4
400m Livres	Tempo Final	8.	5:02.85	346	5:07.51	03-12-2011	103%	
200m Costas	Tempo Final	2.	2:26.86	377	2:27.03	22-01-2012	100%	
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:10.06	331	1:12.24	04-12-2011	106%	
200m Estilos	Tempo Final	3.	2:30.29	392	2:34.03	06-11-2011	105%	
DIAS, Catarina Ataide, 20-07-1998								3
400m Livres	Tempo Final	12.	5:21.12	391	5:38.92	04-12-2011	111%	
200m Costas	Tempo Final	2.	2:44.46	390	2:42.67	22-01-2012	98%	
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:31.36	323	1:34.79	05-11-2011	108%	
200m Estilos	Tempo Final	7.	2:52.52	376	2:57.19	06-11-2011	105%	
GOMES, Carlos Alberto, 18-07-1998								4
200m Livres	Tempo Final	2.	2:18.78	367	2:20.85	22-01-2012	103%	
400m Livres	Tempo Final	4.	4:45.59	413	5:13.93	16-10-2011	121%	
100m Mariposa	Tempo Final	6.	1:14.28	278	1:22.10	04-12-2011	122%	
200m Estilos	Tempo Final	9.	2:41.95	314	2:57.83		121%	
GOMES, Sandra Cristina, 09-05-1998								1
400m Livres	Tempo Final	14.	5:27.12	370	5:43.57	04-12-2011	110%	
200m Costas	Tempo Final	7.	2:56.98	313	2:55.99		99%	
100m Mariposa	Tempo Final	4.	1:30.59	224	1:24.59		87%	
200m Estilos	Tempo Final	19.	3:00.18	330	2:55.62	21-01-2012	95%	
GUEDES, Bernardo Soares, 24-08-1997								3
200m Livres	Tempo Final	1.	2:12.71	419	2:17.56	05-11-2011	107%	
400m Livres	Tempo Final	1.	4:37.03	453	4:46.85	03-12-2011	107%	
100m Mariposa	Tempo Final	5.	1:14.37	277	1:12.18	21-01-2012	94%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	2:35.30	356	2:44.47		112%	
LEI, Catarina Filipa, 25-01-1999								3
200m Livres	Tempo Final	3.	2:29.65	409	2:32.94		104%	
400m Livres	Tempo Final	6.	5:18.00	403	5:21.82	16-10-2011	102%	
100m Bruços	Tempo Final	1.	1:28.55	355	1:28.90	21-01-2012	101%	
200m Estilos	Tempo Final	7.	2:55.76	356	2:54.54		99%	
MONTEIRO, Rodrigo Manuel, 12-06-1998								4
400m Livres	Tempo Final	3.	4:41.26	432	4:55.86	03-12-2011	111%	
200m Costas	Tempo Final	2.	2:30.36	351	2:37.68		110%	
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:11.97	305	1:13.71		105%	
200m Estilos	Tempo Final	2.	2:30.46	391	2:37.84		110%	
MONTEIRO, Salome Pinto, 12-06-1998								3
200m Livres	Tempo Final	3.	2:26.42	437	2:26.22		100%	
400m Livres	Tempo Final	4.	5:02.44	468	5:05.86	11-12-2011	102%	
100m Mariposa	Tempo Final	1.	1:18.93	339	1:19.88		102%	
200m Estilos	Tempo Final	3.	2:47.01	415	2:48.01		101%	
OLIVEIRA, Igor Emanuel, 05-05-1999								3
200m Livres	Tempo Final	8.	2:45.73	215	2:57.95	03-12-2011	115%	
400m Livres	Tempo Final	12.	5:39.88	245	6:09.05	03-12-2011	118%	
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:31.15	227	1:29.46	21-01-2012	96%	
200m Estilos	Tempo Final	14.	3:04.51	212	3:15.77	15-10-2011	113%	
SILVA, Carolina Rocha, 27-05-1999								2
200m Livres	Tempo Final	4.	2:31.46	395	2:32.58	05-11-2011	101%	
400m Livres	Tempo Final	9.	5:24.98	377	5:24.74	16-10-2011	100%	
100m Bruços	Tempo Final	3.	1:29.79	340	1:29.66		100%	
200m Estilos	Tempo Final	5.	2:52.49	376	2:56.72		105%	



Dia Olimpico INF-JUV
Viseu, 4- - 5-2-2012

SOARES, Luis Filipe, 08-01-1998								4
100m Livres	Tempo Final	1.	58.74	447	1:00.99	06-11-2011	108%	
400m Livres	Tempo Final	2.	4:39.90	439	4:56.78	03-12-2011	112%	
200m Bruços	Tempo Final	1.	2:42.99	405	2:54.31		114%	
200m Estilos	Tempo Final	1.	2:23.29	453	2:30.86		111%	
SOUSA, Ana Rafaela, 20-12-1998								1
400m Livres	Tempo Final	24.	5:47.09	310	5:58.30	04-12-2011	107%	
200m Costas	Tempo Final	9.	3:04.13	278	2:53.21	05-11-2011	88%	
100m Mariposa	Tempo Final	3.	1:28.43	241	1:22.96		88%	
200m Estilos	Tempo Final	23.	3:05.71	302	2:58.21	06-11-2011	92%	
SOUSA, Maria Joao, 19-08-2000								3
200m Livres	Tempo Final	3.	2:45.47	303	2:46.65	05-11-2011	101%	
400m Livres	Tempo Final	3.	5:32.60	352	5:56.87	04-12-2011	115%	
100m Bruços	Tempo Final	2.	1:33.06	305	1:31.00	05-11-2011	96%	
200m Estilos	Tempo Final	4.	3:04.15	309	3:08.31	15-10-2011	105%	
TAVARES, Vasco Capela, 03-07-1999								4
200m Livres	Tempo Final	4.	2:32.59	276	2:46.14	05-11-2011	119%	
400m Livres	Tempo Final	4.	5:17.37	301	5:45.62	03-12-2011	119%	
100m Costas	Tempo Final	1.	1:21.05	220	1:23.38	21-01-2012	106%	
200m Estilos	Tempo Final	8.	2:57.85	237	3:11.90	15-10-2011	116%	