

RECORDES REGIONAIS - PISCINAS DE 50M
Actualizados 10/04/2023

Recordes Regionais (PL)

							Piscina longa (50m)
Masc., Open							
Livres							
50m	22.36	Agostinho, Alexandre Escudier	86	POR	PORTIN	30-05-2009	Coimbra
100m	49.50	Agostinho, Alexandre Escudier	86	POR	PORTIN	29-07-2009	Rome (ITA)
200m	1:51.10	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	24-07-2015	Coimbra
400m	3:57.11	Pires, Miguel Martins	84	POR	LDC	30-07-2004	Jamor
800m	8:40.49	Lopes, Rui Miguel	94	POR	CNOL	29-07-2012	Oeiras
1500m	16:33.67	Lopes, Rui Miguel	94	POR	CNOL	05-04-2012	Coimbra
Costas							
50m	26.23	THEODORIS, Nathan Keith	95	POR	LDC	18-02-2017	Coimbra
100m	56.30	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	25-07-2015	Coimbra
200m	2:01.63	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	24-07-2015	Coimbra
Bruços							
50m	28.94	Agostinho, Alexandre Escudier	86	POR	PORTIN	19-07-2009	Faro
100m	1:04.75	QUINTANILHA, Nuno Gonçalo	87	POR	LDC	10-04-2010	Coimbra
200m	2:19.27	QUINTANILHA, Nuno Gonçalo	87	POR	LDC	09-04-2010	Coimbra
Mariposa							
50m	24.67	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	18-07-2009	Faro
100m	53.09	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	20-07-2009	Faro
200m	1:58.21	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	21-07-2009	Faro
Estilos							
200m	2:05.82	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	11-04-2010	Coimbra
400m	4:32.19	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	30-05-2010	Mairena Del Aljarafe (ESP)
Femin., Open							
Livres							
50m	26.25	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	05-02-2017	Uster (SUI)
100m	57.63	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	30-03-2017	Coimbra
200m	2:06.53	FOMINA, Anna	02	POR	LDC	03-04-2022	Oeiras
400m	4:29.00	Fomina, Anna	02	POR	LDC	09-04-2022	Oeiras
800m	9:22.04	Marcos, Miriam Filipe	01	POR	CNOL	01-07-2017	Funchal
1500m	17:53.18	Marcos, Miriam Filipe	01	POR	CNOL	23-07-2017	Oeiras
Costas							
50m	30.18	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	02-03-2012	Cadiz (ESP)
100m	1:04.07	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	08-02-2014	Oeiras
200m	2:15.82	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	09-02-2014	Oeiras
Bruços							
50m	32.94	Borges, Claudia Ferreira	99	POR	CNOL	30-09-2023	Coimbra
100m	1:11.67	Borges, Claudia Ferreira	99	POR	CNOL	28-07-2023	Coimbra
200m	2:36.77	Borges, Claudia Ferreira	99	POR	CNOL	09-07-2023	Sevilla (ESP)
Mariposa							
50m	28.49	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	04-02-2017	Uster (SUI)
100m	1:02.74	Madeira, Sara Alexandra	87	POR	LDC	31-07-2010	Coimbra
200m	2:16.63	Pereira, Ana Beatriz	91	POR	LDC	21-07-2009	Faro
Estilos							
200m	2:19.32	Abreu, Marta Pereira	92	POR	CNFA	01-08-2010	Coimbra
400m	4:58.78	Abreu, Marta Pereira	92	POR	CNFA	30-07-2010	Coimbra
Masc., Sen							
Livres							
50m	22.36	Agostinho, Alexandre Escudier	86	POR	PORTIN	30-05-2009	Coimbra
100m	49.50	Agostinho, Alexandre Escudier	86	POR	PORTIN	29-07-2009	Rome (ITA)
200m	1:51.10	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	24-07-2015	Coimbra
400m	3:57.11	Pires, Miguel Martins	84	POR	LDC	30-07-2004	Jamor
800m	8:46.63	Lopes, Rui Miguel	94	POR	CNOL	30-03-2013	Coimbra
1500m	16:48.95	Lopes, Rui Miguel	94	POR	CNOL	28-03-2013	Coimbra
Costas							
50m	26.23	THEODORIS, Nathan Keith	95	POR	LDC	18-02-2017	Coimbra

RECORDES REGIONAIS - PISCINAS DE 50M
Actualizados 10/04/2023

100m	56.30	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	25-07-2015	Coimbra
200m	2:01.63	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	24-07-2015	Coimbra
Bruços							
50m	28.94	Agostinho, Alexandre Escudier	86	POR	PORTIN	19-07-2009	Faro
100m	1:04.75	QUINTANILHA, Nuno Gonçalo	87	POR	LDC	18-02-2017	Coimbra
200m	2:19.98	QUINTANILHA, Nuno Gonçalo	97	POR	LDC	09-04-2010	Coimbra
Mariposa							
50m	24.67	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	18-07-2009	Faro
100m	53.09	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	20-07-2009	Faro
200m	1:58.21	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	21-07-2009	Faro
Estilos							
200m	2:05.82	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	11-04-2010	Coimbra
400m	4:32.19	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	30-05-2010	Mairena Del Aljarafe (ESP)
Masc., Jun. 2							
Piscina longa (50m)							
Livres							
50m	22.98	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	14-07-2013	Poznan (POL)
100m	50.83	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	11-07-2013	Poznan (POL)
200m	1:55.36	SANTOS, João Duarte	95	POR	CNOL	19-07-2013	Famalicão
400m	4:05.41	SANTOS, João Duarte	95	POR	CNOL	20-07-2013	Famalicão
800m	8:40.49	Lopes, Rui Miguel	94	POR	CNOL	29-07-2012	Oeiras
1500m	16:33.67	Lopes, Rui Miguel	94	POR	CNOL	05-04-2012	Coimbra
Costas							
50m	26.49	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	07-04-2013	Kiev (UKR)
100m	56.45	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	11-07-2013	Poznan (POL)
200m	2:04.72	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	06-04-2013	Kiev (UKR)
Bruços							
50m	31.20	Mirka, Artem Vos	00	POR	ACS	27-07-2018	Oeiras
100m	1:08.76	Fernandes, Luis Pedro	96	POR	LDC	24-07-2014	Oeiras
200m	2:28.79	Jacinto, Carlos	85	POR	PORTIN	30-03-2003	Restelo
Mariposa							
50m	25.03	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	10-07-2013	Poznan (POL)
100m	54.16	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	07-04-2013	Kiev (UKR)
200m	2:04.42	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	02-06-2013	Mairena Aljarafe (ESP)
Estilos							
200m	2:09.13	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	06-04-2019	Coimbra
400m	4:39.22	Rodrigues, Hugo Cascais	89	POR	LDC	27-07-2007	Aveiro
Femin., Sen							
Piscina longa (50m)							
Livres							
50m	27.13	Brito, Jessica Sousa	97	POR	PORTIN	25-07-2015	Coimbra
100m	59.01	FOMINA, Anna	02	POR	LDC	31-03-2022	Coimbra
200m	2:07.66	FOMINA, Anna	02		LDC	03-04-2022	Coimbra
400m	4:31.62	FOMINA, Anna	02	POR	LDC	02-04-2022	Coimbra
800m	9:33.10	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	22-06-2013	Faro
1500m	18:26.21	Pereira, Ana Beatriz	91	POR	LDC	04-07-2009	Loule
Costas							
50m	30.24	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	11-04-2014	Palma De Mallorca (ESP)
100m	1:04.07	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	08-02-2014	Jamor
200m	2:15.82	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	09-02-2014	Jamor
Bruços							
50m	33.13	Figueira, Isabel Maria	79	POR	CNFA	02-08-2019	Funchal
100m	1:13.28	Figueira, Isabel Maria	79	POR	CNFA	01-08-2019	Funchal
200m	2:41.14	Ismael, Ana Rita	92	POR	LDC	09-04-2010	Coimbra
Mariposa							
50m	28.66	Mendes, Ana Sebastiao	04	POR	ACS	01-04-2023	Funchal
100m	1:02.74	Madeira, Sara Alexandra	87	POR	LDC	31-07-2010	Coimbra
200m	2:16.63	Pereira, Ana Beatriz	91	POR	LDC	21-07-2009	Faro
Estilos							
200m	2:19.32	Abreu, Marta Pereira	92	POR	CNFA	01-08-2010	Coimbra

RECORDES REGIONAIS - PISCINAS DE 50M
Actualizados 10/04/2023

400m	4:58.78	Abreu, Marta Pereira	92	POR	CNFA	30-07-2010	Coimbra
Masc., Jun. 1							Piscina longa (50m)
Livres							
50m	23.37	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	08-07-2012	Antwerp (BEL)
100m	51.95	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	05-07-2012	Antwerp (BEL)
200m	1:55.73	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	27-07-2012	Oeiras
400m	4:04.65	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	28-07-2012	Oeiras
800m	8:48.49	Lopes, Rui Miguel	94	POR	CNOL	03-04-2011	Rio Maior
1500m	16:48.06	SANTOS, João Duarte	95	POR	CNOL	07-07-2012	Loulé
Costas							
50m	27.78	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	07-07-2012	Antwerp (BEL)
100m	58.42	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	04-07-2012	Antwerp (BEL)
200m	2:05.92	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	27-07-2012	Oeiras
Bruços							
50m	31.69	Mirka, Artem Vos	00	POR	CFOA	21-07-2017	Oeiras
100m	1:08.90	Costa, Francisco Santos	93	POR	PORTIN	10-04-2010	Coimbra
200m	2:29.88	Viegas, Mauro Filipe	95	POR	CNOL	05-04-2012	Coimbra
Mariposa							
50m	25.62	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	26-07-2012	Oeiras
100m	56.10	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	28-07-2012	Oeiras
200m	2:06.13	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	29-07-2012	Oeiras
Estilos							
200m	2:08.52	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	24-03-2018	Funchal
400m	4:37.10	Rodrigues, Hugo Cascais	89	POR	LDC	28-07-2006	Coimbra
Femin., Jun. 2							Piscina longa (50m)
Livres							
50m	26.25	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	05-02-2017	Uster (SUI)
100m	57.63	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	30-03-2017	Coimbra
200m	2:09.91	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	02-04-2017	Coimbra
400m	4:32.76	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	06-04-2012	Coimbra
800m	9:52.99	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	GCNF	16-07-2022	Loule
1500m	18:50.23	Abreu, Marta Pereira	92	POR	CNFA	04-07-2009	Loule
Costas							
50m	30.18	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	02-03-2012	Cadiz (ESP)
100m	1:04.25	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	04-03-2012	Cadiz (ESP)
200m	2:16.63	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	03-03-2012	Cadiz (ESP)
Bruços							
50m	33.27	Sequeira, Catarina Costa	98	POR	CFOA	24-07-2015	Coimbra
100m	1:13.28	Sequeira, Catarina Costa	98	POR	CFOA	23-07-2015	Coimbra
200m	2:38.39	Ismael, Ana Rita	92	POR	LDC	20-07-2009	Faro
Mariposa							
50m	28.49	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	04-02-2017	Uster (SUI)
100m	1:04.96	Mendes, Ana Sebastiao	04	POR	CNLGOS	01-08-2021	Oeiras
200m	2:24.50	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	29-07-2012	Oeiras
Estilos							
200m	2:22.68	Abreu, Marta Pereira	92	POR	CNFA	30-05-2009	Coimbra
400m	5:13.51	Abreu, Marta Pereira	92	POR	CNFA	03-07-2009	Loule
Masc., Juv. A							Piscina longa (50m)
Livres							
50m	24.63	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	04-08-2011	Povoa de Varzim
100m	53.66	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	16-04-2011	Limassol (CYP)
200m	1:57.95	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	26-03-2011	Oeiras
400m	4:10.88	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	25-06-2011	Paphos (CYP)
800m	8:54.71	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	04-08-2011	Povoa de Varzim
1500m	16:48.56	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	04-08-2011	Povoa de Varzim
Costas							
50m	28.38	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	06-08-2011	Povoa de Varzim

RECORDES REGIONAIS - PISCINAS DE 50M
 Actualizados 10/04/2023

100m	59.29	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	07-08-2011	Povoa de Varzim
200m	2:09.01	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	05-08-2011	Povoa de Varzim
Bruços							
50m	32.53	Carrasco, Joao Pedro	03	POR	PORTIN	22-03-2019	Seraing (BEL)
100m	1:09.94	VIEGAS, Mauro Filipe	95	POR	CNOL	04-08-2011	Póvoa de Varzim
200m	2:32.41	VIEGAS, Mauro Filipe	95	POR	CNOL	06-08-2011	Póvoa de Varzim
Mariposa							
50m	27.01	Boleta, Tiago Martins	98	POR	LDC	18-04-2014	Povoa de Varzim
100m	58.47	Estanislau, Luis Pedro	91	POR	LDC	01-06-2007	Sevilla (ESP)
200m	2:10.17	Rodrigues, Hugo Cascais	89	POR	LDC	22-07-2005	Coimbra
Estilos							
200m	2:09.88	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	26-07-2017	Gyoer (HUN)
400m	4:39.46	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	31-03-2017	Coimbra
Femin., Jun. 1							
Piscina longa (50m)							
Livres							
50m	27.42	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	12-03-2016	Oeiras
100m	59.93	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	11-03-2016	Oeiras
200m	2:08.82	Marcos, Miriam Filipe	01	POR	CNOL	21-07-2017	Oeiras
400m	4:29.83	Marcos, Miriam Filipe	01	POR	CNOL	01-04-2017	Coimbra
800m	9:22.04	Marcos, Miriam Filipe	01	POR	CNOL	01-07-2017	Loule
1500m	17:53.18	Marcos, Miriam Filipe	01	POR	CNOL	23-07-2017	Oeiras
Costas							
50m	30.57	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	04-08-2011	Povoa de Varzim
100m	1:04.45	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	09-07-2011	Belgrade (SRB)
200m	2:17.98	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	18-08-2011	Lima (PER)
Bruços							
50m	34.69	Nunes, Ariana Alves	95	POR	PORTIN	05-08-2011	Povoa de Varzim
100m	1:15.72	Nunes, Ariana Alves	95	POR	PORTIN	04-08-2011	Povoa de Varzim
200m	2:44.25	Correia, Mariana Manhita	98	POR	TNC	26-07-2014	Oeiras
Mariposa							
50m	29.55	MARQUES, Matilde Aguas	00	POR	PORTIN	03-07-2016	Loulé
100m	1:06.85	Mendes, Mariana Sebastiao	01	POR	PORTIN	22-07-2017	Oeiras
200m	2:26.18	Bento, Joana Viegas	99	POR	CNFA	26-07-2015	Coimbra
Estilos							
200m	2:22.96	Abreu, Marta Pereira	92	POR	LDC	24-04-2008	San Marino (SMR)
400m	5:11.90	ESTEVENS, Laura Fabiana	05	POR	GCNF	20-12-2014	Rio Maior
Masc., Juv. B							
Piscina longa (50m)							
Livres							
50m	25.91	Fedorov, Andriy	08	POR	FCF	29-07-2023	Coimbra
100m	54.95	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	14-03-2010	Rio Maior
200m	1:59.67	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	13-03-2010	Rio Maior
400m	4:09.85	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	23-07-2016	Oeiras
800m	8:57.59	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	29-07-2010	Coimbra
1500m	16:58.33	Viegas, Hugo Miguel	02	POR	CNOL	20-07-2017	Oeiras
Costas							
50m	29.10	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	29-05-2010	Coimbra
100m	1:01.89	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	01-08-2010	Coimbra
200m	2:11.93	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	30-07-2010	Coimbra
Bruços							
50m	33.15	Lopes, Edgar Miguel	94	POR	LDC	05-06-2009	Loule
100m	1:11.35	Viegas, Mauro Filipe	95	POR	CNOL	29-07-2010	Coimbra
200m	2:36.56	Viegas, Mauro Filipe	95	POR	CNOL	31-07-2010	Coimbra
Mariposa							
50m	28.16	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	02-07-2016	Loule
100m	1:01.05	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	26-06-2010	Faro
200m	2:12.82	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	01-08-2010	Coimbra
Estilos							
200m	2:14.50	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	12-03-2016	Oeiras

RECORDES REGIONAIS - PISCINAS DE 50M
 Actualizados 10/04/2023

400m	4:43.66	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	22-07-2016	Oeiras
Femin., Juv A							Piscina longa (50m)
Livres							
50m	28.57	GONCALVES, Catia Alexandra	92	POR	LDC	06-07-2007	Faro
100m	58.74	Boleixa, Carlota Costa	08	POR	LDC	30-06-2023	Malaga (ESP)
200m	2:09.63	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	11-04-2010	Coimbra
400m	4:35.72	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	10-04-2010	Coimbra
800m	9:51.13	Luiz, Margarida Maria		POR	LAC	02-04-2023	Funchal
1500m	18:49.98	Luiz, Margarida Maria	08	POR	LAC	30-04-2023	Funchal
Costas							
50m	31.31	MARTINHEIRA, Cátia Raquel	95	POR	LDC	16-07-2010	Helsinki (FIN)
100m	1:06.49	MARTINHEIRA, Catia Raquel	95	POR	LDC	02-06-2007	Helsinki (FIN)
200m	2:21.20	MARTINHEIRA, Catia Raquel	95	POR	LDC	09-04-2010	Coimbra
Bruços							
50m	35.61	Cerqueira, Tania Rute	92	POR	LDC	08-06-2007	Loule
100m	1:17.85	Cerqueira, Tania Rute	92	POR	LDC	28-07-2007	Aveiro
200m	2:47.38	Abreu, Marta Pereira	92	POR	LDC	27-01-2007	Povoa de Varzim
Mariposa							
50m	29.58	IEGAS, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	01-04-2015	Coimbra
100m	1:07.28	Mendes, Ana Sebastiao	04	POR	INDALG	13-07-2019	Loule
200m	2:28.84	Cavaco, Ana Catarina	95	POR	CNOL	10-04-2010	Coimbra
Estilos							
200m	2:25.89	Abreu, Marta Pereira	92	POR	LDC	29-07-2007	Aveiro
400m	5:14.70	Abreu, Marta Pereira	92	POR	LDC	02-06-2007	Mairena Del Aljarafe (ESP)
Masc., Inf. A							Piscina longa (50m)
Livres							
50m	27.15	Ribeiro, Diogo Andre	00	POR	TNC	01-06-2014	Sevilla (ESP)
100m	55.67	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	26-07-2009	S. Joao da Madeira
200m	2:01.65	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	25-07-2009	S. Joao da Madeira
400m	4:20.30	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	18-07-2015	Oeiras
800m	9:15.74	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	19-07-2015	Oeiras
1500m	17:32.71	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	28-06-2015	Loule
Costas							
50m	33.74	Viegas, Hugo Miguel	02	POR	CNOL	28-05-2016	Mairena Del Aljarafe (ESP)
100m	1:04.30	Rodrigues, Claudio Alexandre	00	POR	LDC	18-07-2014	Loule
200m	2:17.84	Rodrigues, Claudio Alexandre	00	POR	LDC	19-07-2014	Loule
Bruços							
50m	34.55	Lopes, Edgar Miguel	94	POR	LDC	06-06-2008	Loule
100m	1:14.96	Viegas, Mauro Filipe	95	POR	CNOL	25-07-2009	S. Joao da Madeira
200m	2:40.24	Lopes, Edgar Miguel	94	POR	LDC	20-07-2008	Famalicao
Mariposa							
50m	29.32	Pedrosa, Bruno Ferreira	93	POR	LDC	02-06-2007	Sevilla (ESP)
100m	1:01.95	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	25-07-2009	S. Joao da Madeira
200m	2:18.00	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	26-07-2009	S. Joao da Madeira
Estilos							
200m	2:24.82	Rodrigues, Claudio Alexandre	00	POR	LDC	20-07-2014	Loule
400m	4:49.60	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	17-07-2015	Oeiras
Femin., Juv B							Piscina longa (50m)
Livres							
50m	27.62	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	05-04-2014	Coimbra
100m	1:01.02	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	27-07-2014	Oeiras
200m	2:10.31	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	27-06-2009	Loule
400m	4:38.01	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	04-07-2009	Loule
800m	9:42.68	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	14-03-2009	Povoa de Varzim
1500m	19:18.10	Fernandes, Catarina Costa	99	POR	CNOL	23-06-2013	Faro
Costas							
50m	31.87	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	08-02-2009	Povoa de Varzim

RECORDES REGIONAIS - PISCINAS DE 50M
Actualizados 10/04/2023

100m	1:07.44	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	13-03-2009	Povoa de Varzim
200m	2:23.35	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	08-02-2009	Povoa de Varzim
Bruços							
50m	36.46	BOROZAN, Gabriela	04	POR	LDC	08-07-2018	Loule
100m	1:18.16	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	CNOL	05-04-2019	Coimbra
200m	2:44.42	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	CNOL	07-04-2019	Coimbra
Mariposa							
50m	30.62	Vilhena, Joana Filipa	92	POR	PORTIN	04-06-2006	Mairena Del Aljarafe (ESP)
100m	1:06.94	Ramos, Ana Isabel	89	POR	PORTIN	28-07-2003	Paris (FRA)
200m	2:31.71	BRINGEL, Ines Jesus	92	POR	PORTIN	04-06-2006	Mairena Del Aljarafe (ESP) (ESP)
Estilos							
200m	2:30.49	Marcos, Miriam Filipe	01	POR	CNOL	30-05-2015	Mairena Del Aljarafe (ESP)
400m	5:20.21	Abreu, Marta Pereira	92	POR	LDC	28-07-2006	Coimbra
Masc., Inf. B							
Livres							
50m	28.59	Rodeia, Jose Miguel	04	POR	CNFA	15-07-2017	Loule
100m	59.37	Rodeia, Jose Miguel	04	POR	CNFA	15-07-2017	Loule
200m	2:09.65	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	19-07-2014	Loule
400m	4:33.46	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	19-07-2014	Loule
800m	9:43.52	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	20-07-2014	Loule
1500m	18:12.36	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	20-07-2014	Loule
Costas							
50m	33.63	Ricardo, Joao Daniel	05	POR	CNBE	21-07-2018	S. Joao da Madeira
100m	1:08.31	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	20-01-2008	Povoa de Varzim
200m	2:31.15	Guerreiro, Rodrigo Jose	99	POR	LDC	21-07-2012	Rio Maior
Bruços							
50m	37.05	Brito, Pedro Daniel	94	POR	CNBE	30-06-2007	Reguengos de Monsaraz
100m	1:17.21	Fonseca, Leandro Dinis	02	POR	PORTIN	18-07-2015	Oeiras
200m	2:47.79	Cristina, Joao Martins	03	POR	LDC	16-07-2016	Famalicao
Mariposa							
50m	31.84	Cavaco, Adriano Garcia	96	POR	LDC	05-06-2009	Loule
100m	1:06.94	Boleta, Tiago Martins	98	POR	LDC	23-07-2011	Lisboa
200m	2:27.27	Boleta, Tiago Martins	98	POR	LDC	24-07-2011	Lisboa
Estilos							
200m	2:32.32	CRISTINA, Joao Martins	03	POR	LDC	17-07-2016	Famalicao
400m	5:23.67	Alves, Bernardo Antonio	99	POR	LDC	20-07-2012	Rio Maior
Femin., Inf. A							
Livres							
50m	29.56	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	02-06-2013	Mairena Aljarafe (ESP) (ESP)
100m	1:01.74	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	19-07-2008	Famalicao
200m	2:12.06	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	20-07-2008	Famalicao
400m	4:44.97	Marcos, Miriam Filipe	01	POR	CNOL	15-06-2014	Loule
800m	9:42.91	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	19-07-2008	Famalicao
1500m	20:08.38	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	23-06-2013	Faro
Costas							
50m	32.67	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	08-06-2008	Loule
100m	1:07.88	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	05-07-2008	Madrid (ESP)
200m	2:24.42	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	04-07-2008	Madrid (ESP)
Bruços							
50m	37.93	AUGUSTO, Carolina Maeiro	00	POR	CNO	01-06-2013	Mairena Aljarafe (ESP) (ESP)
100m	1:19.59	Guerreiro, Sara Kalinicova	00	POR	FCF	14-07-2013	S. Joao da Madeira
200m	2:52.22	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	CNOL	21-07-2018	S. Joao da Madeira
Mariposa							
50m	32.78	Alegre, Diana Salgueiro	06	POR	LDC	16-06-2019	Loulé
100m	1:10.12	Carvalho, Maria Joao	02	POR	PORTIN	28-06-2015	Loule
200m	2:37.48	Bringel, Ines Jesus	92	POR	PORTIN	11-06-2005	Loule
Estilos							
200m	2:36.45	Abreu, Marta Pereira	92	POR	LDC	23-07-2005	Coimbra

RECORDES REGIONAIS - PISCINAS DE 50M
Actualizados 10/04/2023

400m	5:35.53	Abreu, Marta Pereira	92	POR	LDC	22-07-2005	Coimbra
Femin., Inf. B							Piscina longa (50m)
Livres							
50m	29.43	Severino, Isis Sousa	02	POR	LDC	19-04-2014	Povoa de Varzim
100m	1:02.05	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	01-06-2007	Sevilla (ESP)
200m	2:22.68	Rodeia, Mariana Figueira	07	POR	CNFA	27-07-2019	Loule
400m	4:58.44	Augusto, Carolina Maeiro	00	POR	CNOL	07-07-2012	Loule
800m	10:27.98	Gomes, Fabiana Cruz	05	POR	LDC	01-07-2017	Loule
1500m	21:23.17	Romao, Ana Teresa	06	POR	LDC	06-07-2018	Loule
Costas							
50m	35.12	Severino, Isis Sousa	02	POR	LDC	19-04-2014	Povoa de Varzim
100m	1:08.29	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	02-06-2007	Sevilla (ESP)
200m	2:37.77	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	22-07-2007	Faro
Bruços							
50m	39.32	Renda, Rita Isabel	99	POR	LDC	02-07-2011	Faro
100m	1:21.08	Augusto, Carolina Maeiro	00	POR	CNOL	08-07-2012	Loule
200m	2:55.48	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	CNOL	24-06-2017	Loule
Mariposa							
50m	33.67	Rodeia, Mariana Figueira	07	POR	CNFA	14-07-2019	Loule
100m	1:15.71	Alves, Ines Sofia	04	POR	PORTIN	02-07-2016	Loule
200m	2:51.01	Cavaco, Ana Catarina	95	POR	CNOL	21-07-2007	Faro
Estilos							
200m	2:41.82	Gomes, Fabiana Cruz	05	POR	LDC	16-07-2017	Loule
400m	5:43.58	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	CNOL	16-07-2017	Loule